

# Midiendo el bienestar a través de la arquitectura

Autora: Laura Cambra Rufino [www.researchgate.net/profile/Laura-Cambra-Rufino](https://www.researchgate.net/profile/Laura-Cambra-Rufino)

## Un reenfoque de mirada

El ruido afecta a nuestro cerebro. Si queremos estudiar, nos impide que nos concentremos porque nos cuesta dejar de prestarle atención. Pero lo que para una persona adulta puede resultar molesto, para un bebé prematuro puede determinar su crecimiento cerebral [1].

La investigación clínica ha demostrado que las variables arquitectónicas como la luz, la calidad del aire, los materiales o el ruido, influyen en la salud de las personas. Lo que tradicionalmente, la arquitectura ha conseguido a través de la intuición y la práctica, en la actualidad se puede estudiar con métodos más complejos.

Esta evolución imparable de la disciplina no es exclusiva de la arquitectura. En sus orígenes, también la práctica sanitaria se basaba en un conocimiento más sencillo, como la intuición o la experiencia. Pero desde finales del s. XX tanto la medicina como la enfermería deciden incorporar el método científico en la toma de decisiones de sus tratamientos. Imitando a las profesiones sanitarias, aparece el diseño basado en evidencias para la incorporación de la investigación en el proceso arquitectónico a principios del s. XXI [2]. Más allá de replicar el progreso de otras disciplinas, también se presenta la oportunidad de combinarlas. Es el caso de la neuroarquitectura, que nace por la suma de la neurociencia y la arquitectura [3]. Gracias a esta emergente disciplina, podemos estudiar las reacciones corporales a estímulos sensoriales que provienen de nuestro entorno.

Curiosamente, el interés sobre el impacto de la arquitectura en las personas y el consecuente cambio de paradigma [4], se ha producido después de saturar el impacto de la arquitectura en la economía, a través de las sucesivas crisis inmobiliarias, o el impacto de la arquitectura en el medio ambiente, con las consecuencias del ineludible cambio climático.

## Profesionales de la salud pública

El descubrimiento del potencial de la arquitectura para mejorar la calidad de vida de las personas no ha dejado indiferentes a un creciente número de profesionales que asumen la responsabilidad social que esto conlleva tanto en situaciones de normalidad como durante las crisis sanitarias. Las repercusiones de este conocimiento en ebullición son cada vez más palpables en diferentes frentes de nuestro territorio y para diversas tipologías arquitectónicas.

En primer lugar, desde la investigación con la proliferación de artículos científicos españoles en revistas arquitectónicas o clínicas [5]. Cada vez más estudios abordan el impacto de la arquitectura en entornos domésticos [6], laborales, educativos [7], sanitarios, senior o dando el salto al espacio público. Además aparecen grupos de investigación centrados exclusivamente en esta temática [8] y se publican tesis doctorales sobre tipologías sanitarias [9] o para personas con demencia.



En segundo lugar, desde la docencia, con una creciente oferta de cursos centrados en las tipologías sanitarias [10] o directamente en la neuroarquitectura como disciplina [11].

En tercer lugar, desde la práctica profesional para aterrizar la teoría a los proyectos concretos. Cada vez son más los estudios de arquitectura y las consultorías que están respondiendo a la necesidad de actualizar los procesos de diseño para conocer a las personas usuarias e incluso evaluar el impacto final de sus proyectos [12]. Son estudios preocupados no en la foto de revista de su proyecto, sino en el uso de materiales saludables [13], el diagnóstico de las necesidades de las personas usuarias [14], el proceso de diseño colaborativo [15], las tipologías sanitarias y su impacto en la recuperación de pacientes [16] [17] o la calidad de vida en comunidades para el envejecimiento [18]. Otro aspecto destacable de este nuevo perfil profesional es el servicio de acompañamiento durante el proceso, poniendo el énfasis en el potencial de cambio del propio proceso de diseño, más que en su resultado final.

### Las artes curan

Pero si empezábamos este ciclo diciendo que el ruido dificulta el desarrollo cerebral de un bebé, lo podemos terminar preguntándonos si la música produce el efecto contrario. Es decir, no solamente la arquitectura, sino todas las artes tienen la capacidad de impactar positivamente en nuestra salud, tal y como ya demostró la Organización Mundial de la Salud en el 2019 [19].

Sin embargo, mucho antes de que la OMS lo reconociera oficialmente, ya existían en nuestro país fundaciones como [Cultura en Vena](#) que promueven el arte al servicio del cuidado y cada vez más organizaciones se suman a esta iniciativa ([Fundación \[H\] Arte](#), [Fundación Daniel y Nina Carrasso](#)).

De forma similar, la difusión de este superpoder oculto de la arquitectura no dejará indiferentes a arquitectas y arquitectos que estén dispuestos a asumir una nueva y enriquecedora responsabilidad profesional.

### NOTAS:

#### CENTRO DE DOCUMENTACIÓN, Recursos Relacionados

| Díaz Camacho, Miguel Ángel (2018). Arquitectura y cambio climático. Fundación Arquia. <https://fundacion.arquia.com/es-es/ediciones/publicaciones/colecciones/p/Colecciones/DetallePublicacion/154/>

| Saló, Aleix (2013). Españistán, de la burbuja inmobiliaria a la crisis [Vídeo] <https://fundacion.arquia.com/es-es/centro-documentacion/catalogo/recursos/39e056ad-059e-407e-bab1-5d09a52caa03>

| Asensio, Ana; Mombiedro, Ana (2022). Ana Mombiedro: Neuroarquitectura, diseñar para el cuerpo. Arquitasa\_Talks [Vídeo] <https://fundacion.arquia.com/es-es/mediateca/filmoteca/p/Conferencias/Detalle/1089>

| ASAC: Asociación de Seniors Arquitectos de Cataluña. (2020) Neuroarquitectura: Experiencias asertivas aplicadas en la arquitectura. [Vídeo] <https://fundacion.arquia.com/es-es/mediateca/filmoteca/p/Conferencias/Detalle/846>

| Úbeda, Ramón (2023). El diseño es bueno para la salud. La Fábrica. <https://fundacion.arquia.com/es-es/ediciones/publicaciones/colecciones/p/Colecciones/DetallePublicacion/608>

| (2021) Transversalidad laboral: arquitectura y todo lo demás [Vídeo] <https://fundacion.arquia.com/es-es/mediateca/filmoteca/p/Conferencias/Detalle/961>

| Biennial de Pensament Ciutat Oberta (2ª. 2020. Barcelona) (2021) Ciutat saludable [Vídeo] <https://fundacion.arquia.com/es-es/mediateca/filmografia/p/Filmografia/Detalle/5585>



- | Cléries, Jaume (2020). In corpore sano [Vídeo] <https://fundacion.arquia.com/es-es/mediateca/filmografia/p/Filmografia/Detalle/5386>
- | Wüst, Verónica; Mora, Joaquín (2018). Habitar: Capítulo 6. Salud [Vídeo] <https://fundacion.arquia.com/es-es/mediateca/filmoteca/p/Documentales/Detalle/559>
- | Elida Mosquera Martinez (2019). Materia gris: una ecología de la salud integrada en la ciudad. <https://fundacion.arquia.com/es-es/convocatorias/investigacion/p/Participacion/FichaProyecto?idparticipacion=670>
- | Ayuso, Julia (26/04/2021). Los espacios de trabajo están llenos de recursos para la salud: Bienvenid@s a la Salutogénesis. Fundación Arquia Blog <https://blogfundacion.arquia.es/2021/04/los-espacios-de-trabajo-estan-llenos-de-recursos-para-la-salud-bienvenids-a-la-salutogenesis/>
- | E-FLUX (2020) Sick architecture [Vídeo] <https://fundacion.arquia.com/es-es/mediateca/filmoteca/p/Conferencias/Detalle/810>
- | Asensio, Ana; Sánchez, Verónica (2021) Verónica Sánchez (n'UNDO): Arquitectura humanitaria. Arquitasa\_Talks [Vídeo] <https://fundacion.arquia.com/es-es/mediateca/filmoteca/p/Conferencias/Detalle/961>
- | Iglesias Picazo, Pedro (2011). La habitación del enfermo. Fundación Arquia. <https://fundacion.arquia.com/es-es/ediciones/publicaciones/colecciones/p/Colecciones/DetallePublicacion/32>
- | Ruiloba Quecedo, Cecilia (2013). Arquitectura terapéutica: El sanatorio antituberculoso pulmonar. [Tesis doctoral. Universidad de Valladolid] UVADOC <https://fundacion.arquia.com/es-es/convocatorias/tesis/p/TesisUsuario/FichaTesis?idparticipacion=122>
- | Mombiedro, Ana (2024). Espacio, cuerpo y mente. Fundación Arquia <https://fundacion.arquia.com/pt-pt/ediciones/publicaciones/colecciones/p/Colecciones/DetallePublicacion/886>

## REFERENCIAS EXTERNAS

- [1] Graven SN. Sound and the developing infant in the NICU: conclusions and recommendations for care. *J Perinatol.* 2000 Dec;20(8 Pt 2):S88-93. doi: 10.1038/sj.jp.7200444. PMID: 11190706. [2] The Center for Health Design. Disponible en: <https://www.healthdesign.org/> [3] Mombiedro, Ana (2022) Neuroarquitectura. Aprendiendo a través del espacio. Edelvives. [4] HAUS y GBCE (2020). Informe "Salud, espacios, personas". Disponible en: <https://gbce.es/documentos/Salud-Espacios-Personas.pdf> [5] Solís-García G, Cambra-Rufino L, Piris Borregas S, Carrasco Pérez A, López Maestro M, De la Cruz Bértolo J, Moral Pumarega MT, Pallás Alonso CR. Architectural design, facilities and family participation in neonatal units in Spain: A multicentre study. *Acta Paediatr.* 2024 Apr;113(4):716-721. doi: 10.1111/apa.17085. Epub 2024 Jan 7. PMID: 38186235. [6] Santiago Quesada-García. Prototipo vivienda inteligente adaptada a las personas con deterioro cognitivo. <https://grupo.us.es/hac/prototipo-vivienda-inteligente-tecnosocial-2024/> [7] Castilla, N., Higuera-Trujillo, J.L., & Linares, C. (2024). Virtual reality-based study assessing the impact of lighting on attention in university classrooms. *Journal of Building Engineering.* [8] Santiago Quesada-García Equipo investigación HAC Healthy Architecture & City <https://grupo.us.es/hac/> [9] Cambra Rufino, Laura (2021). Evaluation of Functional & Environmental Factors in Spanish Acute-care Hospital Design = Evaluación de los factores funcionales y ambientales en el diseño de hospitales de agudos españoles. [Tesis doctoral, E.T.S. Arquitectura Universidad Politécnica de Madrid]. Archivo digital UPM <https://doi.org/10.20868/UPM.thesis.67443>. [10] Universidad de Cádiz. Máster en Ingeniería y Arquitectura Hospitalaria – MIAH. Disponible en: <https://miah.uca.es/> [11] Universidad De Alicante. Máster de Formación Permanente en Neuroarquitectura dirigido por Antonio Maciá Mateu . Coordinación Alba Méndez García y Ana Mombiedro <https://cfp.ua.es/es/masteres/2024-25/master-de-formacion-permanente-en-neuroarquitectura.html> [12] Alba Méndez Consultoría <https://www.qualiaestudio.com/> [13] Sonia Bou Consultoría arquitectura sana <https://arquitecturasana.com/> [14] Elisa Pozo Estudio arquitectura <https://mitaatelier.com/> [15] Daniel Tobalina Atanet Estudio de arquitectura ReBive <https://rebive.com/> [16] Clara Rius. Estudio arquitectura <https://www.aheadbcn.com/> [17] Marta Parra. Estudio arquitectura <https://www.virai.eu/> [18] Pablo Pachón. Cooperativa arquitectura <https://www.microurbania.com/conocenos-microurbania/> [19] Organización Mundial de la Salud. 2019. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Health Evidence Network synthesis report; 67 <https://fundacion.arquia.com/es-es/mediateca/filmoteca/p/Documentales/Detalle/559>

