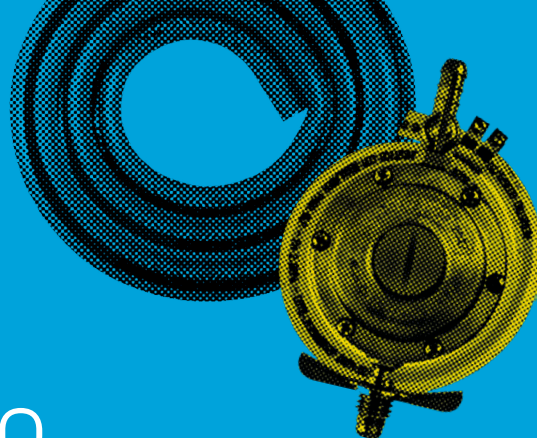


Guia prático
de economia:
**gás também
é energia!**



Ficha técnica

Instituto de Defesa de Consumidores (Idec)

INSTITUCIONAL

Diretor Executivo

Igor Rodrigues Britto

AUTORIA

Eduarda Gonçalves

REVISÃO

Fernanda Miranda Cunha Tenório

Priscila Morgon Arruda

COMUNICAÇÃO

Claudia Föcking

ASSESSORIA DE IMPRENSA

Jéssika Elizandra

PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO

Coletivo Piu

APOIO

Instituto Clima e Sociedade (ICS)

Outubro de 2024

Apresentação

A eficiência energética nada mais é do que usar menos energia para realizar as mesmas tarefas do dia a dia. Com práticas simples e sem abrir mão do conforto, é possível reduzir os gastos com as contas de luz e gás, ajudando a sobrar dinheiro para outras necessidades importantes, como saúde, alimentação e educação.

Além de ser bom para o seu bolso, economizar energia também é bom para o planeta. Ao evitar o desperdício de energia, você contribui para um ambiente mais saudável e sustentável, ajudando a diminuir os impactos das mudanças climáticas. Esse fenômeno tem causado aumento das temperaturas, ondas de calor, chuvas fortes e mais frequentes, que afetam principalmente as comunidades mais vulneráveis.

Para te ajudar a se adaptar a essa realidade sem perder a qualidade de vida, elaboramos quatro guias que trazem informações para reduzir a conta de luz e gás. Neste terceiro guia, abordamos o uso do gás de cozinha, com dicas e orientações sobre auxílio social para a compra do botijão, escolha de fogões e fornos a gás eficientes, e dicas para economizar gás. **Boa leitura!**

O GLP (gás liquefeito de petróleo) ou o gás natural, conhecidos como gás de cozinha, são fontes de energia muito utilizadas no Brasil, não só para preparar alimentos, mas também, em regiões frias, para aquecer ambientes e água.

O gasto com esses combustíveis pode representar uma parte significativa das despesas mensais se não forem utilizados de forma eficiente. Por isso, uma abordagem consciente pode fazer uma grande diferença em sua conta e no meio ambiente.

As orientações e boas práticas sugeridas neste guia podem ajudar você a economizar dinheiro e reduzir o desperdício de gás, sem comprometer o conforto e a qualidade na sua cozinha.



Auxílio Gás: conheça esse benefício

O gás de cozinha em botijão (GLP) é o mais utilizado no país. Por esse motivo, foi criado o Programa Auxílio Gás pelo Governo Federal, uma política que ajuda famílias de baixa renda a comprar o botijão. O valor atual do benefício é de R\$ 110,00 e é depositado a cada dois meses, seguindo o calendário do Bolsa Família. Além disso, você pode acumular esse benefício com outros auxílios, como o Bolsa Família.

Quais são os requisitos?

1

É necessário estar com o cadastro ativo no CadÚnico

e

2

Ter renda familiar de até meio salário mínimo por pessoa e renda total igual ou inferior a 3 salários mínimos

ou

Ter algum membro da família recebendo o Benefício de Prestação Continuada (BPC).

Além disso, o Auxílio Gás é concedido prioritariamente para:

- ▶ Mulheres vítimas de violência doméstica com medidas protetivas de urgência; e



- ▶ Famílias com menor renda, maior quantidade de integrantes e que tenham atualizado o CadÚnico nos últimos dois anos.



Como posso saber se irei receber esse auxílio?



- ▶ **Ligação para o canal de atendimento da Caixa pelo número 111 ou para o Ministério da Cidadania pelo número 121:** esteja com o CPF em mãos e lembre-se de estar com seu cadastro atualizado no CadÚnico.
- ▶ **Aplicativo do Bolsa Família:** abra o aplicativo e escolha a forma de acesso (pela senha do Caixa Tem ou pela conta gov.br), e clique em “Benefícios” para ver quais estão disponíveis para você.
- ▶ **Aplicativo do Caixa Tem:** nele, é possível consultar o auxílio.
- ▶ **Consulta ao Centro de Referência da Assistência Social (CRAS):** você pode ir até o CRAS mais próximo da sua residência para verificar sua situação e se você atende aos critérios para receber o benefício.

R\$

Por onde eu recebo o Auxílio Gás?

O auxílio será depositado na **conta da Caixa Econômica Federal**, que pode ser acessado pelo aplicativo Caixa Tem. Você pode sacar o valor ou fazer pagamentos e transferências direto pelo aplicativo.

Eficiência em fogões e fornos a gás

Seus aliados: entendendo o Selo Conpet e a etiqueta do Inmetro

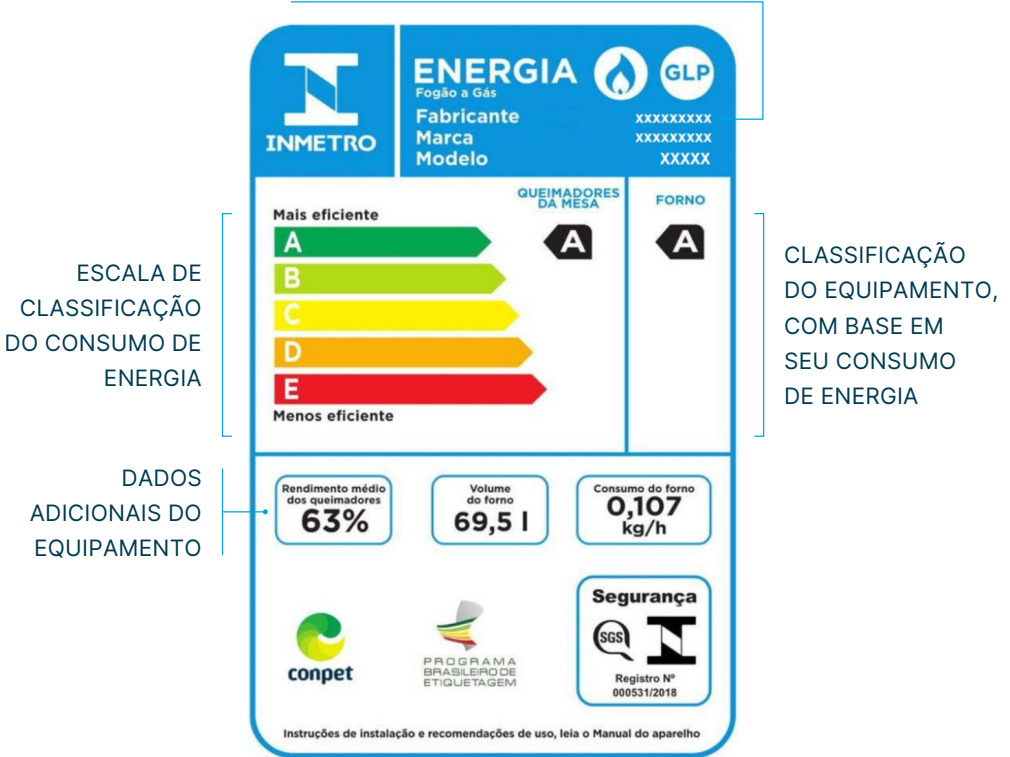
A eficiência energética também é importante em fogões e fornos a gás. Para ajudar o consumidor a identificar os modelos mais econômicos, foi criado o Selo Conpet. Quando for comprar um novo fogão e forno a gás, a primeira dica é procurar por produtos que tenham o **Selo Conpet**.

Além disso, esses aparelhos recebem a etiqueta de eficiência energética, que os classifica em uma escala de “A” (mais eficiente) a “E” (menos eficiente). Por exemplo, um fogão classificado como “C” consome mais gás para realizar a mesma função que um fogão da classe “A”.

A etiqueta do Inmetro avalia tanto os queimadores da mesa (bocas do fogão) quanto o forno. Ao escolher um novo fogão, prefira aqueles com a classificação mais alta nesses dois critérios, geralmente o “A”. Essas informações estão ao lado da escala de consumo de energia na etiqueta.



DADOS GERAIS DO EQUIPAMENTOS



Para comparar produtos semelhantes (com o mesmo número de bocas e volume de forno), e que tenham a mesma classificação de eficiência energética nos dois quesitos (queimadores da mesa e forno), você pode analisar outras informações mostradas na etiqueta. As principais são o rendimento médio dos queimadores e o consumo do forno, medido em quilograma por hora (kg/h). As mesas de cocção mais eficientes têm queimadores com maior rendimento, e os fornos mais econômicos consomem menos gás.

Economia no gás de cozinha

Como o gás de cozinha também é uma fonte de energia, apresentamos para você informações sobre segurança e dicas de consumo consciente.



Use o gás de cozinha no botijão com segurança



O botijão de gás precisa estar em um local limpo e ventilado. Não o coloque em compartimentos fechados como armários, vão de escada, etc.



Compre o botijão de gás de locais credenciados e não aceite se vier amassado, enferrujado ou danificado.



Troque a mangueira de gás a cada cinco anos, pois elas possuem prazo de validade.



Não deite o botijão de gás. Essa prática não faz o gás render mais e ainda apresenta risco de vazamento pela mangueira de gás.



Faça o teste de vazamento sempre que fizer a troca do botijão de gás. Basta passar espuma de sabão na conexão do regulador de pressão; se aparecerem bolhas, significa que o gás está vazando.



Em caso de vazamento de gás, feche o registro de gás, abra portas e janelas e jamais acenda fósforo, isqueiro ou ligue interruptores de luz. Afastese do local e chame o Corpo de Bombeiros pelo número 193.

Use o gás de cozinha com economia



Na sua cozinha, posicione o fogão longe de áreas onde o vento possa passar diretamente, como janelas abertas, para garantir uma melhor eficiência no cozimento e evitar o desperdício de energia.



Planeje suas refeições e o uso do forno para preparar uma maior quantidade de comida de uma só vez, aproveitando melhor a energia e o tempo.



Não fique abrindo a porta do forno várias vezes.



Cozinhe na panela de pressão, pois ela é feita para cozinhar alimentos mais rapidamente.



Mude a chama para fogo baixo logo que a panela de pressão começar a chiar.



Cozinhar com a tampa fechada retém o calor e reduz o tempo de cozimento.

▶ Você sabia?

Você pode economizar gás de cozinha e ainda fazer um **arroz soltinho**! Desligue a chama do fogo assim que a água estiver fervendo. Em seguida, cubra a panela com um pano de prato e feche com a tampa. A água restante irá evaporar com o tempo, e o calor da panela continuará cozinhando o arroz. Ficou na dúvida se funciona? Faça um teste!



E agora?

Agora que você já aprendeu as principais dicas para economizar gás de cozinha e poupar o seu bolso, que tal conferir nossos outros guias? Para acessá-los, basta escanear o código QR:

The cover features a dark blue background with a yellow lightning bolt icon. At the top right, there is a pink iron and a white electrical outlet. At the bottom left, there are stacks of blue coins. The text is in white and yellow.

Eficiência energética:
comece aqui!

idec Instituto de Defesa do Consumidor

The cover has a purple background. It shows a hand holding a pink electricity bill, a yellow piggy bank, and a yellow eye icon. A lightning bolt is also visible. The text is in yellow and white.

De olho na conta de luz:
seu guia para economizar energia

idec Instituto de Defesa do Consumidor

The cover is blue with a yellow lightning bolt icon. It features a blue gas cylinder with a white dollar sign, a coiled blue gas hose, and a yellow gas meter. The text is in white and yellow.

Guia prático de economia:
gás também é energia!

idec Instituto de Defesa do Consumidor

The cover is pink with a yellow sun icon. It shows a yellow house with a window, a window with a sun, and water droplets. The text is in yellow and white.

Como deixar sua casa mais fresca:
técnicas para adaptação ao calor

idec Instituto de Defesa do Consumidor

GLOSSÁRIO



- Chama azul** Indica uma combustão eficiente e completa do gás, que reduz o desperdício e a emissão de poluentes.
- Consumo de gás** Quantidade de gás utilizada em um determinado período de tempo, que pode ser medido em m³.
- Eficiência energética** Uso racional da energia para atender às necessidades com o menor consumo possível, promovendo conforto e reduzindo desperdícios.
- Isolamento térmico** Técnica de manter o calor dentro de um recipiente ou ambiente para reduzir a necessidade de aquecimento adicional.
- Manutenção preventiva** Inspeção e cuidados regulares com os aparelhos de gás para garantir seu funcionamento eficiente e seguro.
- Matriz energética** Conjunto de fontes de energia utilizadas em um país ou região, incluindo energia elétrica, gás, petróleo, entre outros, e suas proporções no consumo total.
- Regulador de pressão** Dispositivo que controla a pressão do gás no fogão, garantindo uma combustão eficiente.
- Vazamento de gás** Perda de gás devido a falhas ou danos nos aparelhos, que pode levar a desperdício e riscos à segurança.



seus
direitos
nossa luta

QUEM SOMOS

O Idec (Instituto de Defesa de Consumidores) é uma associação de consumidores sem fins lucrativos, independente de empresas e governo, que trabalha há mais de 37 anos por relações de consumo justas, sustentáveis e saudáveis.

Orientamos consumidores sobre seus direitos e atuamos em causas de diversas áreas, pressionando autoridades, denunciando práticas abusivas e mobilizando a sociedade.

Além disso, representamos milhares de vozes frente ao poder público e judiciário que exigem a garantia e o avanço dos direitos por acesso digno à serviços de saúde, uma alimentação mais saudável, educação financeira, segurança dos dados e muitas outras lutas importantes para o exercício da cidadania.

Acesse para saber mais sobre esse trabalho e junte-se a nós!

idec.org.br





idec 

 idec.org.br

 [/idecbr](https://www.facebook.com/idecbr)

 [@idecbr](https://www.instagram.com/idecbr)