

IL DINAMISMO DELLA LUCE

DI ALESSANDRO BIANCO

LUCE ARTIFICIALE E RITMO CIRCADIANO. UNA PROGETTAZIONE ILLUMINOTECNICA SENSIBILE CONSENTE DI ADATTARE LE FONTI LUMINOSE INDOOR ALLE ESIGENZE BIOLOGICHE DELL'UOMO

Componente essenziale nella vita di ogni essere vivente, la luce naturale scandisce le nostre giornate, tra impegni lavorativi e momenti di relax, assumendo molteplici sfumature di calore e intensità nell'arco delle ventiquattro ore. Sfumature e intensità che noi identifichiamo con i gradi Kelvin: chiamiamo luce calda quella con temperatura di colore inferiore a 3300 gradi Kelvin e fredda quella con temperatura di colore superiore ai 5300.

Tra questi due estremi abbiamo il bianco neutro. «Dal punto di vista illuminotecnico – spiega Giuseppe Salamone, Ingegnere Olistico titolare dello Studio Salamone –, il modo migliore per fare una progettazione sensibile in linea con l'orologio biologico dell'uomo prevede l'utilizzo di una luce dinamica, variabile durante il giorno. Per fare un esempio concreto, tutti noi al mattino abbiamo necessità di attivare l'ormone dell'attenzione – il cortisolo – e

questo avviene privilegiando una luce fredda, bianca. A mezzogiorno (in estate), il sole ha una temperatura che corrisponde a 5500 gradi Kelvin. Così, è possibile soddisfare il nostro naturale bisogno di attenzione e di concentrazione. A partire dal pomeriggio, piano piano, la luce deve diventare più calda, fino al tramonto, quando la luce solare raggiunge una temperatura dai 3500 ai 2000 gradi Kelvin. È infatti il momento di attivare un altro

ormone, quello del riposo e del rallentamento: la melatonina». Grazie a sistemi d'illuminazione a led, è possibile venire incontro a queste esigenze, sfruttando le potenzialità di una luce dinamica e personalizzabile. «Queste soluzioni – continua Salamone – si possono collegare anche a una domotica, con un sistema di gestione automatizzato che permetta di programmare i gradi Kelvin e l'intensità luminosa nell'arco giornata».



SAPORE RETRÓ

Megafono di **Stilnovo**

è una lampada icona degli anni Cinquanta a luce diretta e indiretta. Il paralume orientabile a doppio cono, in finitura avorio o nero lucido, si abbina allo stelo in ottone con doratura galvanica, per illuminare con un tocco raffinato.

www.stilnovo.com