

Consumi Energetici nell'Era Digitale: Come Risparmiare Energia a Casa e Fuori

written by Marco Salvaterra | 24 ottobre 2023



Viviamo in un'epoca digitale, dove l'uso intensivo di dispositivi elettronici fa ormai parte integrante della nostra quotidianità. Siamo costantemente connessi, sia a casa che fuori casa, ma raramente riflettiamo sull'impatto energetico di queste abitudini. In questo articolo, esamineremo come i consumi energetici in casa e fuori casa siano strettamente legati alle nostre abitudini digitali, e forniremo consigli per ridurre il nostro impatto ambientale e risparmiare energia elettrica.

L'Impatto Energetico dell'Utilizzo dei Dispositivi Digitali

[Un recente studio di ExpressVPN sui consumi legati ai dispositivi tecnologici](#), sottolinea quanto l'uso crescente dei dispositivi digitali abbia contribuito all'aumento del consumo energetico a livello globale. Nel 2020, il consumo energetico legato a server, data center e dispositivi connessi ha superato i 8.4 milioni di gigawatt-ore, quantità equivalente all'energia prodotta da circa 68 centrali nucleari. Questi dati mettono in evidenza quanto i dispositivi digitali e le attività online abbiano un ruolo significativo nell'uso complessivo di energia.

1. Uso dei Social Media

Le piattaforme di social media sono ormai parte integrante della nostra vita, ma spesso non riflettiamo sul loro impatto energetico. In realtà, i data center che ospitano i servizi di social media richiedono enormi quantità di energia per mantenere le nostre interazioni online.

Per ridurre l'impatto energetico dell'uso dei social media, considera:

- Limitare il tempo trascorso sui social media.

- Disattivare le notifiche inutili per ridurre l'uso del tuo smartphone.
- Caricare e scaricare foto e video in alta risoluzione solo quando necessario.

2. Videogiochi Online

I videogiochi online sono noti per l'uso intensivo di risorse energetiche, sia sul lato dei server di gioco che sulle console o i computer dei giocatori. Le immagini ad alta definizione e le interazioni in tempo reale richiedono una potenza di elaborazione significativa.

Per limitare il consumo energetico legato ai videogiochi:

- Scegliere giochi con opzioni di risparmio energetico.
- Impostare il computer o la console in modalità di risparmio energetico quando non sono in uso.
- Limitare il tempo dedicato al gioco e spegnere i dispositivi quando hai finito.

3. Navigazione Online

La navigazione su Internet è un'altra attività quotidiana che può avere un impatto energetico. I server web che ospitano siti web e servizi online richiedono energia per essere alimentati e mantenuti operativi.

Per ridurre il consumo energetico durante la navigazione:

- Utilizzare browser web con funzionalità di risparmio energetico.
- Chiudere le schede del browser non utilizzate.
- Impostare il computer in modalità sospensione o spegnimento quando non è in uso.

4. Uso di Dispositivi Mobili

I dispositivi mobili, come smartphone e tablet, sono diventati indispensabili per molte persone. Tuttavia, la loro crescente utilizzazione contribuisce al consumo energetico complessivo.

Ecco alcuni suggerimenti per ridurre il consumo energetico dei dispositivi mobili:

- Riduci la luminosità dello schermo.
- Disattiva le funzionalità non necessarie come il Bluetooth o il GPS.
- Carica il dispositivo solo quando è necessario e utilizza caricabatterie efficienti.

5. Lavoro da Casa

Il lavoro da casa è diventato la norma per molte persone, il che significa un aumento dell'uso di dispositivi elettronici durante le ore lavorative.

Per rendere più sostenibile il lavoro da casa:

- Scegliere un computer con una buona classificazione energetica.
- Utilizzare dispositivi di videoconferenza con opzioni di risparmio energetico.
- Spegnere o mettere in modalità sospensione il computer quando non è in uso.

6. Elettronica Domestica

A casa, i consumi energetici sono spesso legati all'uso di elettrodomestici e dispositivi elettronici come televisori, frigoriferi e lavatrici.

Per ridurre il consumo energetico in casa:

- Investi in elettrodomestici con una buona efficienza energetica.

- Scollega gli apparecchi non utilizzati o utilizza prese intelligenti per spegnerli automaticamente.
- Imposta il termostato in modo efficiente per il riscaldamento e il raffreddamento.

Conclusione

L'uso crescente dei dispositivi digitali ha un impatto significativo sui consumi energetici sia a casa che fuori casa. Tuttavia, possiamo ridurre il nostro impatto ambientale e risparmiare energia elettrica adottando alcune abitudini consapevoli e modificando il nostro comportamento online e offline. Scegliere dispositivi energeticamente efficienti, limitare il tempo trascorso sui social media e videogiochi, e ottimizzare le impostazioni dei dispositivi sono solo alcuni dei modi in cui possiamo contribuire a un futuro più sostenibile. Le piccole azioni quotidiane possono fare la differenza nel ridurre il nostro consumo energetico e preservare il nostro pianeta per le future generazioni.