

# LAS 25 PAUTAS DE LA BIOCONSTRUCCIÓN

biología del hábitat: La bioconstrucción establece criterios para la configuración de un entorno vital sano, conectado con la naturaleza, sostenible y bello. Se consideran aspectos ecológicos, económicos y sociales en la elección de materiales y el diseño de espacios habitables.

## CLIMA INTERIOR



Reducir sustancias contaminantes e irritantes y aportar suficiente aire fresco



Reducir la presencia de hongos tóxicos, levaduras y bacterias, así como polvo y otros alérgenos



Utilizar materiales con olor neutro o agradable



Minimizar campos electromagnéticos y ondas de alta frecuencia



Priorizar el calor radiante para calefacción

## MATERIALES DE CONSTRUCCIÓN Y EQUIPAMIENTO



Utilizar materiales naturales, no tóxicos y con la menor radiactividad posible



Garantizar una proporción equilibrada entre aislamiento térmico y acumulación de calor, así como entre temperatura superficial y del aire interior



Usar materiales higroscópicos



Minimizar el contenido de humedad de obra nueva



Optimizar el acondicionamiento y aislamiento acústico de los espacios (incluidos los infrasonidos)

## DISEÑO INTERIOR Y ARQUITECTÓNICO



Observar proporciones y formas armoniosas



Estimular percepciones sensoriales: vista, oído, olfato y tacto



Favorecer unas condiciones de iluminación y espectro cercanos a la luz natural y usar lámparas sin parpadeos



Considerar conocimientos de fisiología y ergonomía



Promocionar la cultura edificatoria y artesana local y regional

## MEDIO AMBIENTE, ENERGÍA Y AGUA



Minimizar el consumo de energía y usar fuentes renovables



Al construir o reformar, evitar impactos negativos en el medio ambiente



Conservar los recursos naturales y proteger la flora y la fauna



Favorecer sistemas de construcción locales, elegir materiales y ciclos de vida con el mejor balance ecológico posible



Asegurar la calidad más óptima posible del agua potable

## HÁBITAT ECOSOCIAL



Diseñar infraestructuras con una combinación de usos equilibrada: distancias cortas a centros de trabajo, transporte público, escuelas, comercios, etc.



Favorecer una forma de habitar que satisfaga las necesidades humanas y proteja el medioambiente



Proveer de suficiente espacio verde a áreas residenciales rurales y urbanas



Fortalecer la autosuficiencia local y la participación de redes y proveedores de servicios locales



Seleccionar emplazamientos para la construcción que no estén contaminados por residuos nocivos, fuentes de radiación, polución y ruido

En condiciones reales, no siempre se puede cumplir con todos los criterios. Por lo tanto, nuestra atención se centra en su optimización dentro de un marco de trabajo individualmente posible.