

¡No cargues el celular hasta el 100%! : las razones por las que se puede dañar

07/09/2024



A medida que los **celulares** se volvieron un **elemento vital** en nuestra vida diaria, ya sea para **trabajar**, **estudiar** o simplemente **conectarnos con otras personas**, la **duración de la batería** se convirtió en un factor muy importante al momento de elegir qué móvil comprar.

Si bien muchos pueden adaptarse a algunos hábitos que parecen inofensivos, como **cargar el teléfono hasta el 100%**, los expertos advierten sobre las **consecuencias negativas** de esta práctica. Los fabricantes recomiendan limitar la carga entre un **80% y 85%** para alargar la vida útil del dispositivo y optimizar su rendimiento.

Las **baterías de iones de litio**, que son las más comunes en los smartphones actuales, tienen una **duración limitada**. Cada vez que cargamos el dispositivo, usamos un ciclo de carga. Este

ciclo se define como el proceso de cargar la **batería al 100%** y luego descargarla completamente.

❌ *La duración de la batería es muy importante. Foto: Unsplash*

Ahora bien, llevarla al máximo y dejar que se agote por completo puede **acortar la vida útil**. La realidad es que muy pocos saben qué mantener la carga entre el **20% y el 80% o máximo 85%** puede ser una estrategia efectiva para **prolongar la duración** de este componente vital.

El enemigo invisible de las baterías: el calor

Uno de los factores más **perjudiciales para la salud de la batería es el calor**. Cuando un smartphone se carga por encima del **85%**, es probable que **la batería se caliente más de lo normal**. Este aumento de temperatura puede dañar sus celdas y acelerar su desgaste.

Muchos fabricantes, como Samsung y OnePlus, implementaron **tecnologías de carga inteligente** que limitan la velocidad una vez que se alcanza el **80-85%**, lo que ayuda a **minimizar el calentamiento** y a preservar la integridad de la batería.

¿Qué pasa con el voltaje?

Las baterías experimentan un mayor estrés cuando se cargan al 100%. Al llenar su capacidad, aumenta su voltaje interno, lo que puede generar una degradación de sus materiales y así **reducir su capacidad a largo plazo**. Mantener la carga en un rango bajo, disminuye la generación de calor y minimiza el riesgo de daño de los componentes internos.

Entonces, **detener la carga entre el 80% y el 85%** es un punto medio que evita desgastar la batería y someterla a un **estrés**

excesivo. Con ese porcentaje, tampoco se afecta significativamente la autonomía del dispositivo.

✘ *La batería se puede dañar si se carga al 100%. Foto: Unsplash*

Cómo limitar la carga de tu smartphone

Los celulares modernos, tanto Android como iOS, tienen una opción para **limitar automáticamente la carga al 80% u 85%**. De esta forma, no tenés que preocuparte por desenchufar el cargador. La opción se encuentra **en Ajustes, dentro de la sección de Batería.**

A largo plazo, activar esta opción tiene consecuencias significativas: **cargar hasta el 85%** puede ser una forma más segura de que tu dispositivo esté realmente en **condiciones óptimas para su uso.** Al adoptar esta práctica, no solo prolongarás la vida útil de tu batería, sino que también **mejorarás el rendimiento general de tu smartphone.**

✘ *Recomendaciones al momento de cargar el celular. Foto: Unsplash.*

Consejos prácticos para lograr una carga eficiente

A continuación, algunas recomendaciones para maximizar la vida útil de la batería:

- **Cargar en intervalos:** en lugar de dejar el teléfono cargando toda la noche, intenta cargarlo en intervalos. Por ejemplo, durante una hora, en lugar de dejarlo conectado por largos períodos.
- **Usar modos de carga inteligente:** si tu dispositivo tiene

una opción de carga optimizada, actívala. Estas configuraciones ajustan automáticamente la velocidad de carga para proteger la batería.

- **Evitar temperaturas extremas:** mantener el smartphone alejado de fuentes de calor y evitar cargarlo en ambientes muy fríos.
- **Revisar la salud de la batería:** muchos dispositivos ofrecen herramientas para monitorear la salud de la batería. Es muy importante usarlas para estar al tanto del estado de tu batería.

Fuente: Canal 26