

Dicas para obter a melhor iluminação para o quarto.

De todos os ambientes de uma casa, os quartos merecem um destaque especial. São considerados os ambientes mais íntimos da residência, locais de refúgio, descanso, sonhos e intimidade. Para que este ambiente se torne aconchegante e harmonioso, não basta caprichar na decoração. É preciso dar uma atenção especial para sua iluminação, criando uma atmosfera relaxada, cálida e íntima.

A principal dica, é sempre que possível, recorrer a um arquiteto luminotécnico, que poderá avaliar as limitações do ambiente, como altura do pé-direito, tipo de forro (gesso, madeira, lage, etc), decoração e infra-estrutura elétrica, além do perfil das pessoas que irão ocupar o espaço. É preciso saber se o quarto será usado apenas para dormir, ou para ver TV, estudar, namorar, ler, etc. O profissional luminotécnico poderá, com base nas informações recebidas, oferecer o melhor projeto de iluminação.



A seguir, listamos algumas dicas básicas dadas por arquitetos, que podem auxiliar a criar o melhor ambiente para seu quarto:

- Recomenda-se que a iluminação geral do quarto seja indireta, embutida ou de sobrepor. Alguns exemplos de como se obter esta iluminação, são as sancas 'invertidas', pendentes, arandelas e luminárias de piso (chamadas de tocheiros). Eles direcionam o foco para teto e paredes e, por reflexão, iluminam o quarto com uma luz suave e difusa. Esta iluminação é a mais apropriada para termos uma iluminação uniforme, que se ajusta às diversas atividades no local.



- O uso da luz direta precisa ser bem estudado quanto ao posicionamento, para evitar um ofuscamento indesejado. Um exemplo é o uso de luminárias laterais com foco direcionado, perfeitas para quem gosta de ler na cama, e com a vantagem de não atrapalhar o companheiro(a) que quer dormir.

- Para regiões onde o calor não é intenso, as luzes amarelas dão maior sensação de conforto e calor. Regiões em que o calor predomina a maior parte do ano, podem dar maior preferência para luzes fluorescentes brancas, que passam uma idéia de refrescamento e amenizam o calor.



- Para as cúpulas, recomenda-se que sejam em tecido de cor clara, combinando com algum elemento da decoração, ou totalmente neutra como as de tom areia.

- Cuidado com a emissão de calor das fontes de luz utilizadas em abajures e luminárias de leitura para as cabeceiras.

- Se você não gosta de abajoures, ou não tem muito espaço para colocá-los, considere instalar luminárias presas na parede. Ganha-se espaço sem perder a funcionalidade.

- As áreas de estudo e trabalho precisam de uma luz complementar, com focos mais direcionados.

- A luz veste seu quarto, e precisa se adaptar às diferentes atividades realizadas no quarto. Da mesma forma que ajustamos o volume de nossa TV, devemos ajustar a intensidade de nossas luzes. Para isto, recomenda-se o uso de dimmer, mecanismo que permite ao usuário o controle manual da intensidade da luz.

- Seu filho tem medo de escuro? A dimmerização das luzes também auxilia neste problema. Permite manter uma iluminação mínima para transmitir conforto e segurança para a criança sem atrapalhar o sono, e pode ser regulado para níveis cada vez menores, até conseguir eliminar a necessidade de manter alguma iluminação no quarto. Existem modelos de dimmer que possuem um timer, desligando automaticamente as luzes após um período, quando a criança já está dormindo.



- Assuma o comando da luz do seu quarto. Para ligar abajures e luminárias de piso, instale tomadas comandadas, que são acionadas pelos interruptores localizados na entrada do quarto e nas cabeceiras. Isso possibilita a diminuição dos pontos de luz no teto e a integração das peças decorativas ao longo do dia, não só na hora de dormir.

- Seu quarto possui uma poltrona de leitura? Coloque-a próxima de uma janela para aproveitar ao máximo a luz natural. E providencie uma boa fonte luz artificial, com foco pontual. Um abajour de piso pode prover esta iluminação e compor a decoração do quarto.

- Espelhos: instalados na posição correta, aumentam a sensação de espaço e de luminosidade.

- Seu quarto guarda objetos de decoração especiais para você? Não esqueça de fazer uma iluminação apropriada para eles, dando-lhes o destaque adequado. O mesmo vale para quadros nas paredes.

- Luzes de balizamento são ótimas para se locomover pelo quarto sem importunar quem está dormindo. Permitem ir ao banheiro, ao closet ou até sair do quarto sem ligar luzes fortes. Para crianças e pessoas idosas, são ainda mais recomendadas.

- Lembre-se de aproveitar ao máximo a luz natural, durante o dia. Use cortinas adequadas para passar a luz e proteger sua decoração dos raios de Sol.

- Espelhos: instalados na posição correta, aumentam a sensação de espaço e de luminosidade.

