

Dimensi-on explica en qué consiste la filosofía HOMEFULLNES y cómo ponerla en práctica en casa

El mindfulness, aplicado a la decoración, consiste en conseguir un espacio agradable, que transmita paz y ayude a conectar con uno mismo. Esta decoración consciente se pone en práctica escogiendo materiales naturales y piezas artesanales, aprovechando la luz natural y apostando por un espacio limpio y ordenado, fundamental para lograr también un orden mental. Desde Dimensi-on, especialistas en arquitectura y diseño de interiores, explican qué es esta nueva filosofía y cómo ponerla en práctica

El concepto "Homefullnes" hace referencia al sentimiento de placer, apego y alivio que provoca llegar a casa. Por esta razón, este tipo de método centra toda su atención en hacer de los hogares un remanso de paz y relajación en el que encontrarse lo más cómodos posible, lejos del estrés. Esta práctica pretende hacer disfrutar de las rutinas del hogar, desde la conciencia y el regocijo.

Priorizar los espacios abiertos, espacios llenos de luz que den calor al hogar. Este tipo de espacios invitan a la calma y la desconexión.

Una mala iluminación no sólo afecta a la visión sino también al estado de ánimo. Con una buena luz aumentan los niveles de energía, mientras que una iluminación deficiente contribuye a la depresión y a otras deficiencias en el cuerpo. Hay que procurar organizar el espacio para dejar pasar la luz natural, ya que estimula la producción de serotonina y endorfinas, o en su defecto, contar con una buena iluminación artificial.

La altura de los techos también condiciona el cerebro. Lo que ya se conoce como neuroarquitectura ha demostrado que las dimensiones de los espacios de una casa afectan a la respuesta del cerebro. Los techos altos favorecen la creatividad, mientras que los techos bajos dan paz ayudando a la relajación y la concentración. Por otro lado, las estancias con formas orgánicas y redondeadas aportan tranquilidad. Por el contrario, los ángulos muy pronunciados envían al cerebro un mensaje de amenaza.

Incluir plantas y flores en casa aporta vida, calidez y le dan un toque de frescura al espacio. Además, disminuyen el estrés, aumentan la productividad y la concentración y mejoran la calidad del aire.

Apostar por una gama de colores pasteles o tierras para las paredes, facilitará la relajación dentro de las estancias. En colores vivos, la tendencia hoy son los tonos monocromáticos, siendo posible elegir el más apropiado para disfrutar decorando los espacios con elementos que aporten intensidad y personalidad al hogar.

El orden es prioritario para dejar el desasosiego al otro lado de la puerta de casa. Mantener el orden aviva la sensación de placer y bienestar.

Líneas y formas simples, la redondez impulsa la sensación de descanso.

Tejidos que sean “gustosos” al tacto, que invite a tocarlos y que aumenten la sensación de calidez en el hogar.

Acerca de Dimensi-on

Dimensi-on es un estudio de interiorismo en Madrid que cuenta con un equipo de sólidos profesionales, con amplios conocimientos técnicos en arquitectura de interiores y especialistas en realizar proyectos, reformas e interiorismo, ya sea para una vivienda, local u oficina.

La singularidad de su estudio reside en la diversidad y complementariedad de sus perfiles profesionales. Creativos y técnicos trabajan juntos en un ambiente de trabajo altamente estimulante que hace aflorar el dinamismo, la pasión y la cercanía que son sus señas identitarias.

Convierten cada proyecto interior en una experiencia única y se especializan en los proyectos “llave en mano”, para olvidar todos los problemas de la obra y poder disfrutar del proyecto lo antes posible.

Calle Sopelana, 11, Oficina 2.11, 28023 Madrid

dimensi-on.com

Dimension Estudio de Interiorismo

@dimensi-on

Datos de contacto:

Dimensi-on

918763496

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Interiorismo](#) [Moda](#) [Sociedad](#) [Madrid](#) [Entretenimiento](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>