

# Conozca el mejor momento para cargar el celular

Las buenas prácticas de carga de un celular son claves para mantener su tiempo de vida útil, tanto en Android como en iPhone. Siempre se habla de la hora del día ideal para realizar este proceso, ya que muchos suelen hacerlo durante la noche mientras duermen.

Pero como todo lo relacionado frente a la carga del celular, hay ciertas recomendaciones a seguir, ya que la batería suele ser el primer componente que se desgasta en un teléfono y corta el tiempo de vida de los dispositivos.

## Se debe cargar el celular durante la noche: sí o no

Uno de los hábitos más comunes es dejar el teléfono cargando durante la noche, con la idea de despertarse por la mañana con la batería al 100%. Aunque esta práctica parece conveniente, los expertos coinciden en que no es la más recomendable. Cargar el móvil durante tantas horas puede exponer la batería a un desgaste innecesario.

Cuando el móvil alcanza el 100% de carga, el cargador sigue suministrando pequeñas cantidades de energía para mantener ese nivel. Este proceso, aunque aparentemente inofensivo, provoca un estrés constante en la batería que, con el tiempo, acaba por deteriorarla.

A largo plazo, la capacidad de la batería se reduce, obligando al usuario a recargar el teléfono con mayor frecuencia. Además, mantener el móvil conectado a la corriente durante periodos prolongados puede generar calor, y el calor es uno de los peores enemigos de las baterías de litio, ya que contribuye al desgaste y acorta su vida útil.

Este desgaste es aún más notorio cuando la carga completa se realiza de manera repetitiva, un ciclo que puede acelerar el deterioro y reducir considerablemente la autonomía del dispositivo.

## Cuál es el mejor momento para cargar el

# móvil

Contrario a lo que muchos piensan, cargar el teléfono durante la noche no es la mejor opción. El momento ideal para cargar el móvil es durante el día, cuando el usuario puede controlar de manera más eficiente el nivel de carga. Esto no solo evita que la batería llegue al 100%, sino que también permite desconectar el móvil una vez que ha alcanzado un nivel óptimo de carga.

El método más recomendado es mantener el nivel de batería entre el 20% y el 80%. Este rango de carga es el más adecuado para minimizar el deterioro de la batería y maximizar su vida útil. Mantenerse dentro de estos límites evita tanto la sobrecarga como las descargas completas, dos factores que pueden afectar negativamente la salud de la batería.

## **Por qué es mejor no cargar hasta el 100%**

La mayoría de los teléfonos móviles modernos cuentan con baterías de iones de litio, que no necesitan estar completamente cargadas para funcionar de manera eficiente. De hecho, los estudios han demostrado que mantener la batería constantemente en el 100% puede reducir su rendimiento a largo plazo. Esto se debe a que, al estar completamente cargada, la batería se somete a una tensión constante, lo que acelera su envejecimiento.

Por otro lado, las descargas completas –cuando la batería se reduce a 0%– tampoco son recomendables. Cada vez que esto ocurre, se fuerza la batería a realizar un ciclo de carga completo, lo que reduce el número total de ciclos disponibles antes de comience a deteriorarse.

Al mantener la batería entre el 20% y el 80%, no solo se reduce la tensión sobre la misma, sino que también se prolonga su vida útil.

## **Otros consejos para una carga eficiente**

Además de evitar la carga nocturna y seguir el método 20/80, existen otros hábitos que pueden ayudar a prolongar la vida útil de la batería y mejorar la eficiencia del teléfono móvil. Estos son algunos consejos prácticos:

**Desconectar el móvil una vez que alcance el 80%:** aunque muchas personas prefieren dejar sus dispositivos conectados hasta el 100%, esto no es necesario. El 80% de carga es suficiente para asegurar una autonomía adecuada sin poner en riesgo la batería.

**Evitar el uso del móvil mientras se carga:** utilizar el teléfono mientras está conectado a la corriente genera calor, lo que, como mencionamos anteriormente, es perjudicial para la batería. Además, el uso intensivo durante la carga puede prolongar el tiempo que el dispositivo pasa conectado, sometiéndolo a más ciclos de carga.

**Utilizar cargadores de buena calidad:** un cargador de mala calidad puede no solo afectar la velocidad de carga, sino también dañar la batería. Lo ideal es utilizar siempre cargadores oficiales o aquellos recomendados por el fabricante del dispositivo.

**Mantener el dispositivo a temperaturas moderadas:** tanto el calor extremo como el frío intenso pueden afectar el rendimiento de la batería. Es recomendable cargar el teléfono en un lugar fresco y evitar exponerlo a la luz directa del sol mientras se recarga.

Con información de [Infobae](#)