

Fecha: 13-11-2018

Medio: Aquimaster.com.ar

Nota: Cómo se construye una vivienda sana

La integridad de la salud de las personas está dada por un buen sistema de salud pública, por el cuidado personal de cada uno y por la pertenencia a una vivienda digna. ¿Cómo tener una “vivienda sana”? La arquitecta Sandra Amerise (\*) explica este concepto y también cómo se construye un hogar de estas características.

En 1982, la Organización Mundial de la Salud (OMS) tipificó el Síndrome de Edificio Enfermo: es la existencia de síntomas en un conjunto de personas dada por las condiciones del edificio en el que se encuentran. Los problemas de salud que aparecen asociados con la vivienda son alergias, náuseas, asma y otros trastornos respiratorios hasta la fatiga crónica, el vértigo e irritaciones cutáneas. También se sospecha que muchos materiales y acabados sintéticos actuales pueden ser cancerígenos. La mayoría de los factores ambientales que nos pueden enfermar son invisibles y solo percibimos y sufrimos sus síntomas.

A raíz de esto se acuñó el término de “vivienda saludable” o “vivienda sana”, para las viviendas que no producen estos síndromes por sus buenas condiciones.

### **¿A qué se denomina vivienda sana?**

Una vivienda sana es aquella que nos propicia condiciones satisfactorias para nuestra salud física y mental. Esta nueva consciencia constructiva, ha promovido la aparición de profesionales que basamos nuestros proyectos en la calidad ambiental, la sostenibilidad, y, sobre todo, en la salubridad de sus edificios. Utilizar materiales orgánicos (ladrillos cerámicos, madera o piedra) y evitar el cemento, el hierro y los materiales sintéticos, son premisas que se combinan con un análisis bio ambiental climático. Diseñamos el edificio prestando especial atención a los sistemas de ventilación y a los aislamientos naturales (celdas con aire, lanas, corcho, madera) contra la humedad del aire.

### **¿Qué hay que tener en cuenta en la construcción de una vivienda saludable?**

Hay tres puntos que no debemos perder de vista. Estos son los sistemas constructivos con sus materiales, la calidad del aire y humedad relativa y, por último, la contaminación acústica. Los sistemas constructivos más sanos son todos aquellos que nos aseguran una buena aislación térmica en su envolvente, sin aislantes en el interior de las paredes que puedan descomponerse y desprender partículas que llegan a nuestros pulmones. Si el material de aislamiento no es natural, las partículas serán tóxicas para nuestro organismo.

Los niveles de temperatura, humedad y aporte de aire fresco en el interior de una vivienda son los principales factores a tener en cuenta cuando hablamos de ambiente interior saludable. Elegir materiales naturales no solo es porque estén libres de tóxicos, sino que, además, los materiales naturales transpiran y regulan la humedad de forma natural, evitando problemas respiratorios. Las malas condiciones se producen cuando la casa está mal ventilada y cuando los propios materiales de construcción y mobiliario no transpiran lo suficiente para evitar concentración de humedad.

Por último, la contaminación acústica va ligada a una mala elección del sistema constructivo, que no nos aísla lo suficientemente bien entre vecinos, dormitorios o la calle misma. Un

centímetro de revoque bien ejecutado aísla más que otros materiales, como el vidrio, por ejemplo.

### ¿Una vivienda construida con ladrillos cerámicos es saludable? ¿Cuáles son sus ventajas?

Sí, es saludable, ya que no genera ni agrava ninguna enfermedad. Asegura la temperatura interior, la humedad relativa y las condiciones acústicas. No hay emisiones de contaminantes de origen físico, químico ni biológico. Las instalaciones, por estar embutidas, no emiten contaminación electromagnética en ningún caso. Además, los ladrillos cerámicos no son atacados por roedores, no pierden su durabilidad con el tiempo, ni cambian de color con los rayos UV.

(\*) Arq. Sandra Amerise, asesora en Sustentabilidad del Grupo UNICER. Arquitecta (UBA) y máster en Economía Urbana (Universidad Torcuato Di Tella). Presidente del Centro de Investigación y Desarrollo Institucional (CIDI) y docente de Arquitectura Sustentable en la UBA. Fue asesora de la Legislatura de la Ciudad de Buenos Aires en diferentes proyectos, en los que se destaca la actual Ley de Terrazas Verdes.

### Acerca de UNICER

UNICER, un grupo nacional conformado por seis empresas fabricantes de ladrillos cerámicos, creado en 1995. Su misión fundamental es fortalecer la red de distribución comercial brindando un servicio de excelencia e integral a sus clientes Su principal compromiso se basa en la concientización de un sistema constructivo eficiente que pondere la innovación y la calidad del ladrillo cerámico. Se trata de las firmas Later-Cer (Pilar), Cerámica Quilmes (Quilmes), Palmar (Córdoba), Cunmalleu (Rio Negro), Cerámica Fanelli (La Plata) y Cerámica Rosario (Rosario).

Nota Web:



The screenshot shows the website **arquimaster.com.ar**. The main navigation bar includes: Principal, Contacto / Publicidad, Publicar / Submit, Suscripción a Newsletter, Ofertas laborales, Links, and social media icons. The article featured is titled "#empleo" and "Cómo se construye una vivienda sana" by Arquimaster, dated 13/11/2018. The article features a large graphic of a house icon surrounded by various icons representing health and construction. To the right, there are advertisements for "GRUPO DEMA" and "MATYSER". Below the article, there is a sidebar with services: "Diseño de Laboratorios", "Ingeniería", "Instalaciones Especiales", and the website "www.cuben.com.ar".

Link: <http://www.arquimaster.com.ar/web/como-se-construye-una-vivienda-sana/>