Interiores con estilo y calidez

LA ILUMINACIÓN ES UNO DE LOS FACTORES CLAVES EN LA DECORACIÓN DE CUALQUIER HOGAR. EN REALIDAD, ES TAN IMPORTANTE COMO LA ELECCIÓN DEL MOBILIARIO O EL ACABADO DE LOS PARAMENTOS, YA QUE ÉSTA PUEDE CAMBIAR NOTABLEMENTE LA FORMA EN LA QUE SE PERCIBEN LOS AMBIENTES.

1

2

Cada espacio de la vivienda requiere una iluminación determinada; de hecho, una iluminación deficiente podría afectar seriamente nuestro bienestar. Las lámparas iluminan y decoran al mismo tiempo. Lógicamente a la hora de optar por uno u otro modelo, podemos escoger entre una amplia gama de estilos desde el más clásico al más actual. Cada diseño, con unas líneas, formas y colores distintos, es capaz de generar distintas emociones y ambientes en una misma estancia.

¿Qué clase de iluminación necesitamos?

Dependiendo de las necesidades y uso del espacio distinguimos entre tres clases de iluminación, como nos explican desde FM ILUMINACIÓN:

Ambiental: se trata de una iluminación homogénea en toda la estancia, que evita zonas oscuras y con sombras. Estas lámparas, de variado diseño, ofrecen intensidades de luz que varían según su ubicación. En las zonas de trabajo, por ejemplo, serán mas potentes que en las áreas de descanso o relax; para estos espacios recomendamos modelos colgantes o de techo (plafones).

Focal: ilumina espacios concretos de forma directa. Es un tipo de luz más centrada y fuerte destinada a desempeñar actividades en una zona concreta de la estancia. En este caso, recomendamos apliques (en la pared), lámparas de sobremesa o pies de salón.

De detalle: sirve para resaltar algún punto de la estancia como un elemento decorativo que deseemos destacar. Se recomiendan focos orientables de bajo ángulo. Estratégicamente ubicadas, las lámparas pueden aportar sensaciones acogedoras a todo el ambiente y/o resaltar el interés donde sea preciso.

3

4

Tipos de iluminación

En iluminación de interiores, cada estancia o habitación requiere una iluminación adecuada a las actividades que en ella se van a realizar.

Las lámparas pueden clasificarse en tres grupos según el tono de luz que emitan. Aunque aparentemente la luz que proyectan siempre es blanca, esta difiere entre tonos más fríos y azulados a los más cálidos y anaranjados. Denominada temperatura de color, esta se mide en grados Kelvin. Existen tres tipos:

Luz cálida: este tipo de luz blanca se caracteriza por su tono más amarillo. Se encuentra entre los 3.000º Kelvin.

Luz neutra: Es una luz blanca de una temperatura de color que ronda los 4.000ºK.

Luz fría: también llamada luz de día, posee cierto porcentaje de tonos azules. Su temperatura de color es superior a los 5.000º Kelvin.

5

1. *De* ***MARSET.*** *“FollowMe” es una lámpara bella y portátil ideal para llevársela a todas partes. Ahora, “FollowMe Plus” se presenta con un mayor tamaño y potencia lumínica. Crea atmosferas cálidas como modelo de sobremesa o, incluso, colocándola en el suelo. Asa de roble, pantalla basculante de policarbonato, tecnología LED,* dimmer *regulador de intensidad y batería de ion litio (5 a 20 h).* ***2.*** *Lámpara de pie de la colección “Ura” de* ***ARTURO ÁLVAREZ.*** *Estas piezas están trabajadas a mano mediante delicadas dobleces, de las que surgen formas reconocibles en la naturaleza.* ***3.*** *Suspendida del techo mediante un casi invisible cable de acero, la luminaria “North”, de Arik Levy para* ***VIBIA,*** *está equipada con un contrapeso en el suelo, que guía el cable eléctrico y permite colocar la tija y la pantalla en el emplazamiento deseado. Tecnología LED.* ***4.*** *La familia de lámparas colgantes de la colección “Ura”, de* ***ARTURO ÁLVAREZ,*** *son combinables entre sí. Juntas crean un juego armónico de volúmenes, que se contraen y se expanden y en solitario respiran una sutil ligereza. La colección está realizada en malla de acero inoxidable pintada.* ***5.*** *Lámpara de suspensión de la colección “Abals” diseñada por Jaime Hayón para* ***PARACHILNA.*** *El difusor es de cristal opal soplado y la base de cerámica. Está disponible en blanco, negro o dorado. Esta luminaria de gran fuerza decorativa proporciona una cálida luz ambiente, tanto en ambientes domésticos como* contract.

6

7

8

Decidida la temperatura del color, cada estancia del hogar deberá disponer de un nivel de iluminación (iluminancia) que se mide en Lux.

Iluminación general 100 LUX, para leer 500 LUX y para ver la TV, 50 LUX

Salón

Al tratarse de un lugar de reunión, donde podemos leer, ver la TV… se aconseja una iluminación que transmita relax. Precisamos ver la cara de nuestros familiares y amigos, necesitamos leer correctamente y, también, cierta penumbra para poder disfrutar de una película en la TV. Con tantos usos que tiene un espacio así, se recomienda tanto una luz cálida como neutra con un tipo de lámpara regulable o con doble encendido. Como complemento, añadiríamos otra lámpara tipo pie de salón que sea eficaz para una lectura sin que perjudique nuestra salud visual. Si nuestro salón posee elementos decorativos que queramos resaltar, como cuadros, o esculturas, también sería necesario disponer estratégicamente de unos apliques que cumplan con esa función. En resumen, plafones o empotrables en las zonas centrales para disponer de mayor altura, apoyados con colgantes en las zonas de comedor o pies de salón en esquinas, cerca de los puntos de lectura. También generaremos una distribución estratégica de apliques o focos orientables que iluminen la superficie

9

10

de la pared o puntos a destacar. Puede servir también de apoyo una luz indirecta en el oscuro perimetral que logre crear la atmósfera ambiente adecuada para entretenernos un rato viendo la televisión. No hay que olvidar iluminar la zona de biblioteca, para leer fácilmente los títulos.

11

12

Para uso residencial lo adecuado sería fijar de 100 a 300 LUX

Comedor

Como la función principal es la de comer sentados alrededor de una mesa, aunque tiene su vertiente de reunión, lo importante es que podamos apreciar bien los alimentos. Para ello, es necesario iluminar con un índice de reproducción cromática –IRC, CRI o Ra– lo más elevado posible en la escala de 1 a 100.

Para ello, desde FM ILUMINACIÓN nos recomiendan el uso de luminarias suspendidas de techo y que puedan iluminar toda la mesa por igual. Al encontrarse suspendida, se localiza a una altura más baja que la mesa y no se produce tanta dispersión ni refracción de luz que haga que el color natural se vea alterado. Esta luz que recibe la mesa, dependiendo del tipo de luminaria y del ángulo con el que se difunda la luz, necesitará un apoyo de iluminación general para mantener un ambiente relajado y agradable. Podemos suministrarla combinando el colgante con plafones de la misma familia o con DownLight de gran ángulo.

Si lo que buscamos es un ambiente íntimo con baja intensidad de luz, con la tecnología existente podemos regular alguno de los circuitos.

6. *Simplicidad y funcionalidad se unen en el modelo colgante "Sento" de 6 pantallas, y orientable en altura y ángulo. Es de* ***OLE! BY FM.*** ***7.*** *"Hook" es un práctico portátil de OiKo Design Office, para* ***FARO BARCELONA,*** *ideado bajo un estricto protocolo de ecodiseño, gracias al cual se reduce entre un 70% su impacto ambiental. Fabricado en plástico reciclado libre de PVC, se ensambla en la Fundació el Maresme para la integración de las personas con discapacidad intelectual. Además, con su compra se alimenta a un niño durante un año gracias a la colaboración de la marca con la ONG Mary's Meals.* ***8.*** *De* ***ITALAMP.*** *"Alba" es un elegante modelo de sobremesa con el pie de cristal tallado y la pantalla de tela. Detalles de metal en acabado cromo. Ø42hx59 cm.* ***9.*** *"Melting Pot" es una serie de lámparas de suspensión y apliques realizados mediante el ensamblaje de pantallas de diferentes diseños, decoraciones y colores. De* ***AXO LIGHT.*** ***10.*** *De* ***LEROY MERLIN.*** *Lámpara de sobremesa "Paulmann MOA", en metal color blanco, con tecnología de casquillo G9. Índice de protección IP20 indicado para uso en interior.* ***11.*** *De* ***LEROY MERLIN.*** *De izq. a drcha.: lámpara de techo "Paulmann Embla" con tecnología de casquillo grueso E27. Es de metal acabado color negro. Bombillas LED o bajo consumo. Portabombillas "Paulmann Soa mármol" con tecnología de casquillo grueso E27, acabado en color blanco. Bombillas LED o de bajo consumo. Lámpara de techo Paulmann Embla" en acabado color negro. Lámpara "Inspire Celeste", de techo y de sobremesa, con tecnología de casquillo, intensidad, tono y ángulo de apertura de luz en función de la bombilla. Bombillas LED o bajo consumo. Lámpara de pie de mármol y metal dorado, ideal para el salón, con tecnología casquillo grueso E-27 (máximo 60W). Dispone de IP23 indicado para uso en interior.* ***12.*** *La colgante "Grid", de* ***PALLUCCO,*** *que toma su nombre de la cuadrícula, se caracteriza por su diseño funcional y decorativo, al mismo tiempo. Su estilo clásico y también original, combina la forma de cúpula semiesférica con la de las líneas que se cruzan, dándole movimiento.*

13

14

15

16

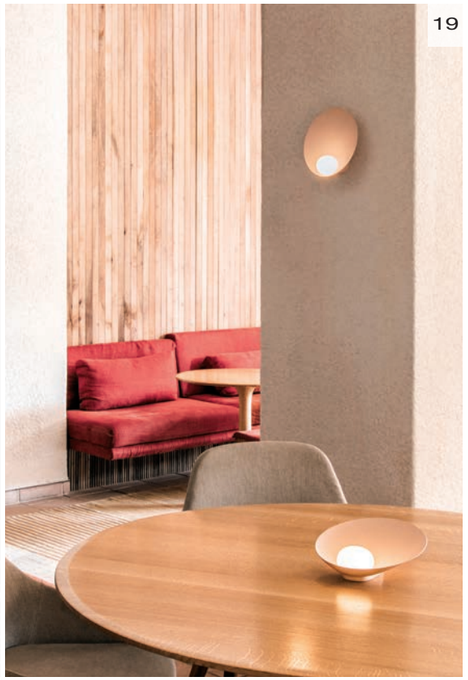
17

Dormitorio

Iluminación general 50 LUX, sobre el cabezal 200 LUX y para lectura 500 LUX

Es fundamental proyectar un ambiente relajado, siempre que no se comparta con otras funciones, como puede ser el estudio, lectura o maquillaje, para lo cual requerimos apoyo de iluminación puntual, dependiendo de la distribución del dormitorio. Se recomiendan plafones de techo o apliques de pared. Si están en el cabezal de la cama pueden usarse apliques con punto de lectura flexible. Son muy útiles también las lámparas de sobremesa, aunque ocupan espacio. Existen, también, composiciones a base de colgantes a muy baja altura, a la de las lámparas de sobremesa que sin ocupar espacio consiguen su objetivo. Hay que recordar que los armarios no deben quedarse a oscuras, por lo que es importante iluminarlos para poder ver la ropa que vamos a ponernos.

18


19

20

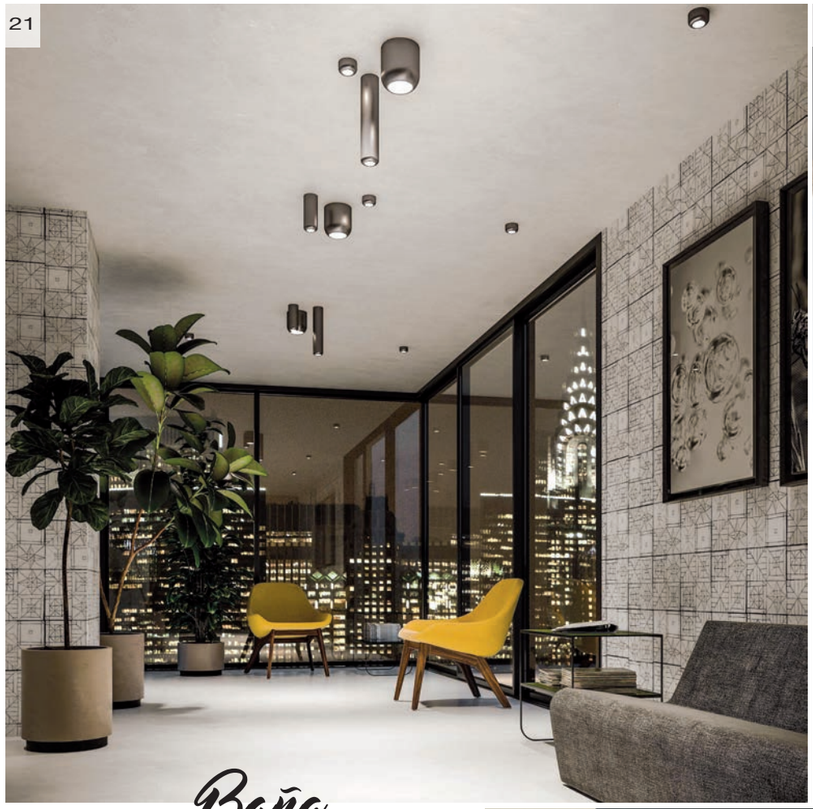
Cocina

General 300 LUX y en la zona de cocina 500 LUX

En una zona de trabajo, es importante optar por materiales de fácil limpieza, que proyecten mucha luz, como el cristal, el metacrilato, elementos de aluminio o de chapa metálica, con la instalación de equipos potentes. Estos elementos pueden ser de tipo empotrable como los DownLight, focos o plafones en superficie, y preferiblemente de líneas sencillas a fin de que no acumulen suciedad. Si comemos en la cocina, podemos disponer de algún modelo colgante sencillo, que iluminará la mesa o las áreas de trabajo.

13. *Lámpara de sobremesa modelo "Cheers", de* ***ITALAMP,*** *con pie de vidrio color ámbar, hecho a mano, y pantalla de tela. Detalles en acabado oro. Ø27hx40 cm.* ***14.*** *Modelo de superficie "Fox" orientable 350º de* ***OLE! BY FM.*** *Este aplique se caracteriza por su diseño simple, aunque sofisticado y atemporal.* ***15.*** *La lámpara de lectura "Nº8", de* ***MARSET,*** *se ha pensado para situarse en el cabezal de la cama y añadir confort a la habitación. La suave madera del difusor es de roble o wengué. El tubo flexible se presenta forrado con trenzado.* ***16.*** *"Bicoca", de* ***MARSET,*** *nace para llenar de optimismo nuestra vida. Esta nueva lámpara, que se realiza en diferentes colores, sin cable, con batería, de bajo consumo, ligera y portátil proyecta una luz íntima que aporta calidez al espacio.* ***17.*** *Los colgantes "Pot", de líneas sencillas y atemporales, de* ***OLE! BY FM,*** *visten el cabezal de esta cama. Ubicación: Hotel Matas Blancas de Fuerteventura. Proyect By Paz de la Iglesia.* ***18.*** *"Maggio", de* ***PORTOBELLOSTREET.ES,*** *es una lámpara de techo diseñada por Marta Sansoni e inspirada en la primavera que, gracias a las siluetas de las ramas entrelazadas de su estructura metálica, reproduce un mágico y evocador juego de luces y sombras.* ***19.*** *Las lámparas de la colección "Musa", de* ***VIBIA,*** *generan una maravillosa interacción entre la iluminación suave emitida por el difusor de vidrio soplado opal y la luz más indirecta y envolvente reflejada en la superficie adyacente.* ***20. B.LUX*** *echa la vista atrás para incorporar a su catálogo un clásico de 1981: "Blux System". La colección incluye lámparas articuladas gracias a una rótula de fricción, que permite un movimiento suave y equilibrado. Estilo sobrio, cómodo manejo y varios acabados.*

21



22

23

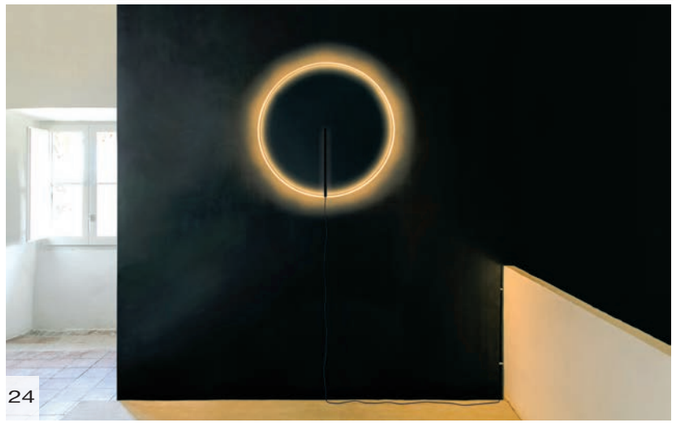
Baño

General 100 LUX y zona de espejo para maquillaje o afeitado, 500 LUX

Se requiere una iluminación general adecuada en forma de plafón o empotrable y, para la zona de espejo, regletas de focos o proyectores de techo. Asimismo, estos se puede complementar con apliques de pared a cada lado del espejo, para que no se proyecten sombras en nuestra cara al reflejarnos en él.

Debemos tener cuidado en las áreas húmedas y mantener la normativa sobre distancias de los elementos eléctricos a la zona de bañera o ducha.

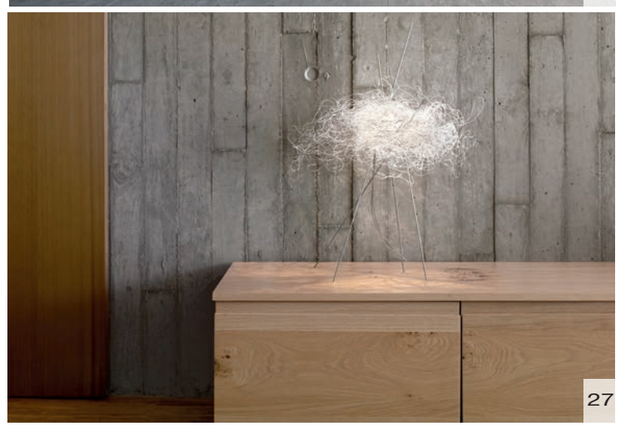
24



25

26

27



Algunos consejos prácticos

Es importante ***COMBINAR ILUMINACIÓN GENERAL,*** pudiéndose regular, con ***PUNTUAL***.

Hay que ***COLOCAR LOS SUFICIENTES ENCHUFES*** en la zona de mesita de noche o zonas de estar, para ubicar las lámparas de sobremesa, pies de salón, junto a cargadores de móviles, despertadores...

DEBE EVITARSE EL DESLUMBRAMIENTO, que consiste en el malestar que se produce en la vista cuando un elemento puntual está sobreiluminado respecto a la iluminación general. Esto sucede, por ejemplo, al mirar directamente una bombilla. Para ello, las luminarias llevan difusores. Los diseños que incorporan las bombillas vistas suelen cubrir el ángulo de visión con la pantalla, o bien ser bombillas decorativas, tipo vintage. Además, se recomienda que los recubrimientos sean mates, que impidan reflejos.

SI SE DESEA DISFRUTAR DE UNA LECTURA RELAJADA, la bombilla debe tener la potencia suficiente para no cansar la vista. No hay que olvidar que la luz ambiente también es importante, ya que en el momento en el que separemos los ojos del libro o de la *Tablet* y la luz ambiente sea muy tenue estresaremos la pupila, por sufrir transiciones rápidas entre dilatación y contracción, generando un cansancio visual.

Y LO MÁS IMPORTANTE: LA SEGURIDAD. Estamos trabajando con elementos eléctricos y las lámparas deben ser seguras, tanto en el aislamiento, como estructuralmente para impedir caídas y roturas. Sobre todo, debe tenerse máxima atención con la proximidad de zonas húmedas, bañeras, fregaderos, lavabos… Nunca hay que colocar elementos eléctricos en las proximidades con las que podemos entrar en contacto.

EL COLOR DE LA LUZ permite crear ambientes diferentes según cada necesidad. Para ello, podemos seguir algunas pautas:

El tono de la luz se expresa, como ya hemos dicho, en grados Kelvin que van desde los 2700° de la luz amarilla a los 6500° de la luz blanca. La amarilla crea atmósferas cálidas, transformando los colores de los objetos y haciéndolos más anaranjados y ocres. Está indicada para espacios rústicos, románticos, etc. La luz blanca da forma a ambientes más fríos. No influye en los colores de la habitación, por lo que la estancia se ve como se percibe con luz natural. Es esencial, por lo tanto, decidir qué tipo de intensidad lumínica se desea: tenue, suave o intensa.

Agradecimientos a ***FM ILUMINACIÓN.***

21. *"Urban mini", de* ***AXO LIGHT,*** *demuestra la capacidad de transformar una simple figura geométrica en un diseño único. Los acabados enriquecen la lámpara, otorgando un toque glamuroso y sofisticado a cada espacio.* ***22****. El aplique "Aura" de* ***EL TORRENT,*** *con diseño de esencia mediterránea, es de hormigón polímero, disponible en 3 colores, u hormigón natural, e incluye un embellecedor de madera y un difusor traslúcido con sistema de iluminación LED.* ***23.*** *"Hugo", de* ***ROGU,*** *es una luminaria de aluminio y difusor de metacrilato que puede colocarse de forma individual o crear composiciones modulares. Puede ser de suspensión, ir fija al techo, a la pared o convertirse en apliques para el baño.* ***24.*** *"Guise", de* ***VIBIA*** *es una colección de apliques, luminarias de suelo y de suspensión que combinan una iluminación atmosférica suspendida en vertical u horizontal y una luz circular indirecta en la pared. El cristal transparente es de borosilicato de altísima calidad. Tecnología LED.* ***25.*** *Colgante "Els Banys OWEN", de* ***LEROY MERLIN,*** *en metal y madera en acabado color negro. Es ideal para salones y habitaciones. Tecnología de casquillo grueso E27. Índice de protección: IP20 (Uso en interior). Utiliza bombillas con tecnología LED o de bajo consumo. Además, la intensidad y tono de luz dependerá de la bombilla que elijamos.* ***26.*** *"Koord", de* ***EL TORRENT,*** *es un modelo de pie, de atractivas formas geométricas, que combina la pantalla de cordón acrílico trenzado con LED y una base de metal y madera de haya.* ***27.*** *En la lámpara "Pili", de* ***ARTURO ÁLVAREZ,*** *un único hilo de acero inoxidable pintado se entrelaza creando volúmenes aleatorios sin orden, entretejiendo una irregularidad armónica y envolvente llena de encanto y misterio, por la que escapa caprichosa la luz. Se presenta en dos tamaños.*

DATOS ÚTILES: MARSET *www.marset.com* - **VIBIA** *www.vibia.com*
ARTURO ÁLVAREZ *www.arturo-alvarez.com/es*
OLE! BY FM *www.olebyfm.com* - **ITALAMP** *www.italamp.com*
PARACHILNA *www.parachilna.eu/es* - **B.LUX** *www.grupoblux.com*
FARO BARCELONA *www.faro.es* - **AXO LIGHT** *www.axolight.it*
LEROY MERLIN *www.leroymerlin.es* - **ROGU** *www.rogu.es*
PORTOBELLOSTREET.ES *www.portobellostreet.es*
EL TORRENT *www.eltorrent.com* - **PALLUCCO** *www.palluco.com*