



DESDE SUECIA

Vicente Pizarro
ING. TEC. AGRIC.



Un proyecto piloto efectuado en la Universidad de Agricultura de Oslo (Noruega) con la intención de determinar la influencia de las plantas de interior en la percepción de la salud entre los oficinistas, confirma el valor de la subjetividad entre los seres humanos.

Desde tiempo es sabido que las plantas de interior ejercen una influencia positiva sobre las personas, ya sea por su valor estético o medioambiental. Sin embargo, lo desconocido, hasta aquí, era el poder subjetivo que éstas ejercen, en la percepción de la salud y bienestar entre quienes trabajan rodeado de las mismas. Es esta la conclusión principal a la que llegan los investigadores de Noruega en su investigación, financiada entre otros por la Statoil Norge AS.

En la investigación participaron 62 personas que trabajan en oficinas de aproximadamente 10 m². Este estudio se efectuó en el otoño

Plantas de interior Salud y plantas

Cómo influyen la vegetación interior en la percepción de la salud por parte de los oficinistas



de 1995 y 1996, así como en la primavera de 1995 y 1996.

Se formaron dos grupos y las plantas se intercalaron entre ellos. Así el grupo que tuvo plantas durante la primavera de 1995, quedó sin ellas el año siguiente. Hubo control tanto antes de iniciarse el proyecto como posteriormente. Las plantas seleccionadas tanto en su cantidad como en su calidad se ajustaron a la praxis normal. Se tuvo cuidado de que su mantenimiento fuera sencillo y se eligieron sistemas de autoregación. Los sustratos empleados en las macetas fueron normales y libres de complicaciones que pudieran incidir en el resultado de la investigación.

Las preguntas formuladas a los oficinistas abarcaban 14 estados de salud, entre los que se destacan can-

sancio, sequedad, tos, irritación, concentración, etc.

Las conclusiones extraídas podrían sintetizarse de la siguiente manera. Los oficinistas con plantas de interior en su oficina experimentaron una mejora en la percepción del estado de su salud, menos quejas, sobre todo en lo relacionado con el cansancio y la tos. Además, los efectos se pudieron notar inmediatamente después que las plantas fueron introducidas en las oficinas, manteniendo su efecto positivo durante 8 meses. Finalmente, una mayoría deseaba mantener las plantas en sus oficinas y afirmó vivenciar bienestar con las mismas.

En un control efectuado posteriormente se observó, sin embargo, el que estas vivencias decaen en el décimo mes, es decir, en el mes de

diciembre. Sin tener explicaciones rotundas al respecto, los investigadores creen que diciembre es el mes que más infecciones acarrea en la garganta y fosas nasales, entre los noruegos, como consecuencia de la sequedad del aire interior. No hay que olvidar que los países escandinavos necesitan calefaccionar sus oficinas extraordinariamente bien durante los meses fríos de invierno.

Las causas que los oficinistas vivencien las plantas como positivas se podrían explicar, a su vez, de la siguiente manera:

- Las plantas se viven como elementos de bienestar, de ahí que pueda aumentar la resistencia a las presiones y estrés, física y psíquicamente del trabajo. Se puede entender como un aumento en la capacidad de tolerancia. Lo cual expresaría en este sentimiento de bienestar y menor queja.

- Las plantas podrían incidir en que el aire interior mejore su calidad. Mejor aire y más humedad, ocasionada por las plantas de interior, generaría una ventilación superior, traducida en una sensación de estar respirando aire limpio y fresco.

Lista de las plantas empleadas

- *Aglaonema commutatum*.
- *Dracaena deremensis*.
- *Epipremnum aureum*.
- *Philodendron scandens*.
- *Dracaena fragans*.

Reducción de malestar en %.

- Sequedad 5%
- Picazón 10%
- Irritación rostro 23%
- Tos 37%
- Garganta irritada 25%
- Nariz irritada 27%
- Ojos irritados 17%
- Problemas de concentración 16%
- Sentimientos de mareo 18%
- Piel seca 18%
- Cansancio 30%

