

Ocho de cada diez personas en España reducen su consumo energético ante el aumento de la factura

- Mantener la vivienda a una temperatura adecuada sin incrementar la factura energética se convierte en un reto para muchos hogares.



Varias monedas sobre una factura.

<https://elperiodicodelaenergia.com/ocho-de-cada-diez-personas-en-espana-reducen-su-consumo-energetico-a...>
Redacción

Miércoles, 29 julio 2026

Los datos del III Estudio de Triodos Bank sobre Conductas sostenibles de la población española muestra que el incremento del coste de la energía ya modifica los hábitos de los hogares españoles

España afronta su cuarta **ola de calor del verano**, dentro de una sucesión de episodios extremos cada vez más frecuentes e intensos. Desde 1975, la Agencia Estatal de Meteorología (AEMET) ha contabilizado 81 **olas de calor**, 56 de ellas desde 2001 y una de cada cuatro en los últimos cuatro veranos. A ello se suma un nuevo **repunte del precio de la electricidad**. De acuerdo con los datos del Operador del Mercado Ibérico de Energía (OMIE), el precio medio del mercado mayorista se situó el 23 de julio un precio medio de 136,73 euros por megavatio hora, con un máximo de 290 euros.

En este escenario, **mantener la vivienda a una temperatura adecuada sin incrementar la factura energética se convierte en un reto para muchos hogares**. El aumento del calor obliga a recurrir con mayor frecuencia a los sistemas de refrigeración, cuando buena parte de la población ya intenta reducir su consumo.

Los datos del III Estudio de Triodos Bank sobre Conductas sostenibles de la población española muestra que el incremento del coste de la energía ya modifica los hábitos de los hogares españoles. El 77,8% de la ciudadanía afirma haber percibido un aumento de su factura energética durante el

último año y el 77,3% reconoce haber reducido su consumo energético en casa como consecuencia de ese encarecimiento.

"En episodios de temperaturas extremas, reducir el consumo no siempre es una posibilidad, especialmente para los hogares más vulnerables. El reto ya no es solo consumir menos energía, sino adaptar las viviendas para responder a un contexto climático cada vez más exigente. Apostar por la eficiencia energética y las energías renovables es avanzar hacia viviendas más confortables, resilientes y sostenibles" señala **Aurora García**, directora de Comunicación de Triodos Bank en España.

La subida de la factura cambia los hábitos de los hogares

La respuesta de los hogares al incremento del coste de la energía no ha sido homogénea. Un 55,9% afirma haber reducido su consumo de forma moderada y un 21,4%, de forma significativa. En cambio, un 22,7% reconoce no haber modificado su consumo pese al aumento de los precios.

Al preguntar por las causas del incremento de la factura, la inflación y la subida generalizada de los precios constituyen el principal motivo señalado (63,5%), por delante del encarecimiento de la energía (58,8%) y de la guerra y la situación geopolítica internacional (45,6%).

El impacto tampoco es igual en todos los grupos de población. Las personas de entre 56 y 65 años son quienes muestran una mayor sensibilidad al aumento de la factura energética (85,1%). En esta franja, el 78,4% ha reducido su consumo energético en el hogar y, entre ellas, un 25,4% asegura haberlo hecho de forma significativa, lo que refleja un mayor impacto del incremento de los costes en este grupo.

La eficiencia energética aún tiene margen de mejora

Aunque numerosos hogares adoptan medidas para consumir menos energía, las actuaciones destinadas a mejorar la eficiencia energética de las viviendas todavía avanzan lentamente. Esta brecha entre intención y capacidad de actuación resulta especialmente relevante en un contexto en el que la eficiencia energética se consolida como una herramienta clave para reducir la exposición de los hogares a futuras subidas de precios.

La medida más extendida consiste en modificar hábitos de consumo, por ejemplo, mediante el ajuste de la temperatura o la racionalización de los equipos eléctricos (35,8%). Le siguen la sustitución de electrodomésticos por otros de bajo consumo (23%), las mejoras en el aislamiento de la vivienda (19,8 %), la sustitución de los sistemas de calefacción o aire acondicionado por otros más eficientes (9,1%) y la instalación de energías renovables para autoconsumo, como los paneles solares (7,2%).

Sin embargo, cuatro de cada diez personas (40%) reconocen no haber realizado ninguna mejora relacionada con la eficiencia energética de su vivienda en los últimos años, lo que evidencia el amplio margen de mejora que aún existe en el parque residencial español.

Las ayudas públicas, clave para impulsar la eficiencia energética

La eficiencia energética no depende únicamente de la voluntad individual. También requiere información accesible, financiación adecuada, ayudas públicas eficaces y soluciones adaptadas a las distintas realidades residenciales. En este sentido, las ayudas públicas directas son la medida más señalada para impulsar actuaciones de eficiencia energética (52,4%), por delante de los incentivos fiscales (32,7%) y de las ayudas específicas para comunidades (29,7%). Además, casi una de cada cuatro personas (24,7%) reconoce no saber qué medidas podrían animarla a mejorar la eficiencia energética de su vivienda.

Amplio respaldo social a las energías renovables

El estudio también refleja un elevado consenso social sobre el papel de las energías renovables para reforzar la seguridad energética del país. En concreto, el 73% de la ciudadanía considera que España debería impulsar estas fuentes para reducir el impacto que acontecimientos externos, como los conflictos internacionales, tienen sobre el precio de la energía.

Por comunidades autónomas, Baleares encabeza este respaldo (83,4%), seguida de Galicia (78,3%), Canarias (77,6%), Murcia (76,4%), Navarra (76,3%) y Extremadura (76,1%). Aunque Andalucía (66%) y Cantabria (66,3%) registran los porcentajes más bajos, el apoyo se mantiene claramente mayoritario en ambos territorios.