



Goodnight Light: el libro de Plenitude para hacerse amigo de la oscuridad

Santander, 12 de marzo de 2026 – Plenitude lanza **Goodnight Light**, un nuevo proyecto de comunicación diseñado para fomentar el ahorro energético ayudando a los niños a superar su miedo a la oscuridad. La iniciativa se alinea con la misión de Plenitude como Benefit Corporation, promoviendo un impacto positivo en las personas y en el medio ambiente, al mismo tiempo que involucra a las generaciones más jóvenes.

El miedo a la oscuridad es una sensación común, especialmente entre los niños. Cuando llega la hora de dormir en su propia cama, quizá solos, todo se vuelve más silencioso, su atención se suaviza y el mundo que durante el día parecía tan familiar y manejable se vuelve más misterioso. La imaginación despierta y llena la habitación de sombras y formas.

Una encuesta de **Doxa**¹ realizada en colaboración con **Plenitude** en España, Italia y Francia para apoyar este proyecto internacional reveló que **tres de cada cuatro niños de entre 3 y 9 años tienen miedo a la oscuridad**, especialmente a la hora de acostarse o cuando se despiertan durante la noche. Las familias deben gestionar este miedo a diario y tratar de tranquilizar a sus hijos buscando soluciones que les hagan sentirse seguros durante la noche.

Entre las estrategias más habituales, la mayoría de los padres opta por dejar una luz encendida en la habitación del niño para que le ayude a conciliar el sueño con tranquilidad. Este hábito, muy extendido, no es energéticamente eficiente y a menudo refuerza la sensación de inseguridad de los niños en lugar de ayudarles a superar su miedo.

“Los niños necesitan recibir algo tangible que les ayude a enfrentarse a lo que les asusta, para que puedan sentir que tienen el control sobre ello. Por eso convertir la oscuridad - una presencia abstracta, envolvente y omnipresente - en un personaje puede ser tan eficaz”, explicó la **especialista pedagógica** Elena Urso. *“Dar una forma visible y comprensible a un sentimiento o a algo abstracto como el miedo a la oscuridad permite que los niños sientan que pueden conocerlo, entenderlo y enfrentarlo con calma. Un ritual familiar a la hora de dormir puede ayudarles a avanzar hacia un sueño tranquilo. En este sentido, leer un cuento es un hábito excelente: tranquiliza a los niños, les ayuda a relajarse y les permite procesar sus preocupaciones”.*

¹ Doxa, noviembre de 2025



De este modo, la oscuridad puede convertirse en una buena amiga e incluso ayudar a reducir el consumo de energía: un ritual antes de dormir, como leer un cuento con luz tenue, puede crear una atmósfera familiar y reconfortante. De hecho, el 94% de los niños en España tiene un ritual de “buenas noches” para afrontar el miedo a la oscuridad, frente al 78% de las familias que dejan una luz encendida durante la noche.

En España, **Goodnight Light** luz cobrará vida en la **Plenitude Experience Store de Santander**, que acogerá una serie de talleres para niños de 4 a 9 años, combinando la narración de cuentos con actividades creativas, como la fabricación de mini linternas LED y farolillos de madera. Los talleres se realizarán los sábados **21 de marzo, y 11 y 25 de abril, y 9 de mayo** con el objetivo de transmitir el mensaje del libro sobre el ahorro energético y ofrecer a los niños una forma divertida de aprender sobre la energía.

Creado en colaboración con las autoras Elisa Binda y Mattia Perego² y la ilustradora Hello Saris³, el libro está impreso con una tinta especial que solo aparece en la oscuridad y se recarga con la luz del día. Sus páginas, en blanco cuando se exponen a la luz, brillan en la oscuridad y se llenan de palabras para contar la historia de Lucía y Sombro, su amigo especial, quien, a través de una rima lúdica explica que la oscuridad no es algo a temer, sino un precioso aliado para ahorrar energía.

“Goodnight Light enriquece un momento de intimidad familiar y la sensación de calma del niño con un valioso mensaje educativo sobre eficiencia energética. A través de un lenguaje creativo y lúdico que une a adultos y niños, el proyecto abre un diálogo sobre los temas y valores que siempre han guiado la cultura y el posicionamiento de Plenitude”, afirmó Giorgia Molajoni, **Directora de Tecnología y Comunicación de Plenitude**.

Más información sobre la iniciativa está disponible en <https://eniplenitude.com/goodnightlight>

Acerca de Plenitude

Plenitude, una compañía controlada por Eni, opera en más de 15 países en todo el mundo con un modelo de negocio que integra la producción de 5,8 GW de electricidad renovable, la venta de energía y soluciones energéticas a 10 millones de clientes, y una red de casi 23.000 puntos de

² Elisa Binda y Mattia Perego son un dúo de autores de literatura infantil que han publicado con algunas de las editoriales más importantes de Italia. Han trabajado en el sector de la comunicación durante más de quince años y, desde 2019, se dedican a la narrativa para jóvenes lectores, abordando temas sociales y cuestiones de actualidad.

³ Hello Saris es una ilustradora que trabaja en el ámbito de la edición y la comunicación visual. Ha participado en libros y proyectos dirigidos a la primera infancia, creando universos visuales pensados para los más pequeños, y ha colaborado con agencias creativas tanto a nivel nacional como internacional.



recarga para vehículos eléctricos. Para 2028, la compañía tiene como objetivo alcanzar una capacidad renovable de 10 GW a nivel global.

En España, Plenitude ha alcanzado aproximadamente 1.700 MW de capacidad instalada. Además, la compañía también está creciendo en el mercado minorista del país, con cerca de 500.000 clientes, y ha ingresado recientemente en el mercado de movilidad eléctrica.

Contacto de prensa

ATREVIA

Estefanía Pérez – eperez@atrevia.com - (+34) 637 03 86 85

Fanny Merino – fmerino@atrevia.com - (+34) 722 38 60 39