



EL FARO DEL CUIDADO

N° 24 - Septiembre 2025

AMBIENTES QUE SANAN

DISEÑANDO ESPACIOS PARA EL BIENESTAR EN LA SALUD

La idea de un hospital o clínica a menudo evoca imágenes de paredes blancas estériles y una atmósfera clínica. Sin embargo, en el campo de la salud, hay una creciente comprensión de que el diseño del entorno físico juega un papel crucial en el proceso de curación. Hablamos de ambientes sanitarios que sanan, espacios intencionadamente diseñados para promover el bienestar de los pacientes y los profesionales de la salud.

LA CIENCIA DETRÁS DEL DISEÑO SANADOR

Durante mucho tiempo, el diseño de instalaciones de salud se centró casi exclusivamente en la funcionalidad y la eficiencia operativa.

Si bien estos aspectos son vitales, la investigación en campos como la psicología ambiental y la neurociencia nos ha demostrado que el entorno tiene un impacto profundo en nuestro estado mental y físico.

Un ambiente hospitalario estresante puede aumentar la ansiedad, el dolor y el tiempo de recuperación.

Por el contrario, un espacio cuidadosamente diseñado puede reducir el estrés, mejorar el ánimo y contribuir a una curación más rápida y completa.



PRINCIPIOS DEL DISEÑO

- **La biofilia:**

La tendencia innata de los seres humanos a conectarse con la naturaleza.

La incorporación de elementos naturales (luz natural, vistas al exterior, plantas) ha demostrado reducir el estrés y la presión arterial.

- **La luz natural:**

Regula nuestros ritmos circadianos, mejora el sueño y el ánimo, y puede incluso reducir la necesidad de analgésicos.

- **El control y la privacidad:**

Permitir a los pacientes tener cierto control sobre su entorno (temperatura, iluminación) y ofrecer espacios privados ayuda a reducir la sensación de impotencia y a fomentar la dignidad.

- **La reducción del ruido:**

El ruido excesivo es un factor de estrés significativo en los entornos de atención médica. Un

diseño acústico inteligente puede crear un ambiente más tranquilo y propicio para el descanso.

- **La elección de colores y materiales:**

Los colores pueden influir en el estado de ánimo, y los materiales pueden afectar la percepción de limpieza y comodidad.

Diseñar ambientes sanitarios que sanan es más que una tendencia; es una evolución necesaria en la forma en que concebimos la atención médica. Al invertir en espacios que promueven el bienestar, no solo mejoramos la experiencia de los pacientes, sino que también creamos entornos más saludables y productivos para quienes nos cuidan. Es una inversión en la salud de todos.



BENEFICIOS

PARA PACIENTES:

- **Menor estrés y ansiedad**
Disminuye la sensación de miedo
- **Reducción del dolor**
Disminuye la necesidad de medicación
- **Recuperación más rápida**
Animo positivo y mejor descanso
- **Mayor satisfacción y confianza**
Se sienten más cómodos, seguros y valorados
- **Mejora del sueño**
Se optimizan los patrones del sueño

PARA PROFESIONALES:

- **Reducción del estrés y el agotamiento**
Previene el burnout
- **Mayor bienestar y moral**
Mejora la satisfacción del personal
- **Mejora de la concentración y rendimiento**
Menos estrés y distracciones del ambiente ayuda a mejorar la calidad de atención
- **Fomento de la colaboración**
Mejora el trabajo en equipo
- **Menor rotación del personal**
Retiene talento en sectores de alta demanda



Durante décadas, el foco principal ha estado en la eficiencia de los procesos y la funcionalidad de los equipos. Sin embargo, estamos reconociendo, cada vez con más fuerza, que el entorno físico no es un mero telón de fondo, sino un agente activo en el proceso de curación.

Invertir en el diseño de espacios que promueven el bienestar significa ir más allá de las paredes blancas y estériles para crear entornos que nutran la mente y el cuerpo. Esto se traduce en pacientes que experimentan menos estrés, un dolor mejor manejado y recuperaciones más rápidas. Pero los beneficios no terminan ahí. Al humanizar estos espacios, también estamos creando lugares de trabajo más saludables, productivos y compasivos para los profesionales de la salud. Es una estrategia de ganar-ganar que, en última instancia, eleva la calidad de la atención y mejora la vida de todos los que interactúan con el sistema de salud. Es, en esencia, una inversión crucial en la salud y el futuro de nuestra sociedad.



Seguridad de Pacientes Integral Neuquén

#somospine

Fundación sin fines de lucro dedicada a transformar la atención sanitaria a través de la seguridad del paciente y la atención centrada en las personas. Nos enfocamos en empoderar a líderes y profesionales de la salud con las herramientas y el conocimiento necesarios para crear entornos de atención más seguros, humanos y eficientes.

www.fundacionspine.org
info@fundacionspine.org

