



## ¿Cómo iluminar el living o sala de estar?

En general, el living o la sala de estar es la zona más amplia de una casa y, dependiendo de la constitución y costumbres de la familia, se puede usar de muchas formas y para propósitos muy diferentes, de modo que es conveniente instalar allí una iluminación variada y versátil, para que la habitación sea siempre funcional, confortable y hermosa.

En las áreas sociales de una casa, se recomienda instalar una luz de tonalidad cálida o neutra, que invite al relajamiento y al bienestar. Descubre a continuación cómo iluminar tu sala de estar correctamente.

1

### Cantidad de luz



Un factor muy importante de considerar al momento de cuantificar la luz, es el material y el color que tendrán los techos, pisos, paredes y cortinas de la habitación. Si sus colores son oscuros, necesitarás niveles de iluminación mayores que si son claros.

El número de fuentes de luz dependerá de la superficie de cada recinto. Es recomendable instalar más de una lámpara para apoyar las actividades en las diferentes zonas.

Estos espacios serán siempre la carta de presentación de tu casa, por esto es recomendable dejarte asesorar por expertos. Un buen detalle en el diseño de su iluminación podrá realzar su arquitectura y generar ambientes más acogedores y sugerentes.

2

### Luz directa o difusa



Es importante combinar la luz directa con una luz difusa para lograr un buen balance en la iluminación.

La luz ambiental no necesariamente tendrá que venir de la tradicional lámpara central de techo. Puede colocarse fuera del centro o en torno al área.

Una buena opción es instalar circuitos diferentes para encender la luz por etapas o la utilización de *dimmers* en una o más lámparas, que permitan regular la intensidad.



Muy adecuada para esta zona es la luz difusa que brindan las luminarias que dirigen la luz hacia abajo o las lámparas de pedestal. También se logran buenos efectos utilizando focos halógenos dirigidos hacia el techo.

En los lugares de lectura, se debe colocar una luz concentrada, que no encandile y que permita ajustar su altura y su ángulo. Una alternativa es instalar una pequeña lámpara de techo en la zona posterior del sillón y complementarla con una lámpara de sobremesa ubicada en uno de los costados.

3

### Cómo iluminar un espacio pequeño



En espacios no muy amplios, puedes conseguir una agradable sensación de tranquilidad instalando una lámpara de pie dirigida hacia el techo para que actúe como luz general y complementándola con una lámpara de sobremesa que logre crear un rincón más cálido.

Si tu espacio tiene poca altura, usa luminarias direccionables, orientadas hacia los cuadros u objetos de decoración.

Otra alternativa es colocar una lámpara colgante sobre una mesa de centro y combinarla con lámparas de pie ubicadas a ambos lados, para crear una zona de luz integrada.

4

### Cómo iluminar un espacio amplio



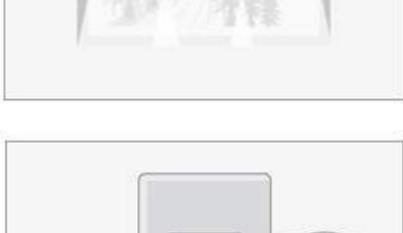
En espacios más amplios, se pueden crear diferentes ambientes ubicando focos puntuales en distintos sectores, por ejemplo sobre la mesa de centro de tu sala de estar.

Si alguna pared tiene una textura interesante que quieras destacar, como por ejemplo un cierto tipo de bloque, ladrillos a la vista o piedras, ubica muy cerca de la pared una línea de abajo y dirígelos hacia abajo: enriquecerán su textura.

Si necesitas iluminar un piano, ubica en el techo uno o más focos y dirígelos hacia él. Servirán también como luz general.

Para iluminar cuadros, utiliza focos individuales o sobre rieles. Para pinturas grandes, elige focos de luz amplia, montados sobre un riel.

Si quieres destacar una chimenea, instala en el techo, muy cerca de ella, un grupo de focos individuales o sobre riel y dirígelos hacia ese objetivo.



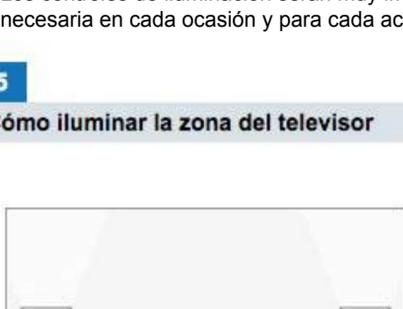
Si necesitas iluminar una mesa de juegos, coloca una luz concentrada proveniente de un foco de techo de iluminación puntual.

Si tienes una zona de bar, alumbrá sus estanterías con focos dirigibles empotrados en el techo y ubicados cerca a ellas. Utilízalos también para iluminar estanterías con libros, CD y equipos de música.

Los controles de iluminación serán muy importantes para fijar la intensidad luminosa necesaria en cada ocasión y para cada actividad.

5

### Cómo iluminar la zona del televisor



Si vas a ver televisión en tu sala de estar, es conveniente para tu vista instalar una luz general que suavice el contraste entre luz y sombra dentro de tu campo de visión. El lugar no debe estar completamente oscuro.

Tanto en las zonas cercanas al televisor como a los equipos de música necesitarás tener alguna luz de apoyo.

#### Errores de iluminación y tips:

- Sala de estar demasiado iluminada: esto ocurre cuando se colocan muchas lámparas halógenas y/o microincandescentes, que deben ser usadas solo para destacar elementos. No tienen ningún tipo de iluminación puntual, por lo que hace que todo se vea plano y nada realce.
- Focos dirigidos sobre los sofás: no solo son molestos para las personas que se sientan ahí, sino que crean puntos de luz sobre sus cabezas que proyectan sombras incómodas en sus rostros.
- No considerar el diseño de la iluminación en la etapa de proyecto de una obra: si no tomas en cuenta los arranques de luz y los enchufes necesarios, te verás obligado a colocar solo algunas luminarias y no las que quieras o necesites.