

Frigorifero che consuma troppo in estate: come risparmiare

Pubblicato: Sabato 25 Luglio 2026



Bollette estive alle stelle? Spesso la colpa è del frigorifero. Ecco i consigli pratici e gli interventi di manutenzione per tagliare i consumi in modo intelligente.

L'estate porta con sé sole, vacanze e, purtroppo, bollette dell'energia elettrica decisamente più salate. In questo periodo dell'anno, il frigorifero si trova a compiere un lavoro straordinario per mantenere gli alimenti alla giusta temperatura. Essendo l'unico elettrodomestico della casa costantemente attivo 24 ore su 24, la sua efficienza influisce in modo determinante sulle spese mensili. I dati indicano che questo apparecchio incide da solo per **circa il 18-20% dei consumi domestici** complessivi.

Durante i mesi più caldi, il compressore deve attivarsi con una frequenza maggiore a causa della differenza termica con l'ambiente esterno. Questo sforzo continuo si traduce in un aumento visibile dei chilowattora consumati. Spesso bastano piccoli accorgimenti quotidiani e una corretta manutenzione per alleggerire il carico di lavoro del motore. Nei casi in cui l'usura comprometta le prestazioni, la soluzione ideale consiste nell'acquistare [ricambi per elettrodomestici online](#) affidabili, così da ripristinare il corretto funzionamento del dispositivo con una spesa minima.

1. Qualche numero su consumi e temperatura

Per iniziare a risparmiare, bisogna valutare prima di tutto **quanto sta incidendo l'età dell'elettrodomestico sul bilancio familiare**. Un frigorifero moderno di nuova generazione consuma mediamente tra i 100 e i 250 kWh all'anno, con una spesa stimata che oscilla tra i 45 e i 65 euro

(calcolata su una tariffa media di 0,25 €/kWh). Al contrario, un modello combinato di media fascia richiede circa 250-350 kWh annui (65-90 euro), mentre un dispositivo datato, con oltre 12-15 anni di servizio sul groppone, può facilmente superare i 450 o persino i 700 kWh, arrivando a costare fino a 180 euro all'anno.

A incidere su questi numeri, oltre alla classe energetica definita dalla nuova etichettatura europea in vigore dal 2021, contribuiscono lo stato dei singoli componenti e le impostazioni del termostato.

Per ottimizzare la gestione dell'energia, gli esperti raccomandano di regolare con attenzione le varie temperature. Ma come?

- **Il vano frigorifero:** deve essere impostato a una temperatura compresa tra 2°C e 4°C (o al massimo 5°C). Temperature inferiori ai 2°C si rivelano pressoché inutili per la conservazione degli alimenti e dannose per il portafogli; ogni grado in meno rispetto alla soglia consigliata comporta un incremento dei consumi del 5%.
- **Il vano congelatore:** la temperatura standard deve rimanere fissa a -18°C.
- **Uso del selettore:** se l'elettrodomestico possiede una manopola meccanica con numeri da 1 a 5 o 6, conviene posizionarla sui valori intermedi. Il numero più alto corrisponde infatti al freddo massimo e costringe il motore a cicli di lavoro continui. Nei modelli dotati di display elettronico, invece, si possono impostare direttamente i gradi desiderati.

2. Buone abitudini e organizzazione per limitare gli sprechi

Il risparmio energetico passa anche attraverso le nostre abitudini quotidiane e tramite la corretta disposizione dei cibi sui ripiani. Quando apriamo la porta del frigorifero, infatti, l'aria calda e umida dell'ambiente esterno subentra a quella fredda dell'interno. Il compressore deve perciò avviarsi immediatamente per ripristinare le condizioni termiche ideali. Per questo motivo, **ridurre al minimo i tempi di apertura dello sportello** si rivela il modo migliore per risparmiare.

Altrettanto importante è l'**organizzazione degli spazi interni**. All'interno del frigorifero la temperatura varia a seconda della zona (fatta eccezione per i modelli dotati di tecnologia Total No Frost, che distribuiscono il freddo in modo uniforme).

Per favorire una corretta circolazione dell'aria, gli alimenti vanno posizionati in modo intelligente.

- **La porta e la parte alta:** sono i punti meno freddi, per cui puoi conservarci uova, bevande, latte, burro e latticini freschi.
- **I ripiani centrali:** ospitano idealmente i cibi cotti, i salumi e gli avanzi.
- **I ripiani inferiori (sopra i cassetti):** rappresentano la zona più fredda del frigorifero, destinata alla conservazione di carne e pesce crudo.
- **I cassetti sul fondo:** riparano dall'umidità e sono ideati appositamente per la frutta e la verdura.

Considera poi che un frigorifero eccessivamente pieno impedisce all'aria fredda di muoversi liberamente, costringendo il motore a lavorare sotto sforzo. Un vano troppo vuoto, d'altra parte, perde rapidamente la sua stabilità termica a ogni minima apertura.

Evita di conservare cibi ancora caldi, perché rilasciano vapore e calore sovraccaricando il sistema di refrigerazione. Infine, **posiziona l'elettrodomestico lontano da fonti di calore** come forni, piani cottura e termosifoni, e assicurati che ci sia uno spazio di qualche centimetro tra la parete posteriore e l'apparecchio, per consentire la corretta ventilazione.

3. La manutenzione giusta per allungare la vita del frigo

Se l'apparecchio sembra non staccare mai o produce un consumo anomalo di energia, potrebbe trattarsi di un guasto o una cattiva manutenzione di alcuni componenti. Per esempio, le serpentine (posizionate sul retro) accumulano molto facilmente la polvere. Assicurati quindi di **pulire il condensatore almeno due volte all'anno** così da favorire la corretta dissipazione del calore e prevenire pericolosi surriscaldamenti del compressore. Ricordati anche di **sbrinare manualmente il frigo** se il tuo modello non ha l'impostazione dedicata. In questo modo eliminerai lo strato di ghiaccio sulle pareti che, agendo come un isolante termico, aumenta i costi in bolletta.

Un altro controllo fondamentale riguarda lo stato delle **guarnizioni della porta**. Se la gomma è usurata o deformata, si creano delle fessure invisibili che lasciano entrare l'aria calda della stanza all'interno del vano. Per verificare la tenuta, puoi fare una prova molto semplice usando un **foglio di carta**: inseriscilo tra la porta e il telaio del frigorifero, poi chiudi lo sportello. Se tirando il foglio questo scivola via senza alcuna resistenza, significa che la guarnizione ha perso la sua efficacia e devi sostituirla.

In questi casi, per evitare sprechi in bolletta e rimettere a nuovo l'apparecchio, ti basta cercare i **[ricambi per frigoriferi](#)** adatti al tuo modello. Per aiutarti a trovare facilmente i componenti corretti, il portale **Figevida** mette a disposizione un catalogo completo dove puoi reperire guarnizioni, termostati, ventole o sonde di temperatura. Ti basta inserire la marca o il codice del tuo elettrodomestico per individuare subito il pezzo compatibile.

Se hai dubbi sulla diagnosi o non sai come procedere con la sostituzione, la piattaforma ti offre un servizio davvero utile: una **video-consulenza tecnica** di 15 minuti tramite WhatsApp, Skype o Google Meet. Potrai parlare direttamente con un esperto, mostrargli il problema e ricevere indicazioni precise sul da farsi. Grazie a questo supporto e alle tante guide dettagliate presenti sul sito, riparare il tuo frigorifero diventa un'operazione davvero alla portata di tutti.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it