

## Normas generales

- Asegúrate de que los muebles de la oficina...
  - ...no bloquean la luz natural;
  - ...no cubren los radiadores;
  - ...no están en el camino del aire acondicionado;
  - ... no está cerca de las rejillas de ventilación y los conductos.
- La **tapicería de sillas y sofás**.....
  - ... es o bien **natural y absorbente** (algodón o mezclas de lana, lino, etc.), por lo que en verano hace menos calor y es menos pegajoso sentarse sobre él,
  - ... o es una malla sintética con un flujo de aire adecuado.
- **Juega con los colores:** el color de los muebles y las paredes influye en el calor o el frío que se siente en la habitación.
- **Haga que la oficina sea lo más ecológica posible, ¡con plantas!** Estas refrescan el aire y crean un nivel de humedad confortable.
- **Plante árboles fuera del edificio:** la sombra protege de la luz solar intensa en verano y de los vientos fríos en invierno.

## MOBILIARIO Y PLANTAS

### Mobiliario

Si quieres que tu oficina sea lo más eficiente posible desde el punto de vista energético, no debes olvidarte de elegir y organizar cuidadosamente los muebles de las habitaciones. La decoración no sólo afecta cómo te sientes, sino también cuánta energía utilizas para enfriar o calentar los espacios.



Tu mobiliario de oficina ahorra energía si ...

1. ... **no bloquea la luz natural**, por lo que no es necesario utilizar luces sólo porque los estantes y armarios oscurecen la habitación.
2. ... **no cubre los radiadores/aire acondicionado** y no absorbe el calor/aire frío en lugar de la habitación.
3. ...**no se coloca alrededor de las rejillas de ventilación y los conductos**. Si pones sofás y sillas, por ejemplo, delante de las rejillas de ventilación, absorberán el calor y ralentizarán el proceso de calentamiento, lo que hará que el sistema de calefacción trabaje más duro y que la factura de energía sea más alta.
4. ... **la tapicería de sillas y sofás está hecha de tejidos naturales y absorbentes**, como algodón o mezclas de lana, para que no sean demasiado cálidos y pegajosos en climas calurosos.
5. ... **en el caso de tapicería sintética, el material tiene un flujo de aire adecuado** y ayuda a evitar el incómodo sobrecalentamiento y el sudor en la espalda.
6. ... **el material y el color de los muebles hacen que las personas se sientan cómodas**, por lo que necesitan menos calefacción en climas fríos y menos refrigeración en verano.

**Las plantas** tienen varios beneficios para la oficina:

1. **En interiores enfrían el aire** mediante un proceso llamado transpiración, y ahorran mucha energía al reducir el trabajo del aire acondicionado en verano.
2. Al evaporar el agua de sus hojas **también elevan la humedad del aire**, lo que hace que los empleados se sientan más cálidos (¡menos calor en invierno!) y más cómodos.
3. **Las plantas también mejoran la calidad del aire** al reducir la contaminación en interiores y gestionar los niveles de dióxido de carbono.
4. **Los árboles fuera de la oficina pueden proteger el edificio del calor del sol** en verano y de los vientos fríos en invierno.

## CONSEJOS PARA CAMPEONES

La elección de los colores adecuados también marca la diferencia. Por ejemplo, los colores más claros para telas, alfombras y escritorios aprovechan al máximo la luz disponible.

El color de una habitación también afecta a la percepción de la temperatura: los colores fríos te hacen sentir más frío y los cálidos te hacen sentir más caliente. Puede elegir los colores dominantes de su oficina en función de su orientación sur/norte.

## TAMBIÉN PUEDES....

Puede cubrir las **paredes exteriores** - coloca estanterías y gabinetes altos en las paredes exteriores para disminuir la transmisión de calor a través de la pared.

Puedes colocar decoraciones (cuadros grandes, carteles, etc.) en las paredes exteriores y evitar que el calor se escape.

## ¿SABÍAS QUÉ?

¡Los muebles respetuosos con el medio ambiente son mucho mejores para el planeta y también para nuestra salud! Las mesas, los estantes y las sillas no sólo utilizan energía y recursos naturales cuando se fabrican, sino que también pueden liberar sustancias químicas tóxicas en el medio ambiente durante todo su ciclo de vida. Afortunadamente hay muchas opciones para encontrar muebles de oficina certificados (por ejemplo, BIFMA, SCS, Greenguard), respetuosos con el medio ambiente, que están hechos de materiales naturales, sostenibles y/o reciclados, recursos locales, colas no tóxicas, tejidos ecológicos y fabricados con emisiones reducidas.

Pero los muebles no sólo pueden ser ecológicos, sino que también pueden **generar electricidad o almacenar calor**. Con las futuras inversiones en eficiencia energética en mente, definitivamente vale la pena echar un vistazo a las nuevas invenciones, ¡ya que los diseñadores pioneros están introduciendo grandes productos de energía inteligente para la oficina!

## LECTURAS E IDEAS ADICIONALES

[How to choose green furniture](#)

[12 plants that naturally remove toxins](#)

## IMÁGENES

<https://www.ambius.com/offices/>, <https://www.dezeen.com>



Escritorio de oficina que genera electricidad a partir del calor corporal y el movimiento



Los muebles de energía cero pueden almacenar calor y regular la temperatura