

Construlita impulsa las reflexiones sobre iluminación para el bienestar en LUXAMÉRICA 2024

Ciudad de México, 29 de octubre de 2024– Con un compromiso firme por **promover el conocimiento y la innovación** en el campo de la iluminación, [Construlita](#), empresa mexicana líder en soluciones de iluminación profesional, patrocinó el **XVII Congreso Panamericano de Iluminación LUXAMÉRICA 2024**, el cual tuvo lugar en la Facultad de Arquitectura de la UNAM del 23 al 25 de octubre.

Este evento bianual reunió decenas de estudiantes, académicos, investigadores y profesionales en campo, quienes discutieron entre otros temas **el papel fundamental de la luz en áreas como la salud, la sostenibilidad, la eficiencia energética y el diseño urbano**. El congreso se destacó por ofrecer un espacio de alto nivel para el intercambio de ideas y la **exploración de nuevas perspectivas** sobre cómo la luz, natural y artificial, impacta en la vida diaria y el entorno construido.

Al respecto, **Héctor Olivera, Director de Mercadotecnia y Transformación Digital de Grupo Construlita**, resaltó la importancia de impulsar la realización y difusión de este tipo de encuentros, donde **ponentes de renombre internacional** tienen un acercamiento con estudiantes para hablar de temas muy poco abordados de la iluminación, y que se perfilan como **el futuro del sector**.

*"Considerando que no existe mucho campo de estudio sobre la iluminación en nuestro país, y que como empresa líder tenemos la oportunidad de **producir conocimiento original** que esté al alcance de todos, desde estudiantes hasta profesionales en activo, tenemos un **área muy fuerte de Academia** en Construlita. Ésta se encarga de generar contenidos propios y bastante prácticos de consulta gratuita o descargables, como **whitepapers** sobre temas específicos a profundidad y bien fundamentados en bibliografía, notas en el **blog de Construlita** en torno a temas tendencia, regulaciones, consejos de diseño o inquietudes que pueda tener cada segmento en específico, así como otros materiales que difundimos en **canales digitales**";* comentó el experto.

Replanteando el abordaje de la luz natural

Durante la conferencia magistral "**Luz natural e iluminación natural: ¿qué marca la diferencia?**", la **Dra. Andrea Pattini** (reconocida especialista argentina en luz y visión) enfatizó la importancia de tomar en cuenta **el clima y las condiciones lumínicas locales** al diseñar edificios, argumentando que los cálculos arquitectónicos deben alinearse con las condiciones de luminancia del cielo de cada zona.

"De nada sirve diseñar estructuras con iluminación compleja si estas no se adaptan a la realidad climática del lugar", comentó. Además, Pattini abordó la creciente preocupación sobre cómo **la falta de exposición a la luz solar** afecta al desarrollo de los niños y a la salud general de las personas. Resaltó que el 93% del tiempo lo pasamos en interiores, lo cual **limita considerablemente nuestra exposición a la luz natural**, indispensable para el bienestar.

Uno de los puntos en los que enfatizó fue **la relevancia del espectro infrarrojo cercano (IR)** para la salud humana. Explicó que en la naturaleza estamos expuestos a este tipo de radiación, pero en los entornos urbanos, debido a las técnicas de construcción y de ahorro de energía, tanto los cristales de las ventanas como las tecnologías de iluminación artificial **eliminan gran parte de este espectro**.

Cabe señalar que la carencia del infrarrojo cercano tiene implicaciones en **procesos metabólicos, inmunológicos y psicológicos**, y que este espectro de luz es crucial para la función mitocondrial. *"Podríamos decir que tenemos una especie de **'luz solar ultra procesada'** en nuestras vidas cotidianas, que no alcanza a proporcionarnos los beneficios completos de la luz solar real"*, reflexionó la Dra. Andrea Pattini.

Por un mayor abordaje multidisciplinario de la iluminación

Otro de los momentos destacados del congreso fue el panel "**La luz en nuestras vidas**", en el que participaron tres expertas reconocidas en sus campos: la **Dra. Silvia Torres** (notable astrónoma mexicana), la **Dra. Carolina**

Escobar (investigadora de los ritmos circadianos) y la **Dra. Cecilia Guadarrama** (especialista en luz natural y responsable del posgrado de iluminación de la UNAM).

La sesión inició abordando el concepto de **“derecho al sol”**, que sugiere que las normativas arquitectónicas deben garantizar que las viviendas tengan **acceso a la luz solar durante varias horas al día**. Esta idea se apoya en antecedentes históricos como la **Carta de Atenas**, donde se establecieron los principios de planificación urbana para asegurar que la luz solar llegue a cada hogar.

Particularmente la Dra. Escobar, reconocida investigadora en el ámbito de la salud y los ciclos circadianos, profundizó en los **efectos perjudiciales de la falta de exposición al sol**, como el aumento en la prevalencia de enfermedades como la osteoporosis y ciertos tipos de cáncer.

Su recomendación fue clara: **las personas deben exponerse a la luz solar al menos 15 minutos al día sin protector solar**, para promover la producción de vitamina D y regular los ciclos biológicos. Y puso sobre la mesa el problema de la **“luz intrusa” o el exceso de luz artificial** que, al entrar en los hogares durante la noche, interfiere en el sueño y el descanso óptimo, algo esencial para la regeneración celular y la salud mental.

El panel cerró con la intervención de la astrónoma Silvia Torres, quien empezó hablando desde una **perspectiva histórica** sobre la relación entre los humanos y la luz natural, para después ahondar en las consecuencias de la iluminación artificial, así como sobre distintos tipos de **contaminación lumínica**. Respecto al último punto, si bien nos da una **sensación de seguridad**, permite trabajar a cualquier hora y es símbolo de **progreso**; por el lado contrario **afecta negativamente** a la salud humana, a los animales y a las plantas en sus procesos naturales.

En conclusión, las tres expertas coincidieron en que **el futuro de la iluminación** debe ir más allá de la eficiencia energética; se trata de poner como ejes centrales **la salud y el bienestar** de las personas, el **equilibrio** del ecosistema y la **protección** del planeta.

Construyendo la iluminación del futuro

LUXAMÉRICA 2024 se consolidó como un evento vital para la concienciación sobre los efectos de la luz y la necesidad de **repensar el diseño lumínico de los espacios**, temas que constantemente aborda el área de Academia de Construlita bajo el concepto de **“luz para las personas”**.

*“Este congreso representó una oportunidad invaluable para reflexionar y plantear **hacia dónde debería dirigirse la iluminación en el futuro**, especialmente en las áreas de diseño arquitectónico y urbano. Con el patrocinio al evento, como empresa 100% mexicana reafirmamos nuestro compromiso de promover **soluciones profesionales y conocimientos que favorezcan la armonía** entre el entorno construido y los ciclos de luz natural, que el ser humano y la naturaleza necesitan para **prosperar**”*; concluyó Héctor Olivera, Director de Mercadotecnia y Transformación Digital de Grupo Construlita.

-oOo-

Sobre [Construlita](#)

Construlita es una marca experta en iluminación profesional para aplicaciones comerciales, en oficinas, centros de servicio, industrias, de hospitalidad, arquitectónicas, urbanas y de alumbrado público. Satisface las necesidades de usuarios de la iluminación mediante conocimiento, tecnología y generación de propuestas que agregan valor a los proyectos, creando espacios llenos de experiencias cautivadoras que aumentan los sentidos mediante la luz. *“Convierte tu talento profesional en realidades que trascienden”*.

