

România Eficienta: Calitatea mediului din locuinte contribuie la sanatatea, starea de bine si productivitatea ocupantilor

Calitatea mediului din locuinte contribuie la sanatatea, starea de bine si productivitatea ocupantilor, în condițiile în care petrecem, în medie, 90 % din timp în interiorul cladirilor, sustin specialistii în domeniu.

România Eficienta a transmis câteva sfaturi practice pentru a avea locuinte mai eficiente energetic si mai sanatoase.

"Petrecem, în medie, circa 90% din timp în interiorul cladirilor, asadar acestea ar trebui sa ofere un mediu interior de calitate, care sa contribuie la sanatatea si starea de bine a ocupantilor. Pentru a creste gradul de constientizare publica privind atentia pe care e necesar sa o acordam calitatii mediului din locuinte, România Eficienta explica de ce este important acest aspect si cum putem avea cladiri mai eficiente energetic si, totodata, mai sanatoase. Calitatea mediului interior (IEQ) din cladiri cuprinde patru aspecte principale: calitatea aerului din interior, confortul termic, lumina si confortul acustic, lucruri care depind în mare masura si de caracteristicile sistemelor tehnice ale cladirii (ventilatie, încălzire, racire, umbrire solara etc.). Astfel, sursa de lumina a locuintei, modul în care e încălzita sau racita, ori chiar mobilata ne pot afecta atât sanatatea, cât si productivitatea, un aspect important atunci când lucram sau învățăm acasă", se arata într-un comunicat transmis vineri AGERPRES.

Potrivit sursei citate, cresterea confortului si a calitatii mediului interior poate reduce bolile asociate cu traiul în locuinte inadecvate - insuficient ventilate, reci, umede, cu mușegai, prea expuse zgomotului - precum astmul, bronsitele sau chiar depresia. Acest lucru va diminua costurile medicale si ale altor servicii sociale. Asadar, dincolo de cresterea eficientei energetice, strategiile de renovare ar trebui sa ia în calcul îmbunatatirea calitatii mediului interior din cladiri, prin asigurarea unor niveluri adecvate de lumina, acustica, ventilatie, confort termic si calitate a aerului interior, pentru a spori starea de bine, sanatatea si productivitatea ocupantilor, se mentioneaza în comunicat.

România Eficienta arata si câțiva pasi usori si accesibili, care pot face spatiul de locuit mai eficient energetic si, totodata, mai sanatos.

Una dintre masurile care ar trebuie luate pentru a avea un aer mai sanatos în interiorul locuintei este de a ventila locuinta pentru a elimina toxinele strânse în interior si a aduce aer proaspăt în casa. "Cercetari în domeniu au aratat ca circa 52% din calitatea slaba a aerului interior poate fi atribuita insuficientei ventilari. De asemenea, ventilatia naturala poate reduce bolile de plămâni cu pâna la 20%. Asadar cel mai simplu sfat este sa deschideti ferestrele", se precizeaza în comunicat. O alta masura vizeaza alegerea unui mobilier non-toxic (fara compusi volatili organici).

Pentru un confort termic si acustic mai mare trebuie investit în termoizolatia cladirii (ziduri, ferestre, usi, acoperis, podele etc.) pentru a diminua pierderile de energie si implicit facturile, spori confortul termic, reduce zgomotul, protejând totodata mediul. "Cresteti ventilatia si fluxul de aer prin racirea naturala a aerului pe timp de vara. Ventilatia pasiva, ideal cu doua zone deschise într-un spatiu, poate aduce economii de energie de pâna la 25-50% din utilizarea aerului conditionat. Montati jaluzele exterioare sau interioare si alegeti draperii groase, care pot preveni pierderile de caldura în timpul iernii si pot bloca lumina nedorita a soarelui, pentru a va mentine casa mai racoroasa vara. Plantati copaci lângă locuinta - umbra acestora poate contribui la reducerea vârfului temperaturii în timpul verii cu 2-9 grade Celsius", sunt printre sfaturile practice pentru a avea locuinte mai eficiente energetic si mai sanatoase transmise de România Eficienta.

De asemenea, o lumina de calitate este esentiala pentru o viata sanatoasa si de aceea este nevoie de maximizarea

utilizarii luminii naturale. Cercetarile au indicat ca astfel poate fi redusa nevoia de iluminat artificial cu 16-20%. În plus, lumina naturala poate creste productivitatea cu pâna la 15%.

"Investiti în corpuri de iluminat eficiente energetic, de tip LED, care consuma mai putin si au o durata de viata mai mare, asigurându-va, totodata, ca acestea vor furniza nivelul de lumina adecvat pentru fiecare încăpere. Iluminatul influenteaza starea de spirit si, combinat cu alte elemente, contribuie inclusiv la o mai buna concentrare", se arata în comunicat.

Comisia Europeana recunoaste importanta unei bune calitati a aerului interior în ceea ce priveste asigurarea unor cladiri sanatoase si solicita ca acest aspect sa fie luat în calcul la cladirile cu emisii zero, care devin noul standard pentru cladirile noi, precum si nivelul ce trebuie atins printr-o renovare aprofundata din 2030.

"Statele membre impun ca cladirile cu emisii zero sa fie echipate cu dispozitive de masurare si control pentru monitorizarea si reglarea calitatii aerului din încăperi. În cladirile existente, instalarea unor astfel de dispozitive este necesara, în cazul în care acest lucru este fezabil din punct de vedere tehnic si economic, atunci când o cladire este supusa unei renovari majore", se arata în textul propunerii de revizuire a Directivei privind performanta energetica a cladirilor.

De asemenea, "statele membre abordeaza, în ceea ce priveste cladirile care fac obiectul unor renovari majore, aspectele legate de conditiile care caracterizeaza un climat interior sanatos, adaptarea la schimbarile climatice, protectia împotriva incendiilor si riscurile legate de activitatea seismica intensa, eliminarea substantelor periculoase, inclusiv azbestul, si accesibilitatea pentru persoanele cu dizabilitati", se mai arata în textul Directivei mentionate.

Potrivit unor date publicate de Institutul European pentru Performanta Cladirilor (2019), aproximativ 2,2 milioane de europeni sufera de astm din cauza conditiilor lor de viata si 110 milioane locuiesc în cladiri cu mari concentratii de poluanti periculosi, din cauza nivelurilor inadecvate de ventilatie.

România Eficienta este un proiect privat de anvergura nationala, derulat de Energy Policy Group (EPG), în parteneriat si cu finantarea OMV Petrom. Proiectul a demarat în vara anului 2019 si consta în derularea unui program national de promovare a eficientei energetice. România Eficienta își propune sa sprijine atingerea tintelor României pentru 2030 în privinta reducerii emisiilor de carbon si a cresterii eficientei energetice, atât prin campanii de informare si educare, cât si prin realizarea unor proiecte concrete de renovare majora în scoli publice din diferite regiuni ale tarii.

Asociatia Energy Policy Group (EPG) este un think-tank independent si non-profit, specializat în politici de energie si clima, analiza de piata si strategie energetica, fondat în 2014.

OMV Petrom este cea mai mare companie integrata de energie din Europa de Sud-Est, cu o productie anuala de titei si gaze la nivel de grup de aproximativ 47 milioane bep în 2021.