

2. ACTIVIDAD | ¿Cuánta electricidad utilizamos?

La electricidad es imprescindible para nuestra vida cotidiana y para el funcionamiento de las actividades económicas. Pero producirla y utilizarla tiene consecuencias ambientales y requiere recursos.

Datos del sistema eléctrico

Demanda de energía en tiempo real

Nacional

Última actualización: 09-09-2026 11:55

Acceder a todos los datos

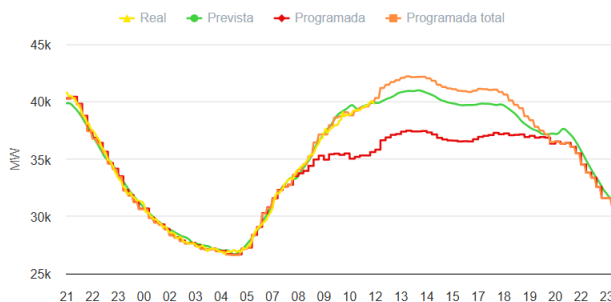
Real
39838 MW

Prevista
39928 MW

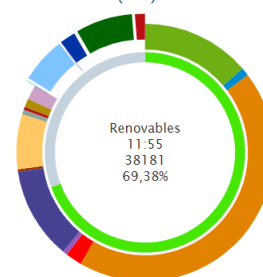
Programada
35605 MW

Programada total
39952 MW

Emisiones CO2 eq.
1635,4 t/h



Estructura de generación y almacenamiento (MW)



Desarrollo

Accede a la herramienta de **Red Eléctrica**:

<https://www.ree.es/es>

[Demanda eléctrica en tiempo real · REE](#)

Observa la evolución de la demanda eléctrica y responde:

1. OBSERVA

- ¿Cuál es aproximadamente la demanda eléctrica en el momento en que realizas la actividad?
- ¿La demanda se mantiene constante durante el día?
- ¿En qué momentos aumenta?
- ¿En qué momentos disminuye?

2. INTERPRETA

¿Por qué crees que existen diferencias entre unas horas y otras?

Relaciona los cambios de demanda con actividades como:

- Iluminación.
- Climatización.
- Actividad industrial.
- Uso de electrodomésticos.
- Actividad comercial.
- Transporte y otros servicios.

3. REFLEXIONA

- ¿Qué actividades de nuestra vida cotidiana requieren más electricidad?
- ¿Crees que podemos reducir la demanda sin reducir nuestro bienestar?
- ¿Qué medidas podrían aplicar las empresas?
- ¿Qué medidas podrían aplicar los hogares?

Reto

Seleccionad **tres medidas** que permitan reducir el consumo de electricidad en un centro educativo, empresa o vivienda sin afectar a las actividades esenciales. Presentadlas al resto de la clase y justificad vuestra propuesta.

Duración

30-40 minutos.

Agrupamiento

Pequeños grupos de 3-4 personas.

Producto final

Propuesta de tres medidas de ahorro y eficiencia energética justificadas a partir de la observación de datos reales.