

Cúidese: estudios alertan que ambientes fríos y lúgubres dañan la salud mental

Una casa terapéutica prende luces, musicaliza y se tempera por sí sola



El mercado de la domótica en Latinoamérica ya supera los 5,2 mil millones de dólares.

En una casa inteligente, cuando uno llega las luces se encienden automáticamente. Al mismo tiempo, el termostato sube paulatinamente la temperatura -justo la ideal para el usuario- y la asistente virtual avisa si se olvidó cerrar la puerta, mientras comienza a sonar música y se cierran las cortinas.

Lo que puede sonar a fantasía es ya una realidad en muchos hogares chilenos. Es parte de lo que se denomina domótica: hogares que aprenden, piensan y responden según las necesidades de sus moradores. Es un creciente y muy rentable negocio, más aún ahora con las posibilidades que abre la inteligencia artificial.

En Latinoamérica, el mercado de la domótica ya supera los 5.270 millones de dólares y crecerá a 9.720 millones para 2033, impulsado por la conectividad de dispositivos, la eficiencia energética y seguridad. En Chile y Brasil, la pene-

Sistemas como ThinQ de LG coordinan electrodomésticos desde una sola app.

tración de dispositivos inteligentes ya supera el 20%.

Centros de control

El mercado global de electrodomésticos inteligentes, que proyecta ganancias superiores a US\$ 150 mil millones para 2030, no sólo refleja una búsqueda de comodidad, automatización y confort, sino una inversión consciente en salud preventiva: el verdadero salto es la sinergia que se produce entre artículos o gadgets que cuentan con algún tipo de conectividad a internet (la famosa "Internet de las Cosas" o IoT), a su vez está sustentada en alguna plataforma de IA con algún ecosistema digital.

"En los hogares chilenos cada vez es más común ver la integración de dispositivos inteligentes que permiten mantener los espacios limpios sin necesidad de dedicar grandes bloques de tiempo al aseo", destaca Carlos Schilling, geren-

te de comunicaciones de Tineco & Ecovacs Chile.

Las plataformas centralizadas -ThinQ de LG, Xiaomi Home o SmartThings de Samsung- actúan como centros de comando neural para el hogar. Así, desde una app, el usuario puede gestionar el ecosistema completo a kilómetros de distancia. O desde su cama, si prefiere.

Esta capacidad de "preacondicionar" el hogar transforma la llegada a casa en una experiencia casi terapéutica, donde muchas tareas ya están automatizadas, en lugar de ser una carga más de estrés.

"La salud mental también depende del entorno. Por eso la industria ha diseñado sistemas y equipos para equilibrar la temperatura, mejorar la calidad del aire y generar ambientes más tranquilos. Cada detalle, desde el nivel de ruido hasta la eficiencia del filtrado, está pensado para mejorar el bienestar diario de las personas", promete Teresa Cruz, brand manager de Home Appliances Solutions de LG Electronics Chile.

La evidencia científica es contundente al respecto. Según la Organización Mundial de la Salud, se estima que 25% por ciento de la población sufre algún tipo de estrés ligado a su entorno doméstico.

De hecho, un estudio titulado "Science of The Total Environment" revela que la mala ventilación o las temperaturas extremas aumentan el malestar psicológico en 20%. Para contrarrestarlo, un buen control climático automatizado puede ser crucial.

Por otro lado, investigaciones en China han ligado los hogares muy fríos a un mayor estrés, mientras otros estudios vinculan la contaminación del aire interior con síntomas de ansiedad y depresión.

Así, la automatización del hogar se consolida como una herramienta clave para construir sitios personalizados que, además de hacer nuestra vida más fácil, también cuidan activamente nuestra salud mental.