

## ¿Cómo iluminar los ambientes? (\*)

*Es sumamente importante la iluminación en la decoración de interiores, ya que es el elemento ideal para destacar algún ambiente de la casa. Al iluminar los espacios, la vista se siente atraída por aquella zona iluminada, en contraposición a las zonas de penumbras. En un diseño de Interiores toda habitación necesita este juego de luces y sombras. Solo así, el ojo puede captar la **sensación de volumen, las texturas, y la profundidad.***

### La Sala de Estar

La sala de estar es una habitación versátil donde se desarrollan actividades como la lectura, mirar T.V., descansar, etc. Entonces, lo ideal será crear una **iluminación general**, donde serán necesarias **lámparas de pie** que permitan graduar la intensidad y enviar parte del haz lumínico hacia el cielorraso; así como también, **plafones o spots** embutidos en el cielorraso que la complementen, dirigidos hacia el solado. También se podrán ubicar **luces puntuales** sobre cuadros, bibliotecas o zona de lectura, y quizás, algunas lámparas de mesa para dar un toque de **luz ambiental** para los momentos de relax y meditación.



Ara. Molyneux

### El Comedor

En el comedor, la iluminación será muy importante y la protagonista deberá ser la mesa, para ello, se deberá ubicar una **luz puntual** con una lámpara colgante que la realce y le de categoría. Sería ideal que el artefacto elegido sea de altura regulable, aunque la altura ideal es de 70 cm por sobre la mesa y la bombita deberá estar oculta para evitar el deslumbramiento.



Además, el ambiente podría complementarse con una **iluminación general**, optando por iluminar las paredes con apliques o bien en una garganta de yeso. Tenga en cuenta que si se colocan spots embutidos en cielorraso pueden provocar algún tipo de deslumbramiento.

## La cocina

En la cocina específicamente, la **iluminación general debe ser generosa** y permitir desarrollar las actividades tales como cortar, picar, batir etc. con comodidad. Por lo tanto, la luz debe ser uniforme, sin sombras, y sobre los planos de trabajo deberá ser blanca, potente y directa. También hay lugares relevantes como debajo de las alacenas por ejemplo, en donde será ideal instalar una hilera de luz.



## El Baño

La funcionalidad del baño hace necesaria la incorporación de **mucha luz** para maquillarse o afeitarse por ejemplo, con lo cual deberá resolverse con **iluminación general** en cielorraso y complementarse con **luz puntual** en los laterales del espejo.

## El Dormitorio

La iluminación del dormitorio deberá ser **cálida y difusa**, y se buscará evitar la luz directa en cielorraso porque es molesta para el momento de descanso. Lo ideal entonces, es utilizar luces indirectas hacia el cielorraso. El ambiente podrá también complementarse con lámparas de noche que proporcionan las luces ambientales.

Como **dato final**, no hay que olvidarse cómo influyen los colores y las texturas al momento de elegir el tipo de iluminación. El color de las paredes tiene un peso fundamental en el efecto final. Es decir, la luz no se refleja de la misma manera si la superficie contra la que rebota es clara u oscura, ya que si es clara, reflejará al máximo la luz que recibe, y si es oscura, la absorberá.



(\*) Arquitecta María Teresa París, directora del **CEDO**