



Las claves profesionales sobre cómo iluminar los baños

Encontrarse cara a cara con un nuevo proyecto es el pan de cada día de los estudios de interiorismo. Tienen decenas de ‘teclas’ que tocar sobre infinidad de temas, pero hay una que permite accionar el encendido de luces, es decir, la iluminación. Las interioristas Cristina Peña, Marta L. Aracil, Beatriz Bolívar y Paula Piris nos hablan de su importancia y de cómo la trabajan en los baños.

Sobre la iluminación, la interiorista **Cristina Peña**, fundadora de su estudio homónimo, considera que, *“en todas las estancias, de ella va a depender muchas veces el éxito de la intervención”*. Pero en este artículo vamos a centrarnos en el baño, donde, para **Beatriz Bolívar**, interiorista y fundadora de Cuit Studio, *“la iluminación es un elemento más del diseño, tanto a nivel funcional como emocional, y debe integrarse cuidadosamente desde el inicio del proyecto”*.

El primer paso en el planteamiento de la iluminación de esta estancia, según Peña, es diferenciar entre el aseo de cortesía y los baños de uso habitual, siendo *“importante no quedarse corto de luz, aplicando una iluminación para cada uso y situación, combinando diferentes tipos y buscando el equilibrio”*. Por su parte, Bolívar considera que lo primero es entender dónde está ubicado el baño, cuánta luz natural recibe y cómo se va a distribuir el espacio (si hay bañera o ducha, si el inodoro será o no empotrado, si habrá estanterías, etc.). *“Pero más allá de lo técnico, lo esencial es entender los rituales de quién lo va a utilizar”*. Y toda esta información es la que guía al profesional a la hora de definir el tipo de iluminación que necesita el espacio en función de la necesidad que requiera el momento de uso, *“porque, al final, la luz acompaña cómo vivimos”*, afirma Bolívar.

En los baños que diseña la arquitecta e interiorista **Paula Piris**, fundadora del estudio valenciano Inspira Design, se trabaja a la vez la distribución y su iluminación. *“Deben ir de la mano para obtener un buen resultado que cumpla los requisitos estéticos y funcionales; así la iluminación no se ve condicionada como ocurriría si la dejásemos para una etapa más avanzada del proyecto”*, considera. Por su parte, la interiorista sevillana **Marta L. Aracil**, fundadora del estudio de interiorismo y decoración que lleva su nombre, remarca la importancia de tener en cuenta la iluminación natural *“y saber jugar con ella”*, porque también hay muchos baños de interior en los que *“generar sensación de espacio es algo fundamental”*.

El baño requiere de diferentes zonas lumínicas

Como se ha comentado, conocer previamente el tipo de baño, así como otros aspectos, es clave para saber cómo iluminarlo, y Piris tiene claro que *“no es una estancia que se pueda resolver con una iluminación generalizada, ya que contiene zonas de trabajo donde tenemos que garantizar una correcta iluminación”*. Ahí entra en juego el tamaño y la distribución del baño y, en los que así se requiera, *“hay que atender cada zona para determinar la potencia lumínica necesaria y decidir de qué forma presentarla. Podríamos resumirlo en que cada sani-*

tario necesita su propia iluminación focal”, afirma. Cristina Peña suele establecer en sus proyectos lumínicos de baños *“cuatro escenas distintas, lo que equivale a tres encendidas”*. Ella las resume de la siguiente manera:

En primer lugar, y la más importante, es la luz de los espejos, con la que ella suele empezar el proyecto: *“Es la que se usa para maquillarse, afeitarse, etc. En definitiva, para verse bien la cara sin sombras y al detalle”*.

En segundo lugar, está la luz de techo con focos, *“que yo intento evitar en algunas ocasiones, si la distribución lo permite. No es la que más me gusta, pero funciona como luz general”*, opina.

Cristina Peña:
“En el baño es importante no quedarse corto de luz, aplicando una iluminación para cada uso y situación, combinando diferentes tipos y buscando el equilibrio”



Cristina Peña Diseño Interior
©María Pujol

Requisitos que exigen los estudios a los proveedores de iluminación de baños

Hemos querido preguntar a los estudios de interiorismo sobre los proveedores de iluminación y Beatriz Bolívar valora mucho que *“sean nacionales, que ofrezcan calidad y que tengan una gama versátil que permita adaptarse a diferentes estilos”*. Para la fundadora de Cuit Studio también es importante que *“el proveedor entienda que la luz no es solo una cuestión técnica, sino una herramienta para acompañar la experiencia del espacio”*.

Cristina Peña añade a los requisitos profesionales que le exige a un proveedor de iluminación, que ofrezca *“facilidad en los plazos de entrega y rapidez de respuesta, además de diseños originales, variedad de productos y materiales nobles”*, sin olvidar la calidad de los materiales, teniendo en cuenta que deben ser resistentes a la humedad, de fácil limpieza y colocación. Pero, además de todo ello, Peña dice que, en el baño, dado que se reproducen varias escenas, *“para mí lo importante es poder escoger el color de la fuente de luz y la potencia, pero muchos proveedores son rígidos con este tema”*, plantea.

Por su parte, para la fundadora del estudio Marta Aracil Interiorismo y Decoración, lo primordial es la calidad de la lámpara (bombillas), junto con la temperatura y los lúmenes, sobre todo al utilizar tiras de led, siendo esta inversión *“siempre un acierto”*. En función del tipo de proyecto, ella busca un proveedor u otro, *“aunque siempre que puedo, me gusta jugar con diseños pensados para el espacio de forma más exclusiva o con mis básicos de cabecera para iluminaciones más técnicas, intentando, en lo posible, que éstas pasen más desapercibidas”*, explica.

Y, por último, la luz indirecta, que suele hacerse con tiras de LED colocadas en hornacinas, techos o muebles, y sirve para crear escenas tranquilas. Según Peña, *“es la más adecuada para un baño o ducha relajante, la que no deslumbra durante la noche y la que suele gustar al cliente”*.

Este trabajo de zonificar la iluminación del baño lo tienen claro todos los estudios de interiorismo, pero, ¿y el cliente? Según Marta L. Aracil, *“hay que explicarles el porqué, ya que muchas veces conside-*



Cuit Studio
©Ela Asanova

ran que una buena luz para maquillarse o afeitarse es suficiente y, por norma, se van a ‘downlights’ y luminarias empotradas con una temperatura de luz demasiado blanca que no aporta calidez ni la función que requieren”. Ella considera que la iluminación es primordial para aportar una mayor calidez y funcionalidad al baño, y en proyectos de reforma reconoce que es un tema al que le dedica mucho tiempo *“para generar espacios que inviten al descanso y al relax y que cumplan perfectamente con las funciones que se requieren, sin deslumbrarse”*, teniendo en cuenta también que *“una mala iluminación genera fatiga visual”*.

Beatriz Bolívar:
“Las luminarias decorativas de cerámica son piezas muy resistentes al paso del tiempo, la humedad y el calor, por lo que son especialmente adecuadas para el baño”

También existe la opción de optar por la domótica, en cuyo caso se puede contar con más variedad de escenas lumínicas: por ejemplo, que se encienda solo la de la ducha a las ocho de la mañana, que haya un detector de movimiento para que se encienda la luz que hay bajo el mueble durante la noche o que bajen de intensidad a partir de cierta hora.

Luminarias decorativas y técnicas

“Una vez tenemos garantizados los requisitos de una buena funcionalidad, el siguiente paso es buscar los modelos o formatos que se adapten al estilo del baño”, explica la fundadora del estudio Inspira Design. Y en ello entran en juego las luminarias decorativas y las técnicas. Los apliques de pared, normalmente colocados a ambos lados del espejo para una óptima iluminación de la cara, suelen tener finalidad decorativa. A Aracil, en los aseos de cortesía, le gusta atreverse con apliques o luminarias diferentes y algo más divertidas, *“ya que su uso es más eventual y determinado”*. Hay quien apuesta por las lámparas colgantes, que Peña recomienda colocar en un lateral, considerándose una luz puntual, o en el centro del baño, en cuyo caso pasaría a ser una luz general. *“También depende del tipo de bombilla, de si lleva pantalla o no, de si la propia lámpara ofrece una luz indirecta...”,* puntualiza.

Concretamente, como luminaria decorativa, las de cerámica aportan una textura cálida y una luz suave que transforma la atmósfera del baño. *“Nos remiten a lo hecho a mano, transmiten cercanía, tradición y calma frente a materiales como el metal o el vidrio, que evocan lo técnico, lo frío, lo industrial”,* opina Beatriz Bolívar. En su estudio de interiorismo de Barcelona también crean piezas de cerámica mediante un proceso que reconoce delicado pero que, una vez cocidas, *“son piezas muy resistentes al paso del tiempo, la humedad y el calor, por lo que son especialmente adecuadas para el baño”*. Y, aunque suelen relacionarse con estilos tipo mediterráneo, wabi sabi o contemporáneo cálido, *“su gran ventaja es que pueden personalizarse en forma, acabado y tono, permitiendo integrarlas con naturalidad en proyectos más sofisticados o utilizarlas como piezas escultóricas”*.

Como luces técnicas en el baño, estarían los focos del techo, como luz general con sombras acentuadas, y las tiras de LED, que se suelen colocar de manera indirecta para generar un ambiente más calmado y agradable. La ventaja del avance en los sistemas LED *“es que permite colocar luz en cualquier sitio, aportando nuevas soluciones”,* comenta Cristina Peña, quien también destaca como aplicaciones en tendencia las hornacinas con luz, iluminar el interior de cajones y armarios, los perfiles curvos, etc.

Y, hablando de la iluminación de los baños, es interesante destacar también que *“los materiales influyen en cuanto a la recepción que tienen de la luz y los reflejos que estos producen”,* comenta Marta L. Aracil. Esto significa que elementos como pueden ser revestimientos, espejos, papeles pintados u otros materiales que forman parte del proyecto del baño, en función del color o la textura, juegan un papel fundamental en este sentido, porque *“la percepción de la luz es, a fin de cuentas, el reflejo que tiene sobre los objetos en los que incide. Son los materiales los que nos hacen realmente ver la luz”,* afirma. Esto también sirve para los materiales de las propias luminarias que, ya sean decorativas o técnicas, dependiendo del material con el que están fabricadas, *“crean juegos de luces muy especiales que dan un encanto muy singular al baño”*. ■

Paula Piris:
“La distribución del baño y su iluminación deben ir de la mano para obtener un buen resultado que cumpla los requisitos estéticos y funcionales”



Inspira Design