ARQUITECTURA Bioclimática

Al servicio del confort en confinamiento

Arq. Mariela Lucía Ramos
COLUMNA DE ACTUALIDAD

3Cat COLEGIO DE ARQUITECTOS DE TUCUMÁN
TUCUMÁN

Actualmente en éste contexto, el hombre se ve resguardado en su hogar y la naturaleza avanza tomando impulso para subsanar el daño que nuestra sociedad consumista e individualista le hicieron. El nuevo rol de la vivienda, como el lugar donde más horas pasamos al resguardo de la pandemia, requieren espacios para responder a las nuevas actividades que llegaron para quedarse, como un área sucia y un área limpia en los accesos, o el espacio destinado a home office para poder tele-trabajar, espacios para hacer actividad física, son algunos ejemplos de los nuevos requerimientos que de ahora, y por mucho tiempo, deberán acompañar el programa de necesidades básicas de una vivienda para una familia tipo. No olvidemos, que ahora, son más las horas que estamos adentro de nuestra casa que fuera de ella, lo que hace indispensable con el correr de los días el valor de la buena iluminación natural, la aireación de los espacios y el valor incuantificable de un metro cuadrado de verde, ya sea jardín, macetas, balcones etc., estos parámetros se convirtieron en pautas indispensables a la hora de repensar en arquitectura doméstica, aportando bienestar físico y psicológico a los ambientes.
La arquitectura bioclimática, bien entendida, puede ayudarnos a dar soluciones duraderas a éstos problemas de habitabilidad que mencionamos y atiende, además, a los requerimientos de conciencia social y cuidado del medioambiente en cuanto al uso racional de la energía y los recursos y hasta la incorporación de fuentes de energía renovables para el funcionamiento de nuestro hogar.

Confort Térmico

Las edificaciones tradicionales de nuestro medio descuidan, en su mayoría, el estudio de la construcción de la envolvente de las viviendas en pos del ahorro económico, generando muros sin la aislación térmica adecuada y con acristalamientos de grandes superficies sin protección alguna hacia las orientaciones más desfavorables, como el Este y el Oeste. Situación que genera una excesiva carga térmica interior y como consecuencia un aumento en el consumo de los equipos de acondicionamiento climático, produciendo viviendas altamente consumistas en perjuicio de los recursos de nuestro medio ambiente.
En una vivienda ya construida podemos realizar algunas intervenciones poco onerosas que nos significarán mucho a la hora de evitar el paso del calor hacia los espacios interiores.

Algunas pautas sencillas de aplicar son:

- Pintar de colores claros, preferentemente blanco, los parapetos exteriores, como así también las cubiertas.
- ·Evaluar la posibilidad de colocar vegetación de hoja caduca que deje en sombra a la envolvente exterior en verano.
- Adicionar Aislaciones térmicas preferentemente exteriores como placas de telgopor de 1" sobre estructura de construcción en seco protegida por placas cementicia o placa yeso-cartón al interior, si no fuese posible hacerlo al exterior.
- Evaluar las aberturas. Destinar las de menores superficies acristaladas a las peores orientaciones, Este y Oeste, si ya están construidas o deseamos mantenerlas por otras ventajas como visuales y sensación de espacialidad, procurar adicionar parasoles para protegernos de la radiación solar directa, los mimos pueden ser exteriores como aleros o interiores como persianas y cortinados.
- No olvidarnos que en el invierno disminuye la inclinación de la trayectoria solar por lo que resulta muy beneficioso permitir su ingreso algunas horas al día en ésta época para aumentar la ganancia térmica

Confort de la calidad del aire

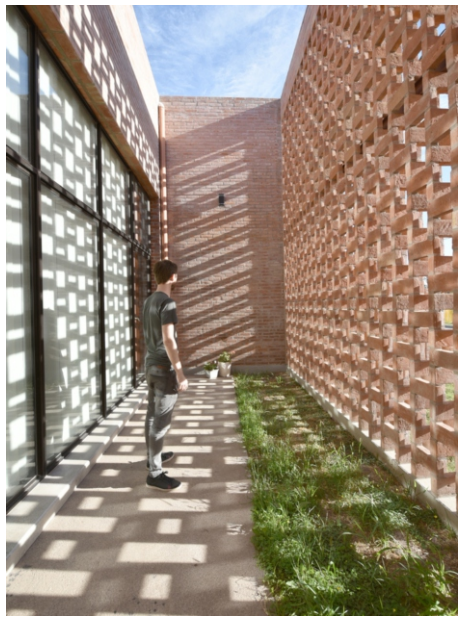
Es fundamental procurar la ventilación cruzada en los locales más habitados, en nuestra zona el eje principal de corriente de aire es el Sudoeste, una corriente con aventanamientos opuestos en ese sentido, suele ser muy beneficiosa.
Es importante que en los períodos que se necesite climatizar artificialmente los ambientes, se garantice que puertas y ventanas tengan un buen cierre y si es necesario se puede adicionar burletes para evitar pérdidas de energía significativas por infiltración.
Si los equipos no garantizan la renovación del aire deberán ventilar los ambientes periódicamente para garantizar la extracción del aire viciado.

ARQUITECTURA Bioclimática

Arq. Mariela Lucía Ramos
COLUMNA DE ACTUALIDAD

3Cat COLEGIO DE ARQUITECTOS DE TUCUMÁN
TUCUMÁN

Al servicio del confort en confinamiento



Confort Lumínico

No debemos descuidar la importancia del ingreso de luz natural a los ambientes, siempre teniendo en cuenta que no sea en desmedro del aspecto térmico, priorizando una iluminación natural pareja evitando las manchas solares directas, podremos optimizar el funcionamiento de la instalación y así poder prescindir de la iluminación artificial durante los días de buena heliofanía, evitando consumos energéticos innecesarios.

Para un uso eficiente de la iluminación artificial sugiero utilizar tecnología L.E.D o bajo consumo y disponer de zonas de iluminación localizada en los espacios con mayor requerimiento visual como las mesadas de las cocinas o los escritorios, distinguiéndola de la iluminación general. Pintar los espacios de colores claros para obtener mejor iluminación por reflexión. Otra buena manera de colaborar con éste uso eficiente es apoyarnos en la tecnología incorporando sensores de presencia para evitar mantener encendidas las luminarias en espacios que no estén en uso y principalmente en lugares de paso.
Además la luz natural cumple una función primordial para nuestra salud como es mantener activo el ciclo circadiano de nuestro organismo, conocido como los efectos no visuales de esta energía vital.

Confort Acústico

El silencio se ha vuelto un material más a la hora de hablar de confort en una vivienda, y la aislación ante los ruidos aéreos exteriores es fundamental, situación muy frecuente en edificios de departamentos donde los ruidos de impacto entre niveles, las vibraciones de las instalaciones y la baja aislación acústica entre unidades, como con el entorno inmediato, se ha vuelto un pesar a la hora de descansar y poder concentrarse, donde muchas veces se recurre a tapar estos ruidos con otros sonidos, lo que termina afectando nuestra salud.

Si bien el acondicionamiento acústico de un recinto depende de las soluciones constructivas concebidas desde los proyectos y una vez materializados es difícil de erradicar estas falencias, sugiero interponer alfombras, pisos de goma o vinílicos para amortiguar los ruidos de impacto entre niveles, adicionar revestimientos aislantes de alto peso específico en muros divisorios y preocuparnos por el tipo de vidriado de nuestras carpinterías, como DVH, así como de su cierre y hermeticidad.

Confort Psicológico

Disponer de un espacio o rincón de nuestro hogar con buena ventilación, con radiación solar directa, vegetación, donde poder esparcirnos y simular sentirnos en el tan preciado "afuera", donde podamos prolongar la visual hacia el cielo, sentarnos en un rinconcito cómodo a tomar un té, leer un libro, o realizar algún hobby, es pensar en destinar un espacio donde tomar una bocanada de aire fresco y renovar las energías viciadas por el confinamiento.

Este nuevo tiempo ha llegado para hacernos reflexionar sobre la influencia que tiene la arquitectura doméstica en el confort de nuestra vida cotidiana.

Esto solo puede lograrse incorporando a las construcciones , pautas de diseño bioclimático que se adaptan al sitio, al clima y además tiene un papel fundamental en el uso consciente de nuestros recursos naturales.

Esp. Arq. Mariela Lucía Ramos

- Esp. en Medio Ambiente Visual e Iluminación Eficiente
- Docente Cátedra Introducción Técnica y Cátedra Tecnología - FAU - UNT
- Éste artículo se basa en estudios y el trabajo final realizado en el marco de la Especialización en Arquitectura Sustentable.
- REFERENCIAS CASA JOVEN -226 ARQUITECTOS - SAN FRANCISCO - CÓRDOBA - ARGENTINA.

En conmemoración al 30° Aniversario de la Institución