

Claves de una habitación bien iluminada según TecnoLite

Ciudad de México, 15 de mayo de 2024.- En el mundo de la decoración y el diseño de interiores, o cuando queremos cambiar el *mood* de nuestro hogar aunque no seamos profesionales, **la iluminación** juega un papel crucial en la **creación de ambientes** que no sólo sean estéticamente **agradables**, sino también **funcionales**.

Una **buena iluminación** puede transformar para bien toda una habitación, mejorando el **estado de ánimo** o aumentando la **productividad** por ejemplo. En el contexto del **Día Internacional de la Luz** (16 de mayo), declarado por la UNESCO para reflexionar sobre cómo la luz y sus tecnologías afectan la vida cotidiana; a continuación **TecnoLite**, marca mexicana líder en iluminación para enriquecer los momentos de las personas, nos da algunos **tips y conceptos clave** para aprender a iluminar nuestros espacios de manera efectiva y a la vez **eficiente**.

Entender el papel del color

El **color de las paredes** de una habitación influye significativamente en cómo se percibe la luz. Tonos **claros y brillantes**, como los blancos, cremas y pastel, **reflejan más luz**, lo que ayuda a crear una sensación de **amplitud** y luminosidad. Por el contrario, **los colores oscuros absorben luz**, lo que puede hacer que una habitación se sienta **más pequeña y cerrada** de lo que en verdad es.

*"Si tu espacio se encuentra en un ambiente **caluroso**, los mejores colores a utilizar son los **fríos**, como **azules, morados y rosas**. Y si estás en un clima **frío o húmedo**, los colores ad-hoc entonces son los **amarillos, cafés, naranjas y rojos**. Esto, desde el punto de vista del clima en relación con los colores de una habitación";* comenta **Héctor Olivera, Director de Marketing y Transformación Digital de Grupo Construlita**, al que pertenece la marca TecnoLite.

Maximizar la luz natural

La luz natural es **beneficiosa para la salud y realza la belleza** de los espacios. Al planificar la iluminación de una habitación, es importante considerar la **ubicación y el tamaño de ventanas** u otras fuentes de luz natural. Instalar tipos de ventanas que nos permitan **ajustar** la cantidad de luz natural que entra en el espacio, puede ayudar a controlar el ambiente a lo largo del día.

*"En este sentido, yo sugiero elegir **colores que complementen la cantidad de luz natural disponible** y el tipo de iluminación artificial que se utilizará. La prioridad de fuente a usar siempre debe ser la luz natural, viendo a **la artificial como un apoyo básico obviamente al oscurecer pero que podemos evitar durante el resto del día, según nuestras actividades**";* agrega Héctor Olivera.

Elegir la iluminación adecuada

El experto señala que una habitación bien iluminada, a menudo requiere **combinar distintos tipos** de iluminación:

- **Iluminación general:** Proporciona el nivel de luz básico en una habitación. Las soluciones de iluminación modernas, como las **bombillas y lámparas LED** atenuables por controles de pared o a través de una *app* desde dispositivos móviles, son una gran opción pues permiten **ajustar la intensidad y el color** de la luz según las necesidades del momento.
- **Iluminación de tarea:** Conocida como **luz fría**, se trata de los tonos blancos que facilitan actividades como **leer, trabajar o cocinar** de manera cómoda. Las lámparas de escritorio o las luces bajo los gabinetes, son ejemplos de esta variedad de iluminación para realizar actividades productivas **sin forzar la vista**.

- **Iluminación ambiental:** Para darle **más personalidad** al espacio, se puede añadir un toque estético y **crear atmósferas** a través de una amplia gama de soluciones tecnológicas innovadoras, como cintas de LED para muebles, luces de acento en las esquinas o **lámparas tipo plafón LED** conectadas a WiFi, que incluso pueden **controlarse con la voz**.

Integrar *smart lighting*

Justamente la recomendación previa es un claro ejemplo de cómo el uso de **dispositivos inteligentes en la iluminación** ofrecen una flexibilidad sin precedentes hoy en día. Los sistemas de **smart lighting**, que entran dentro de la mega-tendencia del **internet de las cosas** (IoT, por sus siglas en inglés), permiten controlar las luces desde un **smartphone** o mediante asistentes de voz, ajustar tonos y temperaturas de color, o **programar escenarios** para diferentes momentos del día; entre muchas otras opciones.

*"Esto no sólo **mejora la comodidad** de los espacios, sino que también ayuda a **optimizar el consumo de energía**, ya que tales productos están fabricados a base de **tecnología LED**, que ahorra **hasta un 90%** de consumo eléctrico dependiendo con qué otros equipos más tradicionales se comparen estos dispositivos de última generación"; añade el especialista.*

Jugar con la direccionalidad de la luz

La dirección de la luz también afecta **la percepción del espacio**. Las luces dirigidas hacia **el techo** pueden hacer que una habitación parezca **grande y abierta**, mientras que las que apuntan **hacia abajo** suelen crear ambientes más **íntimos y acogedores**.

Considerar el propósito de cada espacio

Y aunque ya se había comentado un poco en los puntos anteriores, es importante tener en cuenta que **la función de una habitación** debe guiar las decisiones de iluminación. Por ejemplo, una sala de estar puede requerir una iluminación más cálida para crear un **ambiente relajante**, mientras que un estudio podría beneficiarse de una luz más brillante y blanca para **mantener la concentración**.

¿Qué es eso de "temperaturas de color"?

Por último, Héctor Olivera profundiza sobre el concepto **"temperaturas de color"**, que se refiere a la característica de la luz visible y describe cómo luce el color de la luz **ante la vista humana**, midiéndose en unidades Kelvin (K).

*"Respecto a la relación de las temperaturas de color con los tonos de cualquier habitación, las que más resaltan con los colores rojos, naranjas, cafés o amarillos son las que brinda una **luz cálida**, preferentemente de 3000 K; ya que muestra los colores tal cual son, sin ocultar nada por así decirlo. Y para tonos rosas, azules o verdes, las temperaturas de luz que mejor combinan y convienen son las de la **luz fría**, de alrededor de 6500 K"; explica.*

Un par de **aplicaciones del concepto de temperatura del color** en espacios concretos, son:

- **Hoteles de playa.** Donde la iluminación tiende a ser del tipo **fría**, para dar la sensación de **frescura** al interior después de un día caluroso en el exterior.
- **Casas de montaña.** Donde los climas son más fríos y al entrar a espacios como una cabaña, la **luz cálida** ayuda a descansar y brinda la **sensación de confort** después de estar durante horas fuera con temperaturas bajas.

*"Elegir los colores ideales para una habitación pasa por analizar su relación con la iluminación. Más allá del amor a primera vista de un tono en particular, debemos considerar factores como las **actividades** que se realizarán en*



cierto lugar o su **propósito**, el ambiente y sobre todo el **cómo queremos sentirnos en ese espacio**"; concluye el Director de Marketing y Transformación Digital de Grupo Construlita.

-oOo-

Sobre Tecnolite

Tecnolite es una marca líder en iluminación con un portafolio innovador, con amplia garantía y 34 años de trayectoria que avalan la calidad de sus productos, con operaciones en México y Colombia, así como distribuidores en países de Centroamérica y el Caribe. *"Con Tecnolite, ilumina lo que más quieres"*.

Síguenos en:

TikTok: [@tecnolitemx](#) y [@tecnoliteconnect](#)

Instagram: [@tecnolite](#) y [@tecnoliteconnect](#)

Pinterest: [@tecnolitemx](#) y [@tecnolite_connect](#)

Twitter: [@tecnolitemx](#)

Facebook: [@Tecnolite](#) y [@TecnoliteConnect](#)

YouTube: [@TecnoliteMexico](#) y [@TecnoliteConnect](#)

Contacto para prensa:

another

Ernesto Nicolás Ortiz

PR Expert

ernesto.nicolas@another.co