

Fernando Mazzetti, diseñador en Iluminación, cuenta cómo usar bien las luces en una vivienda

Experto en neuro iluminación: “Una persona de 60 años necesita 2 a 3 veces más de luz en su departamento que una de 30 años”

Evita las lámparas centrales en los techos de los dormitorios porque achican los espacios, explica.

FRANCISCA ORELLANA

A los 16 años, el argentino Fernando Mazzetti (53) se puso a trabajar como vendedor en una tienda de artefactos de iluminación y ahí encontró un nuevo amor: la luz. “Me apasioné mucho con la luz, me empezó a gustar y de a poco me fue metiendo en ese mundo”.

El diseñador de Interiores e iluminación, académico de la Universidad de Palermo en Argentina y conferencista internacional, se ha especializado en neuro iluminación, disciplina que estudia cómo la luz y su efecto visual tiene un impacto directo en las personas y en su bienestar, rendimiento y funcionamiento fisiológico.

Por lo mismo, una de las primeras cosas que explica es que las luces que se ocupen en una vivienda tienen que estar relacionadas con la edad de las personas que habitan en ella.

“La edad es un factor clave. Mientras más edad tenemos, vamos necesitando mayor cantidad de luz. No es lo mismo iluminar un espacio para alguien de 25 años, una persona de 60 años va a necesitar 2 a 3 veces más luz en su departamento que una de 30 años para hacer la misma tarea”.

¿Por qué hay que poner más luces? ¿Es por problemas visuales?

Hay explicaciones médicas, porque con la edad vamos teniendo pérdida visual que no están relacionadas con enfermedades habituales como la presbicia (dificultad para ver de cerca), sino porque vamos necesitando mayores niveles de iluminación. Es importante preocuparse de hacer un diseño adaptado y personalizado, en función de las necesidades de las personas.

A medida que crecemos debemos sumar más luces entonces.

Sí, sumar más luces. Es habitual y cada vez más frecuente escuchar testimonios de personas que dicen que antes podían comer bien en el comedor y ahora ven poco o cada vez menos, siendo que la cantidad de luz es la misma. No es que tengamos menos luz es que se va necesitando mayores niveles de



Fernando Mazzetti vino a exponer a la feria de arquitectura y decoración 100 Showrooms.

iluminación. El tipo de iluminación que podemos usar en un dormitorio de un adolescente es distinto al de sus padres.

Las viviendas son cada vez más pequeñas, ¿cómo usar la luz para que se vea más amplio?

“Hay recursos con iluminación hacia arriba, hacia el techo y cielo. Si está pintado el techo de blanco, con este tipo de luz se va a percibir más grande. En dormitorios, por ejemplo, evitaría la luz central, no poner nada en el centro de la habitación (como lámparas colgantes) y buscaría tener algo más perimetral, utilizando los muros con iluminación hacia arriba, lámparas al lado de la cama. Hay muchas alternativas para modificar los espacios”.

¿Usted tiene lámpara central en su habitación?

“No me gustan, en mi dormitorio no tengo una lámpara central y las evito, porque si está suspendida a un metro del techo ilumina solo la cama y la parte superior queda todo en penumbra, ese espacio parecerá más chico”.

Hay muchos tipos y formas de iluminar. ¿Hay alguna que se debería usar más, por ejemplo?

“Las tiras con luces LED han sido un avance muy novedoso, no son una solución muy masiva aún, pero hay muchos proveedores. Estas tiras se pueden incorporar en muros, cielo, piso, closet, para dar una iluminación distinta, por ejemplo. Puedes marcar la circulación

con ellas, iluminar dentro de un closet y pasar desapercibido porque ocupan muy poco espacio.

Mazzetti es uno de los más de 60 expositores que está participando en la feria de arquitectura y decoración 100 Showrooms, Pool y Garden, que se realiza hasta este sábado 22 de julio en Espacio Riesco. Más información en 100showrooms.cl (<https://acortar.com>).

»
En mi dormitorio no tengo una lámpara central y las evito.

Fernando Mazzetti

Sobre la pérdida visual

Cristian Chávez, tecnólogo médico, Doctor en Ciencias de la Visión y director de la Escuela de Tecnología Médica de la Universidad Mayor, explica que a lo largo de los años, el sistema visual va sufriendo una degradación lenta, lo que permite que las personas puedan seguir haciendo sus actividades cotidianas sin dificultad.

Sin embargo, el envejecimiento del ojo, que tiende a opacar sectores como la córnea o el cristalino, cambia más la percepción de la retina o se hace más lenta la capacidad de adaptación a la luz, se da con más fuerza en la tercera edad a que cuando se es joven. “Los adultos mayores tienen menos sensibilidad a los contrastes, la discriminación de los colores disminuye de manera progresiva, el azul y amarillo son los que tienden a perder visibilidad. Cuando el cristalino envejece se dificulta la discriminación del azul, los blancos se ponen más amarillos, o el gris confunde”.