

# Illuminazione

Molti dei nostri edifici utilizzano ancora lampade poco efficienti e spesso la distribuzione delle sorgenti luminose non soddisfa a pieno le diverse esigenze.

Una importante riduzione dei consumi si ottiene con la sostituzione di vecchie lampade con nuovi modelli più efficienti. La scelta deve ricadere sulle lampade a LED che oggi rappresentano la frontiera della tecnologia. Sono molto efficienti, a parità di luce emessa consumano fino al 50% di energia in meno rispetto alle lampade a fluorescenza e hanno un tempo di vita di oltre 100.000 ore contro le 10.000 di una lampada a fluorescenza. Unico svantaggio è il costo elevato dell'investimento iniziale, che rientra però in breve tempo.



*Le lampade a LED (Diodi ad Emissione Luminosa) sono dispositivi luminosi costituiti da piccoli chip di silicio in grado di convertire la corrente elettrica direttamente in fonte luminosa. Inizialmente impiegati solo nell'elettronica, oggi sono impiegati in tutti i settori compreso quello domestico.*

*Caratteristica molto apprezzabile è la durata, che varia da 40.000 a 100.000 ore in funzione del colore e dell'efficienza. L'efficienza luminosa è il parametro che dà un'idea della quantità di energia elettrica assorbita trasformata in luce. I LED hanno efficienze che in genere vanno dai 90 agli oltre 100 lumen/watt rispetto ai 60 lumen/watt delle lampade fluorescenti (CFL).*



[PER SAPERNE DI PIU'](#)

CONSULTA LA BREVE GUIDA

#ILLUMINAZIONEinClasseA

**SCEGLIERE LA LAMPADA GIUSTA, A BASSO CONSUMO E RIDOTTO IMPATTO AMBIENTALE**

[SCARICA IL FILE IN FORMATO PDF](#)

Ultima modifica: 26 Maggio 2020

Stampa

# Illuminazione - consigli d'uso



## Sarà il tecnico che ha eseguito la diagnosi energetica a segnalare come intervenire sull'impianto di illuminazione

Di seguito segnaliamo alcuni principi generali da seguire per avere prestazioni migliori evitando sprechi di energia

- 1 E' bene sfruttare al massimo la luce naturale che entra dalle finestre
- 2 Per aumentare la luminosità e diminuire i consumi della luce artificiale, le pareti degli ambienti devono essere tinteggiate con colori chiari.
- 3 Il lampadario centrale può fornire l'illuminazione "generale", ma è necessaria un'illuminazione "localizzata" più intensa nelle zone destinate ad attività precise come pranzare, leggere, studiare
- 4 Il lampadario provvisto di molte lampade non è una soluzione vantaggiosa in termini energetici. Conviene scegliere un lampadario centrale con una lampada sola, oppure, nel caso di un interruttore doppio se ne può installare uno a due lampade, una di potenza inferiore e una di potenza maggiore
- 5 Sculture e particolari oggetti possono essere illuminati o da un solo lato per avere un gioco d'ombre o da più punti per dare volume all'oggetto. L'illuminazione più idonea è quella data dalle lampadine con riflettore dicroico, in quanto consentono di dirigere la luce con grande precisione
- 6 Per i quadri l'illuminazione deve essere uniforme e può essere realizzata attraverso un tubo fluorescente che, oltre a consumare poca energia, riesce a valorizzare i colori degli oggetti che illumina come una lampadina ad incandescenza. Attenzione alla posizione, in modo che la sorgente non si 'rifletta' sul quadro o sul suo vetro o non finisca nel campo visivo dell'osservatore
- 7 Il televisore non va mai guardato al buio. Il televisore acceso all'interno di una stanza buia può provocare disturbi alla vista. Accendere una lampada a basso consumo all'interno della stanza è la soluzione ideale
- 8 Per leggere seduti sul divano, una persona di 60 anni ha bisogno di una quantità di luce sei volte superiore a quella necessaria ad un giovane di 20 anni. È quindi utile mettere a fianco del divano una lampada con variatore di luce (dimmer)
- 9 Nella zona pranzo è meglio utilizzare una luce sospesa concentrata sul tavolo oppure una lampada da terra, con braccio curvo, che illumini il tavolo. Le lampadine a basso consumo sono l'ideale se la zona rimane illuminata per lunghi periodi, almeno dalle due alle tre ore consecutive
- 10 In cucina, oltre l'illuminazione generale, occorre prevedere luci sotto i pensili, sui piani di lavoro e sul piano di cottura da utilizzare solo dove e quando servono. Qui le lampade ad incandescenza possono essere sostituite dai tubi fluorescenti o dalle lampade alogene a bassissima tensione
- 11 Per le scrivanie sono da preferire le lampade da tavolo con braccio orientabile, meglio se funzionanti con lampade alogene a bassissima tensione. La lampada deve essere posta circa 60cm al di sopra del piano di lavoro per evitare zone d'ombra e posizionata dal lato opposto della mano che scrive
- 12 Sui comodini servono invece lampade che consentano la lettura e che nello stesso tempo non disturbino un'eventuale altra persona che magari sta dormendo. La soluzione ideale è una lampada con fascio luminoso orientabile, del tipo quelle per le scrivanie. Un

suggerimento: in camera da letto è utile prevedere un interruttore posto sopra il letto per lo spegnimento delle luci

- 13 Nei bagni sono sufficienti plafoniere o faretti a soffitto per l'illuminazione generale e appliques ad accensione separata, montati ai lati dello specchio e orientati verso il basso in direzione del viso, attenzione anche qui all'abbagliamento. Essendo il bagno un ambiente che richiede un'illuminazione istantanea e per breve tempo le lampade più adatte sono le alogene
- 14 Per i corridoi e le scale applique e plafoniere sono una valida soluzione. In questi locali è raro che la luce rimanga accesa per molte ore, mentre sono frequenti le accensioni e gli spegnimenti. È quindi opportuno orientarsi verso le lampade alogene. In questi luoghi è consigliabile l'impiego di interruttori a tempo, che si spengono automaticamente dopo un periodo prestabilito di tempo
- 15 Anche a livello condominiale si può risparmiare energia elettrica. Scale, cantine, garage sono locali dove la luce rimane accesa per lungo tempo: conviene utilizzare lampade fluorescenti e installare un interruttore a tempo

Ultima modifica: 14 Maggio 2019

 Stampa