

Terminaciones en madera para mejorar el bienestar

La madera se ha consolidado como uno de los materiales protagonistas de la arquitectura contemporánea, trascendiendo su valoración histórica como mero recurso estructural para posicionarse como un pilar fundamental del hábitat sostenible y saludable.

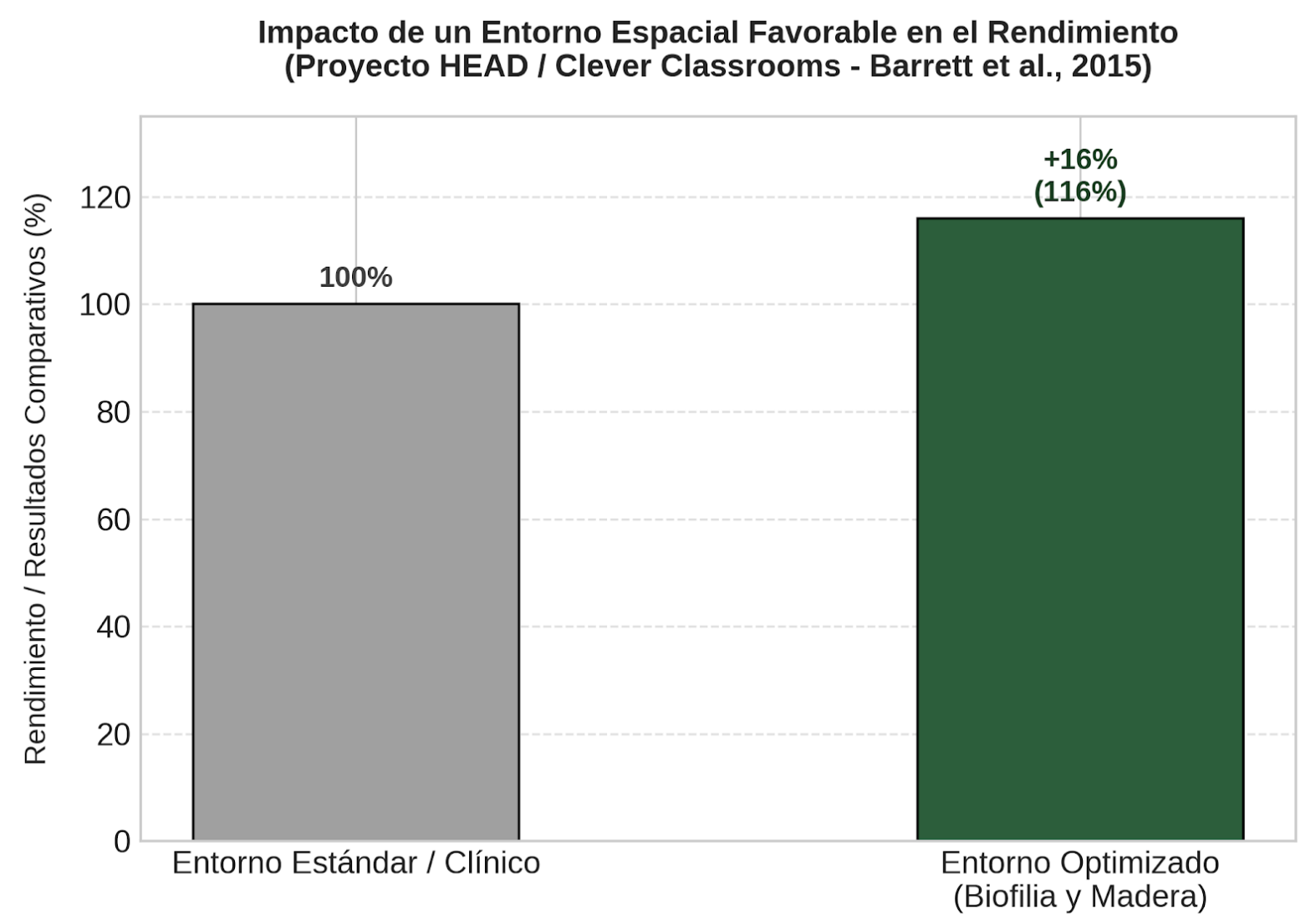
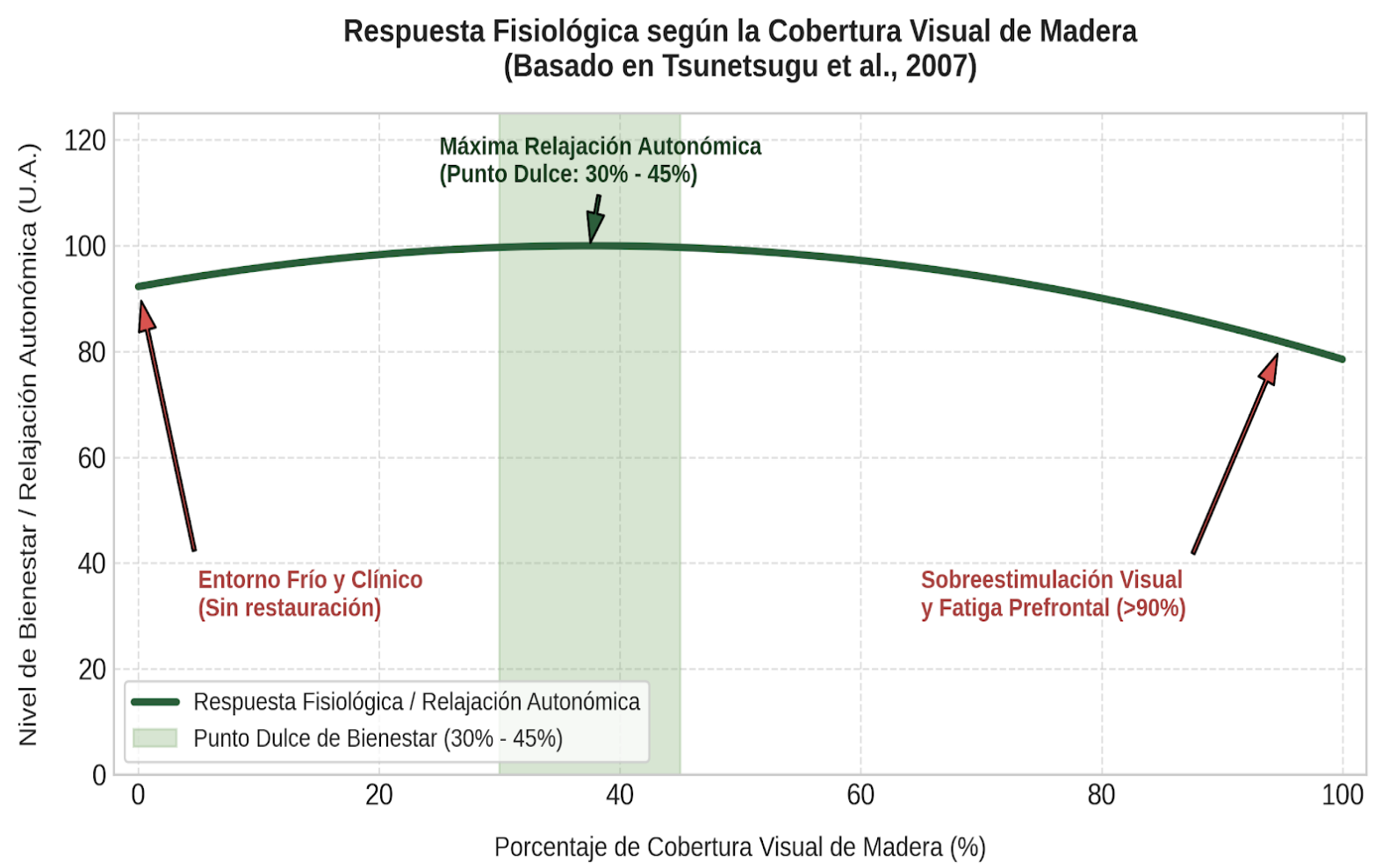
Desde las neurociencias aplicada a la arquitectura, se ha demostrado científicamente como el entorno construido (formas, materiales, texturas, sonidos, vistas) tienen un impacto medible en el sistema nervioso, perjudicando o favoreciendo tareas de imaginación, recuperación y concentración. Ejemplo de esto es el concepto de los baños de bosques (Shinrin-yoku), donde se ha demostrado cómo la inmersión sensorial en ecosistemas forestales promueve la restauración fisiológica y reduce el estrés sistémico, contribuyendo a una reducción en los síntomas de diversas enfermedades.



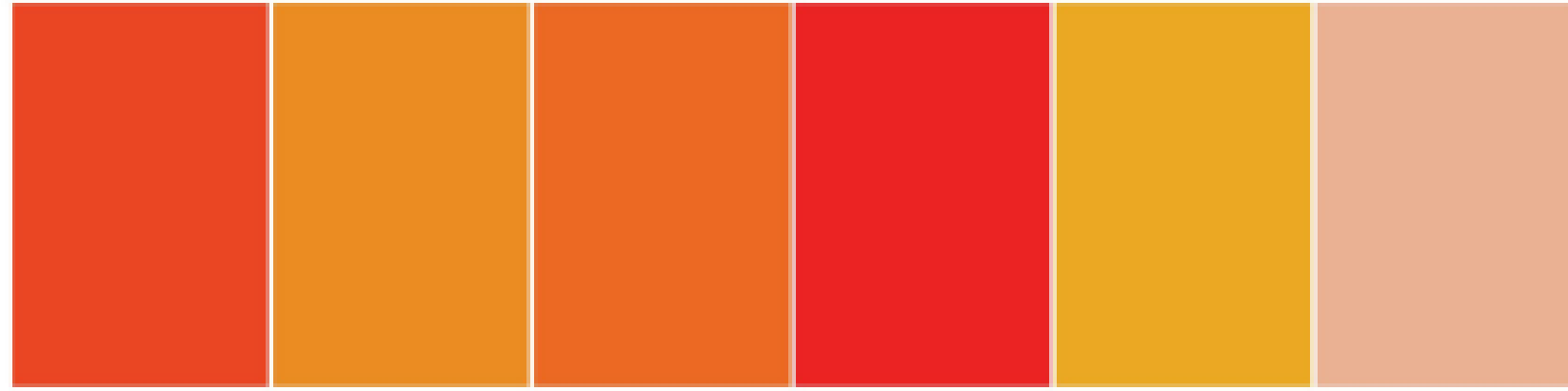
Es aquí donde dentro del marco de la teoría de la biofilia (Wilson, 1989) y su bajada práctica a la arquitectura (Stephen R. Kellert, Judith Heerwagen y Martin Mador, 2008) la madera aparece como un potenciador del bienestar cuando se aplica correctamente. Y es que el ser humano tiene una inclinación innata por rodearse de señales de vida, señales ancestrales que están codificadas en nuestro sistema nervioso al privilegiar entornos que jugaron un rol favorable para la supervivencia de la especie hace ya milenios pero que a día de hoy siguen rigiendo nuestros sentires. Y es a partir de aquí donde gracias a la tecnología podemos construir entornos que utilizando el recurso de la madera (su textura, su geometría fractalica) podemos mejorar el bienestar de las personas, mejorando así diversos parámetros relacionados a inteligencia y salud.

Dentro de los resultados mas impresionantes se destaca la investigación de Tsunetsugu y su equipo en el año 2007, donde demostró que la respuesta fisiológica ante la madera sigue una curva en U invertida: proporciones nulas (0%) resultan en ambientes fríos que no generan restauración, mientras que una saturación extrema (superando el 90% de cobertura) produce sobreestimulación visual y fatiga prefrontal. El estudio identifica un "punto dulce" de bienestar entre el 30% y el 45% de cobertura visual en madera, rango donde se alcanza la máxima relajación autonómica.

Esto se puede interpretar como un estándar mínimo de terminación en madera para que las personas estén a gusto e incluso rindan mejor, ya que parte de su atención y energía puede enfocarse en resolver tareas envés de regular internamente el sistema nervioso. Así lo demuestra el proyecto HEAD / CLEVER CLASROOMS realizada por Barret y su equipo el año 2015, donde comprobó que un entorno favorable puede aumentar hasta en un 16% los resultados académicos.



Es así como mediante estos conceptos se formuló un proyecto de interiorismo para el Instituto Teleton Santiago aplicando principios de Neuroarquitectura, pero poniendo especial énfasis en las terminaciones en madera, conociendo ya el tremendo impacto que puede tener para la recuperación. Esta propuesta de interiorismo fue el examen final de un Diplomado en Neuroarquitectura, donde se identificaron falencias y se encontraron oportunidades.



CARGA COGNITIVA Y ORIENTACIÓN ESPACIAL

Espacios claros y legibles reducen el esfuerzo mental, la ansiedad y la desorientación, especialmente en usuarios infantiles y cuidadores.

BIOFILIA Y REGULACIÓN EMOCIONAL

La presencia de naturaleza, luz natural y patrones orgánicos disminuyen el estrés y favorecen la sensación de seguridad y bienestar.

ILUMINACIÓN Y RITMO CIRCADIANO

La luz natural y una iluminación artificial controlada apoyan la atención, el confort visual y la regulación del estado de alerta.

SENSORIALIDAD Y ESTÍMULOS CONTROLADOS

El equilibrio entre estímulos visuales, acústicos y táctiles evita la sobreestimulación y favorece la concentración y la calma.

La segunda parte del ejercicio fue la elaboración de la propuesta de interiorismo donde se resolvían esta esas falencias, mezclando diversos conceptos en neurociencias (como navegación, affordances y estimulación háptica) para generar una propuesta que favorezca la salud de los pacientes, funcionarios y voluntarios que aquí desempeñas sus funciones, sacandole provecho a las terminaciones en madera para impactar directramente el la salud, recuperación, desempeño y el confort del paciente, funcionario y voluntario Teleton.

