



## **EFEITOS PSICOLÓGICOS PROPORCIONADOS PELA LUZ EM AMBIENTES RESIDENCIAIS**

**Mayara Wisniewski Langer<sup>1</sup>**

Professor Orientador: Silvana Souza Silvério<sup>2</sup>

Modalidade de Apresentação: Painel

### **INTRODUÇÃO**

Uma iluminação adequada é essencial para criar uma boa experiência em determinado ambiente. Cada tipo de luz irá proporcionar uma sensação diferente, podendo auxiliar ou não na função para qual o espaço é projetado. Em um ambiente de trabalho, a iluminação está relacionada à concentração e, conseqüentemente, ao desempenho na realização das tarefas, já em um ambiente de lazer a finalidade é transmitir uma sensação de conforto, por isso é importante que profissionais tenham conhecimento sobre o assunto para melhores resultados em seus projetos.

### **METODOLOGIA**

O método de pesquisa utilizado foi o descritivo, que visa analisar os estudos já realizados sobre iluminação e seus impactos no psicológico das pessoas. A finalidade é mostrar quais os melhores tipos de iluminação e de que forma eles estão associados ao bem-estar e ao desempenho do usuário. Para resultados mais abrangentes, optou-se por abordar a iluminação em uma área residencial, visto que possui diversos ambientes e cada um com uma determinada função, dessa forma analisando especificamente qual iluminação é apropriada para cada situação. A coleta de dados foi baseada em artigos, livros e análises já feitas sobre iluminação residencial e em ambientes de trabalho, e sobre o neurodesign, que é basicamente a psicologia, o design e a pesquisa que, trabalhados juntos e de forma correta, podem prever e controlar certas emoções por determinados projetos de ambientes. As fontes de coleta foram obtidas por meio de pesquisas na internet, com o propósito de encontrar dados mais aprofundados e científicos e, também, mais de uma opinião sobre o assunto.

### **REFERENCIAL TEÓRICO, RESULTADOS E CONSIDERAÇÕES FINAIS**

As residências têm, entre suas funções, fornecer proteção, conforto e bem-estar aos usuários e cada vez mais vem sendo um refúgio para as vidas agitadas. As pessoas estão priorizando projetos mais funcionais e que, de alguma forma, melhorem ou facilitem o dia a dia, valorizando aspectos como iluminação e cores nos ambientes. Existem cinco tipos de iluminação, cada um com suas particularidades e efeitos distintos. O primeiro é a iluminação de ambiente, em que a luz emitida não é direcionada a um ponto em específico; a pontual, em que a luz vai incidir diretamente a uma superfície; a decorativa, que é focada em destacar algo; a

---

<sup>1</sup> Acadêmica do Curso de Pós-Graduação em Design de Interiores da UniuV. Email: mayara.langer@hotmail.com

<sup>2</sup> Professora do Curso de Pós-Graduação em Design de Interiores da UniuV. Email: silvana.silverio@edu.sc.senac.br



funcional, que se adapta às funções do cômodo, e a cinética, que permite criar uma iluminação em movimento. A NBR 5413 – Iluminância de Interiores, estabelece valores mínimos para a iluminação artificial em interiores, que podem ser separados por classe de tarefas visuais, características da tarefa e do observador, e por tipo de atividade. Em residências, esse valor mínimo é referente a ambientes que possuem maior uso, como sala, cozinha, quarto, banheiro e áreas de passagem, como hall e escada. Alguns conceitos luminotécnicos que devem ser levados em consideração para a escolha da iluminação adequada são o fluxo, a intensidade e a eficiência luminosa. Fluxo é referente à quantidade total de luz emitida por uma fonte, a intensidade é a quantidade de luz projetada em uma direção e a eficiência, que é a relação entre a quantidade de luz e a potência consumida. A temperatura de cor da luz também influencia no ambiente, a luz quente com temperatura de até 3000K, possui aparência mais amarelada, a luz neutra possui em torno de 4000K e, como o nome já diz, possui uma cor mais neutra, e a luz fria, com 5000K ou mais, com aparência quase azulada. A iluminação está diretamente relacionada às cores de um ambiente, por exemplo, caso seja usado um tom escuro, será necessária uma intensidade maior de iluminação, visto que, quanto mais escuro, maior a absorção de luz. Do mesmo jeito que a intensidade da luz será menor caso o ambiente seja muito claro. As luzes coloridas não são muito utilizadas em projetos residenciais, mas é interessante conhecer as diversas sensações que as cores passam. A cor branca é utilizada para dar sensação de amplitude e limpeza aos ambientes, além de ajudar na concentração. As cores amarelo e laranja, que possuem temperatura mais quente, relaxam e aconchegam, já o vermelho deve ser usado com precaução, pois em excesso pode causar reações negativas. Cores como o azul e o violeta, transmitem sensações de calma e sossego e o verde remete, automaticamente, à natureza. Segundo a Birkin (2018),

uma casa bem decorada e com a correta aplicação das cores, considerando sua luminosidade e saturação, sem dúvida reflete a personalidade de quem a habita. Já uma casa com super estimulação e uso de cores fortes, excesso de informação visual e alto brilho, podem interferir na concentração e causar fadiga. Ambientes com baixa estimulação visual e acromáticos (sem cor) também são desconfortáveis.

Percebe-se, então, que vários fatores na decoração de interiores podem afetar diretamente na parte psicológica do usuário e, por isso, é um assunto que deve ser pesquisado na hora de fazer um projeto. As diversas áreas do design e as emoções causadas, são classificados como design emocional, ou neurodesign. Segundo Gutiérrez (2011), “a neurociência no design requer um esforço para integrar conhecimentos no processo de design de forma a favorecer o desenvolvimento de produtos mais sustentáveis nos aspectos psicológicos, sociais e culturais.” A iluminação adequada pode ser associada ao *neurodesign*, visto que a finalidade é estimular determinadas sensações com a mudança de intensidade e temperatura da cor da luz. Para Oliveira (2018),

o *Neurodesign* é baseado em uma atividade projetual ligada diretamente à pesquisa sobre usuários e suas emoções ativadas num determinado espaço. O foco das pesquisas é o resultado entre a união de usuários e seu ambiente projetado dentro de expectativas relacionadas ao seu bem-estar físico e mental, podendo ser de moradia, trabalho, estudo, dentre outros.



Cada vez mais preocupa-se com a saúde das pessoas e são buscadas soluções para a melhoria da qualidade de vida, sendo que um projeto residencial adequado é uma forma de alcançar esse resultado.

## REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **NBR 5413**: Iluminância de interiores. Rio de Janeiro, 1992.

BIRKIN. **Psicologia da luz**. Birkin. São Paulo, 2018. Disponível em: <<https://www.birkin.com.br/psicologia-da-luz/>>. Acesso em: 27 maio. 2019.

FACULDADE CAMBURY. **Neurodesign**: Psicologia, Design e Emoção. OLIVEIRA, B. Goiânia, 2018. Disponível em: <<https://cambury.br/neurodesign-psicologia-design-e-emocao/>>. Acesso em: 13 maio 2019.

GUTIERREZ, M. J. Á. Neurodiseño y neurousabilidad: un nuevo enfoque del diseño desde la perspectiva de la Neurociencia. **Sevilla Técnica**, 2011, nº 37, p. 4245.

I-DECORAÇÃO. **Tipos de iluminação**. 2013. Disponível em: <<https://www.i-decoracao.com/iluminacao/tipos-iluminacao>>. Acesso em: 13 maio 2019.