



**Mondragon
Unibertsitatea**

Biblioteka

Competencias Digitales

Materiales de formación para
estudiantes de grado

4. Seguridad

4.4. Protección del entorno:

4.4.1. Cómo utilizar los dispositivos de forma óptima para ahorrar energía

Material elaborado por CRUE-REBIUN y adaptado por la Biblioteca de Mondragon Unibertsitatea



Excepto si se señala otra cosa, la licencia del documento se describe como Atribución-NoComercial 3.0 España, 2020

Seguridad.
Protección del entorno.

Como utilizar los dispositivos de forma óptima para ahorrar energía



CRUE

REBIUN

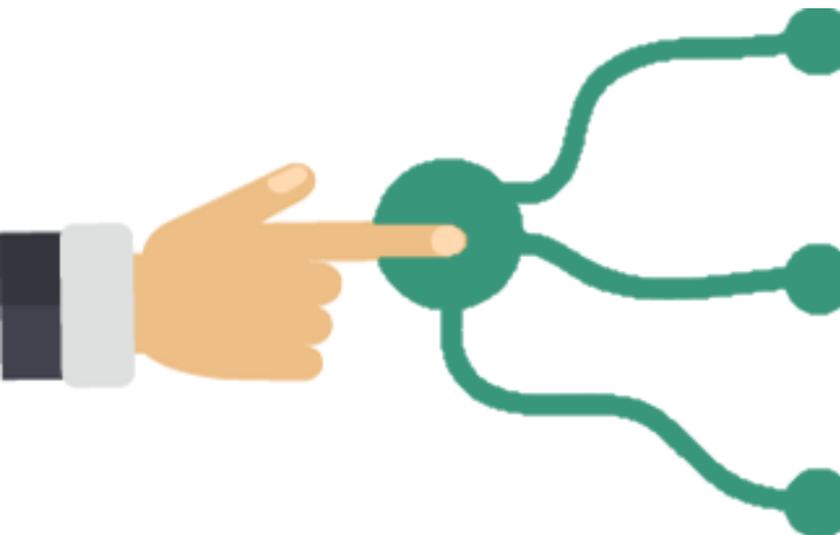
Red de Bibliotecas Universitarias

SUMARIO

- Opciones de gestión de energía de los dispositivos
 - Portátiles
 - Móviles
- Errores en el uso de baterías de los dispositivos
- Optimización de baterías

OBJETIVOS

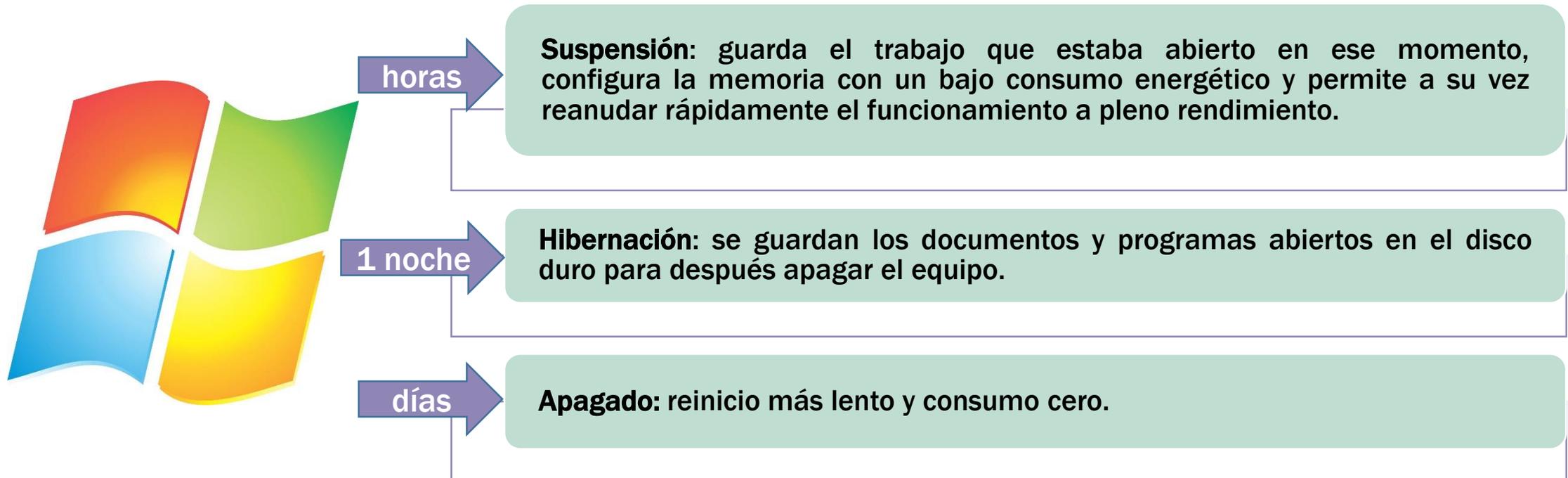
Al finalizar esta actividad tienes que ser capaz de:

- 
- Conocer la forma de alargar la vida útil de los dispositivos electrónicos
 - Tomar medidas básicas de ahorro energético
 - Recargar baterías optimizando su durabilidad

OPCIONES DE GESTIÓN DE ENERGÍA DE LOS DISPOSITIVOS: el portátil



Normalmente, cuando dejamos de trabajar con el ordenador portátil, cerramos la tapa para que la pantalla se apague pero, dependiendo de la configuración del ordenador, éste puede apagarse, suspenderse, hibernarse... Estas opciones son realmente útiles porque, además, ahorran batería.



OPCIONES DE GESTIÓN DE ENERGÍA DE LOS DISPOSITIVOS: el portátil



horas

Modo reposo: Reduce el consumo de energía al mínimo y rápido reinicio.

días

Apagado: Reinicio más lento y consumo cero.

¿Cómo elegir la mejor opción?

La respuesta es clara: depende del tiempo que vayas a tardar en volver a utilizar el portátil.

OPCIONES DE GESTIÓN DE ENERGÍA DE LOS DISPOSITIVOS: el móvil

- Utilizar el modo avión: esta función desactiva todas las conexiones. Evita que tu teléfono busque señal desesperadamente, pero puedes seguir utilizándolo para, por ejemplo, escuchar música o poner el despertador.
- Desactiva el WiFi: los datos gastan menos batería para estar en espera o navegar poco, mientras que el WiFi es recomendable para navegar intensivamente.
- Baja el brillo de pantalla cuando estés en un lugar más oscuro.
- Desactiva en Ajustes el Uso de datos móviles en algunas apps.
- Desactiva las notificaciones que no necesites de algunas apps.
- Desactiva el Bluetooth cuando no lo utilices.
- Activa el modo ahorro de energía.



Tanto si tienes un móvil iPhone como Android, estos consejos sencillos y eficaces te servirán para ahorrar batería y maximizar la autonomía de tu teléfono.

OPCIONES DE GESTIÓN DE ENERGÍA DE LOS DISPOSITIVOS: el móvil

- Cierra manualmente aplicaciones en segundo plano:

- **Android**



- En el frontal de tu móvil, pulsa la **tecla de función** que usualmente aparece **representada con dos rectángulos solapados**, o su equivalente, en función del fabricante y modelo de tu móvil.
 - En el desplegable que te aparecerá, haz clic en la opción asociada a administrar aplicaciones. Se abrirá la pantalla **"Aplicaciones activas"**.
 - Finalmente haz clic en la opción **"Finalizar todo"** para cerrar todas las aplicaciones en ejecución.

- **iPhone**



- Pulsa dos veces seguidas el botón **"Home"** de tu iPhone.
 - Aparecerán de izquierda a derecha en un carrusel todas las Apps que tengas abiertas. Elige la que quieres cerrar y desliza la imagen hacia arriba. Ya estará cerrada.
 - Repite el paso anterior para cada App que quieras cerrar.

En todos los terminales la pantalla es siempre lo que más consume, y es algo que está encendido siempre. Podemos minimizar este impacto acortando el tiempo de espera para el bloqueo del teléfono.

PROBLEMAS CON LAS BATERÍAS



¿Dejas tu móvil toda la noche pero por la mañana el nivel de batería no supera el 70%?



¿Se apaga repentinamente teniendo un 30% de batería?



¿No puedes trabajar con tu portátil sin que esté enchufado con el cargador?



¿No carga aunque esté enchufado a la corriente y con la batería totalmente descargada y el LED, donde indica que está encendido, parpadea?

Seguro que has pasado por alguna de estas situaciones.

ERRORES QUE CONSUMEN ENERGÍA



Un software desactualizado en tu dispositivo móvil, ya que las nuevas actualizaciones incluyen tecnologías de ahorro de energía.

Gestionar de forma automática la conexión WiFi.

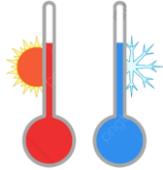
Aplicaciones instaladas que ya no utilizas o APP gratuitas que incluyen anuncios visibles o en forma de pop-up.

Una micro SD en mal estado, o de mala calidad, puede requerir más energía de lo normal para funcionar correctamente.

La función vibración de nuestro "Smartphone".

Personalizar con un fondo de pantalla tu dispositivo y aplicaciones como WhatsApp.

CONSEJOS PARA OPTIMIZAR TU BATERÍA



Evita las temperaturas extremas:

- Lo ideal es entre 16° y 22°. Exponerlo a temperaturas superiores a 35° podría dañar de forma permanente la capacidad de la batería.
- En un sitio frío la batería durará menos pero es una situación temporal.



Utiliza cargadores originales:

- El cargador es más que un cable y un enchufe, vigilan voltajes, sobrecalentamientos y sobrecargas, y por tanto son elementos en los que conviene invertir.



No cargues tu móvil con las fundas de protección:

- Pueden calentar excesivamente tu dispositivo y afectar a tu batería.



Si vas a guardar tu dispositivo durante un largo tiempo:

- Para cuidar la batería guárdalo apagado y con media carga, lo hacemos con la batería completamente descargada, puede pasar a un estado de descarga total que haga imposible su recarga futura.
- Almacénalo en un sitio fresco y seco.



No dejes el móvil cargando toda la noche:

- El litio puede «cristalizarse» y la batería puede perder vida útil.

Y POR ÚLTIMO...

No dejes que tu batería se cargue al 100%, pues cuando esto ocurre el voltaje es más alto y produce una mayor energía que estresa y desgasta la batería a lo largo del tiempo

Los especialistas de [Battery University](#) estiman que una batería que se carga habitualmente al 100% tendrá aproximadamente entre 300 y 500 ciclos de carga, mientras que una cargada al 70% de su capacidad aguantará hasta los 1.200 o 2.000 ciclos

Tampoco dejes que se descargue completamente. [Samsung](#) recomienda que es mejor no dejar que la batería se quede por debajo del 20%.



Los actuales móviles y portátiles con baterías integradas requieren un mayor cuidado para poder prolongar su vida.

PARA SABER MÁS...

-  [Suspender, hibernar o apagar el portátil, ¿qué debo hacer?](#)
-  [¿Cuál es la diferencia entre suspender e hibernar en Windows?](#)
-  [8 consejos útiles para ahorrar batería en tu Smartphone](#)
-  [11 mitos y realidades en baterías de portátiles](#)
-  [Optimiza la autonomía y vida útil de la batería](#)



**Mondragon
Unibertsitatea**

Biblioteka

Si tienes alguna duda, pregunta en tu
[biblioteca](#):



**Basque Culinary Center
Biblioteka**

Juan Abelino Barriola pasealekua, 101
20009, Donostia, Gipuzkoa.
T. 943574514
biblioteca@bculinary.com

**Enpresa Zientzien Fakultatea
Biblioteka**

Ibarra Zelaia, 2
20560, Oñati, Gipuzkoa.
T. 943718009
biblioteca.enpresagintza@mondragon.edu

**Humanitate eta Hezkuntza Zientzien Fakultatea
Biblioteka**

Dorleta, z/g.
20540, Eskoriatza, Gipuzkoa.
T. 943714157
biblioteca.huhezi@mondragon.edu

**Goi Eskola Politeknikoa
Biblioteka**

Campus Iturripe. Loramendi, 4. 20500 Arrasate – Mondragon, Gipuzkoa.
Campus Orona Ideo. Fundazioa eraikuntza, Jauregi Bailara, z/g. 20120 Hernani, Gipuzkoa.
T. 943794700
biblioteca.mgep@mondragon.edu