

¿PUEDE UNA CORRECTA ILUMINACIÓN ACORTAR EL TIEMPO DE HOSPITALIZACIÓN?

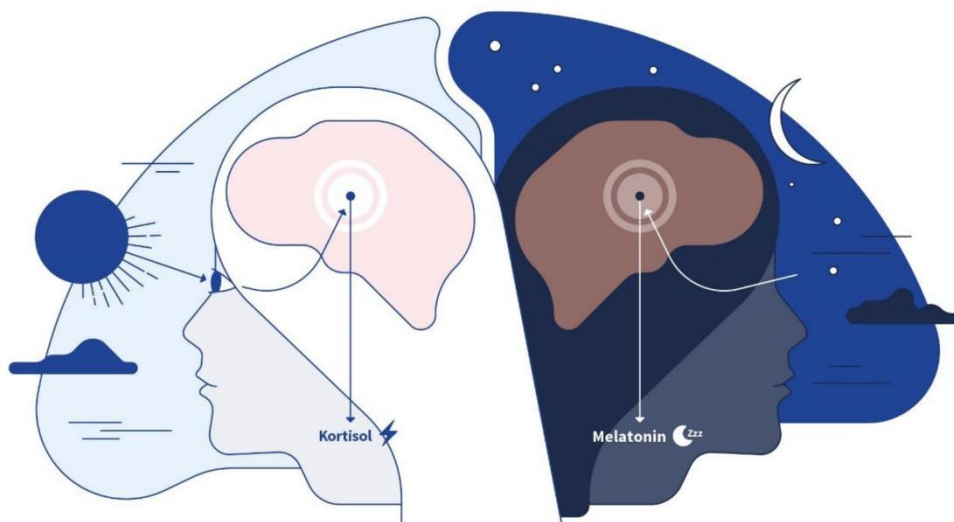
Fagerhult

Fue una de las preguntas al frente de un estudio en el Hospital Södra Älvsborgs en Borås. ¿Pueden las variaciones en el color y la intensidad de la luz ayudar a los pacientes de cuidados intensivos a encontrar su camino de regreso a su ritmo circadiano?

El ritmo circadiano de los pacientes en cuidados intensivos, a menudo, se ve interrumpido por fuertes medicamentos o anestesia. Con la ayuda de la iluminación, el equipo de investigación espera ayudar a los pacientes a encontrar un medio más rápido para lograr un buen equilibrio entre el sueño y la vigilia.

El receptor afecta a diferentes hormonas en el cerebro, como la secreción de la hormona del sueño “melatonina”, que se produce a niveles de luz más bajos. Por el contrario, a niveles de luz más altos, la hormona del estrés “cortisol” se produce y nos alerta.

El proyecto de cuatro años de investigación está dirigido por Berit Lindahl, profesora titular de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Borås.



Una habitación con luz indirecta

"En la unidad de cuidados intensivos del hospital hemos diseñado una sala de pruebas; Un ambiente tranquilo equipado con luz indirecta que refleja el patrón de la luz del día en lo que respecta a la temperatura e intensidad del color.

Un enfoque, que esperamos, ayudará a los pacientes a mantener su ritmo circadiano. También esperamos que esta "solución de iluminación circadiana" ayude a limitar la aparición de delirio postoperatorio, el uso de analgésicos y, en un mundo ideal, acortar la duración de la estadía.

Debido al diseño de la solución de iluminación, el personal tuvo que hacer algunas concesiones en términos de niveles de luz durante la noche. Utilizamos niveles de luz más bajos de lo normal para no estimular la producción de cortisol pero, por supuesto, sin comprometer la seguridad del paciente", dice Berit Lindahl.

Imita la luz del día

Además de suministrar las luminarias para el proyecto de prueba, el Jefe de Investigación de Fagerhults, Tommy Govén, trabajó con Torbjörn Laike en la Universidad de Lund para proporcionar su experiencia en la industria.

"La iluminación imita la luz del día. En la madrugada la luz es más intensa y fría, luego se reduce ligeramente por el resto de la mañana. Entre las 11 a.m. y la 1 p.m., la luz se atenúa a una temperatura de color más cálida y niveles de luz más bajos. La intensidad de la luz y la temperatura del color se reducen gradualmente al final de la tarde para preparar al paciente para enfrentar la noche", dice Tommy Govén.

La invención del LED azul, que a su vez nos dio la posibilidad de hacer luz LED blanca, supuso un cambio de paradigma en la industria de la iluminación. En el diseño de iluminación consideramos los efectos visuales, emocionales y biológicos de la luz. Cuando estos tres aspectos están en perfecta armonía, realmente estamos proporcionando experiencias de iluminación mejoradas para las personas.

/ Evite los niveles de luz altos y estresantes durante la noche. - Tommy Govén, Director de Investigación, Fagerhult. /



Temperatura de color ajustable

Las luminarias están equipadas con "blanco sintonizable", que permite ajustar la temperatura del color de 2700 Kelvin a 6500 Kelvin, o de luz cálida a fría. La intensidad también se puede controlar de 0 lux a 1,000 lux.

Luz ambiental

”La luz es principalmente ambiental, es decir, dirigida a paredes y techos. La idea es ayudar al cuerpo a comenzar con la producción de la hormona del estrés cortisol. La producción de melatonina, que controla nuestro sueño, es más difícil de influir. Por lo tanto, es importante evitar los niveles de luz altos y estresantes por la noche tanto como sea posible”.

