

Arquitectura sustentable: Las nuevas viviendas para la salud y

Alejandra Vidal De la Cerda / Fotos: José Miguel Rojas.



“ Un nuevo paradigma ha ido tomando fuerza en el área de la arquitectura durante los últimos años, como respuesta a la crisis medioambiental y de sentido que hoy vive la humanidad. De la mano de diversos arquitectos, vemos cómo desde Chile, al igual que en otros países, se está impulsando una arquitectura sostenible y sustentable, que busca detener y mitigar el daño que por años ha hecho la construcción en el mundo y en la salud de las personas.

el planeta



Al noroeste de Escocia, existe una pequeña ciudad, o más bien aldea, llamada Findhorn, conocida en todo el mundo por la forma de vida que llevan sus habitantes y por el gran aporte que han hecho en el área de la agricultura a nivel mundial, junto con apostar a la sostenibilidad en todas sus áreas de desarrollo.

Por ello, Findhorn también es conocido en el mundo de la arquitectura por la forma en que han construido viviendas utilizando principios de la ecoeficiencia, siendo un claro ejemplo de desarrollo sostenible para muchas ciudades y países.

Otro ejemplo es el Ecobarrio de Vauban, en Friburgo, Alemania, que combina muchas estrategias de sustentabilidad en la arquitectura. Muestra de ello es la utilización de materiales naturales, la captación de aguas lluvias, la reutilización de aguas grises y la integración de paneles solares térmicos y fotovoltaicos. Junto con esto, existe una planificación urbana, en donde se privilegia el tránsito peatonal y de bicicletas, reduciendo el espacio para los automóviles.

Afortunadamente, hoy en día, no es necesario ir a Findhorn o a Friburgo para ver cómo se puede realizar este tipo de construcción, ya que también en nuestro país existen arquitectos que trabajan y promueven una nueva arquitectura.

¿El desafío? Lograr posicionar un nuevo paradigma, como ya lo hicieron algunos médicos en la salud, agrónomos en la agricultura y profesores en la educación, para así detener y mitigar el daño medioambiental, junto con mejorar la calidad de vida de las personas.



AJNA OM

www.ajnaom.cl

**Centro Integral de Terapias
Complementarias**

**Diplomados
y cursos 2017**

Curso de Flores de Bach 2017



10 Meses de Formación
Seminarios y práctica.



Formación de Reikista – Sistema Usui



Iniciación y niveles I, II, III
y IV.

Duración: 8 Meses de
Formación – 2017



Talleres de Sonoterapia,
Cuencos Tibetanos,
Cuencos de Cuarzo
y otros.



Otros Cursos, Talleres y Diplomados

- Curso de Biomagnetismo.
- Taller de Ho'oponopo.
- Activación Glándula Pineal.
- Taller de Radiestesia (péndulo)

Y mucho más...



www.ajnaom.cl

CENTRO INTEGRAL AJNA OM

**Oficina Central:
Monjitas #626 Oficina 21,
Metro Bellas Artes.**

**Nueva sede Lastarria,
Metro Universidad Católica**

**Fono 02 26643622
(+569) 77679084**

Email: ajnaom@ajnaom.cl

Facebook:

www.facebook.com/ajnaom

Materiales naturales

Sentada en el café Ruca Nulan, la arquitecta Isabel Soto Luque nos cuenta sus primeros pasos en la arquitectura sustentable, donde tras un diplomado que hizo en la Universidad Católica sobre el tema, empezó a construir en fardo y adobe. Más tarde, viajaría a España (2012) para hacer un máster en Arquitectura Bioclimática en la Universidad Politécnica de Madrid, lugar en el cual estudió eficiencia energética –área que suele ser la más conocida dentro de la construcción ecoamigable-, geobiología y bioconstrucción.

“Trabajé 20 años o más en arquitectura convencional hasta que algunas cosas me hicieron cuestionarme, como por ejemplo, el manejo de los residuos; el ver muchas veces cómo se quemaban los restos de

“ *Los techos verdes no solo son agradables a la vista, tienen considerables ventajas: enfrían en verano, calientan en invierno, prolongan la vida útil del techo y además son fáciles de realizar.* ”



aíslapol en la obra y cómo se desperdiciaba material. Luego empecé a mirar, a escuchar y a averiguar temas relacionados con la pérdida energética que conlleva la arquitectura convencional, donde la industria de la construcción es responsable del 50% del gasto energético mundial, lo que sin duda me sensibilizó. En paralelo, empecé a conectarme con los materiales naturales. La tierra, la paja, la madera, el coligüe: todas las fibras naturales. Fueron dos caminos que se desarrollaron en paralelo. Y como dijo el arquitecto británico Edward Cullinan, la arquitectura sustentable ya no es una opción. Todas las decisiones de diseño tienen consecuencias ambientales: qué material vas a usar, qué forma le vas a dar al edificio o vivienda que estás diseñando, cómo la orientarás con relación al sol, dónde se van a botar los residuos del material que estás usando y de dónde viene el material que estás usando. En definitiva, cuál es su huella. Hacer arquitectura sustentable es hacer arquitectura con conciencia ambiental. Y eso cambia todo”, apunta Soto Luque.

Otro exponente chileno que ha orientado su trabajo hacia la arquitectura sostenible es Jorge Broughton, quien luego de titularse construyó la primera casa fardos en San Fernando. “La íbamos a hacer de adobe”,

recuerda, “porque siempre tuve afinidad con emplear materiales naturales. Pero el propietario, que es veterinario, tenía acceso a fardos económicos y, junto a ello, llegó a mis manos el libro *The Strawbale house* (La casa con fardos). Encontré genial el sistema y entonces la hicimos con fardos. Hoy, después de 20 años de existencia, sigue en excelentes condiciones e incluso resistió el terremoto del 27 de febrero sin fallas”, comenta.

Este arquitecto, experto en construcción con fardos, explica que para utilizar este material sólo se requiere de ganas, ya que se puede ocupar en cualquier lugar, incluso en la Antártica, donde además sería muy oportuno por la alta aislación que tiene esta técnica, explica.

De igual manera, afirma que es completamente seguro. “Para construir con fardos, se puede utilizar éste como estructura o emplear una estructura independiente, de preferencia madera, que es compatible con la paja. Hemos empleado ambos sistemas, los cuales no sufrieron



daños para el terremoto de 2010, ya que el muro de fardos es liviano, no se acelera mucho con un movimiento sísmico y también es flexible, lo que permite disipar la energía telúrica. Además del sistema constructivo que emplea neumáticos en las fundaciones, y fardos, madera y barro en los muros, usamos techos verdes para aumentar la aislación; también incorporamos reciclaje de aguas lluvias y de aguas negras a través de humedales para reutilizar esa agua en riego; paneles termosolares, huertas orgánicas y maderas de demolición. En resumen, empleamos todo sistema que vaya en la misma lógica de vivir de la naturaleza y no sólo en la naturaleza”.

De paso por Latinoamérica, Gernot Minke, arquitecto alemán considerado como el padre de la bioconstrucción y claro referente sobre el tema a nivel mundial, explica que para construir con elementos naturales en países sísmicos como Chile, la solución no depende del material sino de la estructura. “Se puede construir antisísmicamente con tierra y fardos de paja”, aclara frente a las voces que alarman sobre una posible inestabilidad de estos materiales; y al igual que Isabel y Jorge, coincide en que no debiese haber problemas cuando se construye con elementos naturales.

Cómo es la arquitectura sustentable

La arquitectura ecoeficiente tiene distintas vertientes. Una es la arquitectura bioclimática, en donde el diseño se integra al lugar y sus características, como por ejemplo, la humedad y la lluvia y, en base a estas variantes, se decide durante qué meses hay que protegerse del sol y cuándo hay que incorporarlo.

La segunda rama va ligada a la tecnología, y dice relación con aprovechar


Formaciones online



Formación en Terapia Transpersonal



Formación en Consultor de Mindfulness Transpersonal



Formación en Educación Mindfulness para familias y educadores

www.escuelatranspersonal.com

0056 9 68956274
escuela@escuelatranspersonal.com





CAROLA GALINDO

Terapias Alternativas

Cambia tu vida

Usando tus emociones para transformar tu corporalidad

ANSIEDAD, SOBREPESO, ANGUSTIA,
OBESIDAD, ESTRÉS, FOBIAS,
EXPRESIÓN NEGATIVA
DE LAS EMOCIONES,
BAJA AUTOESTIMA,
NO LOGRAR LOS OBJETIVOS
PLANTEADOS

Nuestras terapias están basadas en:

- PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA (PNL)
- Florales de Bach
- BANDA GÁSTRICA VIRTUAL®
- Hipnosis Clínica Reparadora®
- Control Nutricional
- Reflexología
- Masaje Metamórfico
- Auriculoterapia

Nuestros programas utilizan terapias alternativas ampliamente comprobadas y eficaces, cuya combinación logra el equilibrio y alineación energéticos del organismo de forma natural, preparando y centrando al cuerpo para los procesos de cambio que buscamos.

Las evaluaciones no tienen costo (previa cita)



Tel.: (9) 78648545
consultas@carolagalindo.cl
Av. Tobalaba 1445, Providencia
Visite nuestra página:
www.carolagalindo.cl

todos los avances técnicos, como paneles solares y toda la estrategia que existe para ahorrar energía. Por supuesto que ambas miradas son complementarias y conversan totalmente entre sí.

La bioconstrucción, en tanto, no siempre es aplicable, y consiste en diseñar una casa de forma bioclimática respecto del sol y del lugar, pero con materiales convencionales y utilizando la eficiencia energética.

En esta línea, Jorge explica que construir bajo la mirada que entrega la arquitectura bioclimática es fundamental, ya que no sólo genera eficiencia en la casa, sino que permite utilizar los recursos naturales sin malgastarlos o seguir generando daño en el medioambiente. Para esto, es tan sencillo como, por ejemplo, utilizar la energía que emite el sol y que permite calefaccionar las casas a través de la inercia térmica de los muros de barro; o calentarla con paneles solares y reciclar el agua lluvia para el riego.

El hecho de incorporar los principios de la arquitectura bioclimática a las construcciones no sólo genera un impacto positivo para el medioambiente, sino que además se traduce en importantes ahorros en el presupuesto familiar, ya que se deja de gastar en calefacción, agua, gas y electricidad.

Al respecto, el experto alemán destaca los techos verdes, que proporcionan aislamiento térmico, calentando en el invierno y enfriando en el verano, lo que ayuda a ahorrar energía. Permiten, además, prevenir inundaciones en la ciudad por su capacidad de almacenar agua. Como si fuese poco, "aumentan la vida útil del techo, siendo la única solución sustentable para un techo", asegura Gernot.

La construcción también puede afectar la salud

Entre los arquitectos que desarrollan y trabajan con arquitectura sustentable, hemos podido apreciar una tendencia hacia el estudio de la geobiología, lo que permite esclarecer y conocer qué sucede debajo de la tierra y energéticamente con la contaminación electromagnética. "Eso no está bien tratado aún en Chile, pero sí en Europa, sobre todo en países como Alemania", aclara Isabel. A lo anterior, añade que la geobiología se relaciona con el estudio de los componentes de la corteza terrestre y del subsuelo, como son las venas de agua y las fallas geológicas, que generan alteraciones en la superficie y que, al cabo de años de exposición mientras se duerme, la persona es más propensa a generar enfermedades como cáncer y sufrir de alteraciones en el sistema neurológico, además de cansancio, insomnio y dolores de cabeza, entre otros.

"Imaginemos que va un río debajo de la tierra, que discurre no sabemos bien por dónde, lo que no es un problema, ya que eso es detectable con

la radiestesia. Sin embargo, lo que ocurre con ese río es que provoca lo mismo que si estuvieras durmiendo arriba de una carretera, donde hay movimiento sin cesar de partículas por horas, justamente cuando tu organismo está haciendo el proceso de regeneración celular. Entonces, ese proceso altera sistemáticamente tu organismo, que no descansa y no se regenera adecuadamente. Y con la radiestesia, podemos neutralizar o evitar esas

M. Cortés (Muros de Barro, Gernot Minke).



“ *Construir bajo la mirada que entrega la arquitectura bioclimática es fundamental, ya que no sólo genera eficiencia en la casa, sino que permite utilizar los recursos naturales sin malgastarlos o seguir generando daño en el medioambiente.* ”



P. Weiner (Manual de construcción con tierra, Gernot Minke).

alteraciones. La geobiología también trabaja con la calidad energética de los lugares, que se ve afectada ya sea por una antena de celular o porque hubo un cementerio. Sea cual fuere la razón, hay que considerarla en el diseño, donde puedo neutralizarla mediante la geopuntura, que implica poner peso en ciertos puntos de la tierra para así incidir en la calidad de vida y en la salud de las personas, para armonizar estos factores geopatógenos que enferman y que vienen de la tierra”, explica Isabel.

Sin embargo, más allá de esto, es importante saber que existen materiales que se usan en la construcción y que son de origen industrial, tales como las melaminas, los adhesivos, las alfombras, los plásticos, los pegamentos y los barnices, que después de instalados siguen emanando compuestos que emiten por un buen tiempo partículas que respiramos y que son totalmente dañinas para la salud. Sustancias como el benceno o el formaldehído aún se ocupan en Chile, pese a que en Europa están prohibidas.

Al respecto, Gernot comenta que en Europa, donde la arquitectura sustentable está mucho más desarrollada, existe “un creciente interés por usar materiales naturales debido a causas de salud y conciencia ambiental. También hay normas y reglas para el uso de tierra y de fardos de paja como material de construcción”, lo que sin duda ayuda a la propagación de este nuevo paradigma en la arquitectura.

“En la construcción, no siempre podemos hacer todo lo que nos gustaría, ya que al igual que en la alimentación, no todo está en el mercado orgánico. Hay que hacer una mixtura, porque no se puede todo. Y nos toca como civilización hacer esta mezcla, donde en la transición que nos toca vivir tengo que saber qué es contaminante y qué no, para tratar de consumir y elegir lo más sano posible dentro de lo que se puede”, concluye Isabel.



**PREPÁRATE
PARA LOS CURSOS
DE VERANO 2017**

CURSOS DE AURICULOTERAPIA CLÍNICA

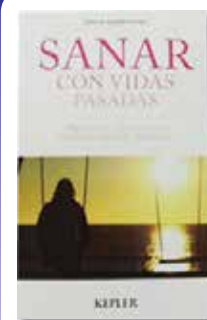
**21 y 22 de Enero
25 y 26 de Febrero
Relator: Sr. Juan José Latorre**

CURSOS DE BIOMAGNETISMO MÉDICO

**27 al 29 de Enero
17 al 19 de Febrero
Relatora: Sra. Ariadne
Conte Chassin-Trubert**

CONSULTE POR CURSO DE MOXIBUSTIÓN

Relator: Sr. Hiroyasu Yoshikawa



NOVEDADES

**Les presentamos
el nuevo libro
de la Psicóloga
y Autora argentina
Sarita Sammartino.**

“Sanar con Vidas Pasadas”

**A LA VENTA EN NUESTRO CENTRO
A SÓLO**

\$10.000

**Consultas e Inscripciones
+56 2 2233 0390 / +56 9 73050876**

**Avda. Providencia 1939
Oficina 13-B, Santiago - Chile**

WWW.HORUSCAPACITACIONES.CL

Búscanos también en

