

La vivienda rural está de moda: ¿cómo rehabilitar de forma sostenible una vivienda en el pueblo?, según Sto

Este tipo de inmuebles, por su antigüedad, suelen presentar grandes deficiencias en cuanto a confort, habitabilidad, accesibilidad, consumo de energía o seguridad estructural. Para adaptarlas a las necesidades actuales, la mejor opción es la rehabilitación sostenible, tanto por las ayudas económicas que ofrecen las administraciones públicas, como por sus ventajas: menor demanda energética, mayor durabilidad o incremento del confort

El auge del teletrabajo está incrementando el interés por disponer de un inmueble en municipios rurales bien comunicados o cercanos a grandes urbes. Una vez perdido el miedo por parte de las empresas de permitir a sus empleados trabajar el remoto, los profesionales del sector inmobiliario ya están percibiendo un aumento de búsquedas en estas ubicaciones alejadas del ruido y la masificación por la posibilidad que ofrecen de poder adquirir una vivienda unifamiliar que cumpla todas las preferencias habitacionales surgidas a raíz del COVID- 19 (zonas espaciosas, espacios exteriores, varias habitaciones, luminosidad, tranquilidad, etc.), a precios muy asequibles.

Este tipo de inmuebles, sin embargo, por su antigüedad, suelen presentar grandes deficiencias en cuanto a confort, habitabilidad, accesibilidad, consumo de energía o seguridad estructural, lo que llevará a la mayoría de estos nuevos inquilinos a emprender diferentes acciones de rehabilitación que permitan adaptar sus viviendas a los requerimientos y necesidades actuales. En este sentido, la opción sostenible es la mejor elección, tanto por las múltiples facilidades y ayudas económicas que ofrecen actualmente las administraciones públicas, como por las ventajas de este tipo de rehabilitación: menor demanda energética y consumo de residuos, mayor durabilidad frente a los desperfectos ocasionados por el paso del tiempo -grietas, humedades, fugas de calor, desconchamiento de pintura, posibles plagas, etc.-, revalorización de la vivienda, y más confort y salubridad, gracias a que garantiza una mejor la calidad del aire interior o una temperatura ambiente acogedora durante todo el año .

Para contribuir al fomento de este tipo de rehabilitaciones, la compañía [Sto](#), entidad de origen alemán con sede en España especializada en la elaboración de materiales y soluciones para la construcción sostenible, explica los aspectos fundamentales a tener en cuenta:

- Mejorar el aislamiento térmico de paredes, suelos y techos. Contar con un buen aislamiento térmico puede llegar a suponer un ahorro en costes energéticos de hasta el 60% y, desde un punto de vista sostenible, puede conllevar un ahorro de energía anual de 16 millones de toneladas de gas de

combustión. Además, contribuye también al aislamiento acústico de las estancias. En este sentido, lo mejor es utilizar materiales aislantes sostenibles: lana mineral, fibra de madera, espuma rígida mineral, ...

- Sustituir las ventanas por otras más eficientes. El doble vidrio con una cámara de aire de al menos 10 mm es lo mejor para un mayor aislamiento térmico y acústico. Asimismo, es preferible que sean de hoja batiente u oscilobatiente, ya que las correderas no son tan herméticas, y que estén fabricadas de madera, aluminio o PVC. Será importante, en este caso, asegurar también el aislamiento de los marcos, para evitar pérdidas de calor.

- Eliminar las pinturas plásticas y apostar las naturales no tóxicas. La pintura plástica impide la transpiración de las paredes y emite al aire sustancias nocivas, como el formaldehído, un gas tóxico perjudicial para la salud. Por ello, en los últimos años se han desarrollado otras opciones de carácter sostenible y respetuoso con el medio ambiente. Por ejemplo, las pinturas de cal (impermeables y con capacidad fungicida y antiséptica, que impiden la formación de algas y hongos), de silicato (gran durabilidad y resistencia a los rayos UV, y también con propiedades antibacterianas, desinfectantes y fungicidas), de arcilla (natural, fácil de aplicar e indicada especialmente para interiores por su poca resistencia al agua) o de vegetales (obtenidas del procesamiento de materia de origen orgánico y mineral, como hojas, corteza de árbol, aceites..., y también indicadas para interior).

- Apuesta por el acondicionamiento acústico. Teniendo en cuenta que la calidad acústica es un aspecto decisivo para el confort de los usuarios, las intervenciones en ese sentido son, ahora mismo, una gran apuesta. Aunque la aplicación de sistemas de acondicionamiento acústico es más común en recintos dedicados a la música o a la palabra (teatros, salas de concierto, discotecas, restaurantes, aulas o salas de cine), los meses de COVID-19, en los que ha habido más personas de lo habitual en la vivienda durante más tiempo y, además, con videollamadas constantes, han incrementado el interés por este tipo de soluciones en el contexto residencial. Gracias a ellas, es posible absorber el sonido y regular los tiempos de reverberación, eliminando ruidos molestos.

- Revisión de las instalaciones eléctricas. Inicialmente, las instalaciones eléctricas fueron proyectadas para niveles de consumo inferiores al actual y sus condiciones de seguridad son, en muchas ocasiones, precarias y peligrosas para los usuarios. Por ello, es importante comprobar si la instalación eléctrica está preparada para la demanda de potencia que se va a precisar, revisar si dispone de toma a tierra para todos los enchufes y de si hay cableados o canalizaciones en mal estado, y, en caso de ser necesario, plantearse un cambio de la instalación eléctrica. Habrá que aprovechar la reforma, además, para la sustitución de bombillas incandescentes y lámparas halógenas por luces LED, y optar por el uso de electrodomésticos con etiqueta energética de bajo consumo.

- Actualización de las conducciones de fontanería e instalación de soluciones de ahorro de agua. En este sentido, es importante sustituir las antiguas tuberías de plomo y cobre por otras de acero inoxidable, cerámica o, en última instancia, de

polietileno o polipropileno. En cuanto a los sistemas de ahorro de agua, habría que plantearse la instalación de grifos con filtros de ahorro, de un descalcificador a la entrada de la instalación para prolongar la vida útil de los electrodomésticos o de sanitarios con cisternas de descarga controlada.

- Cambiar o mejorar el sistema de calefacción y agua caliente. Lo más común es apostar por la instalación de una caldera de baja emisión de NOx (con un índice de contaminación más bajo que el que exige la normativa europea), de condensación (aparte de recuperar el calor de los gases producidos en la combustión, regula el consumo energético en función de la demanda) o de biomasa (entre ellas, la de pellets, hechos a base de residuos vegetales comprimidos que, al quemarse, no contaminan el medio). No obstante, si se quiere hacer una reforma todavía más sostenible, lo ideal es rechazar las calderas que consumen electricidad o las que queman combustibles fósiles y apostar por las energías renovables, como, por ejemplo, instalar un termosifón solar para el agua caliente y placas fotovoltaicas para generar calor.

En viviendas de obra nueva: la madera, la mejor opción

Si lo que se quiere es un diseño es 100% personalizable, y empezar una construcción desde cero, la opción más económica son las viviendas de madera: ejecución rápida, ligera (peso medio de tan solo 400 Kg/m³, en comparación con el hormigón que tiene un peso aproximado de 2.500 Kg/m³ o el acero con 7.000 Kg/m³.), sostenible (la madera genera un balance positivo de CO₂ en el inmueble), de menor coste y con soluciones que consiguen una apariencia y prestaciones similares, o incluso mejores, a las de construcción tradicional.

Algunas de las claves a tener en cuenta a la hora de apostar por este tipo de edificaciones es que tengan una orientación sur, que la obtención de la madera sea local o que cuenten con un aislamiento térmico adecuado. Esto se debe a que las casas de madera no son capaces de acumular el calor del sol y, por tanto, el grosor del aislamiento térmico debe ser lo suficientemente capaz de regular la temperatura con un alto grado de efectividad. En general, el espesor más recomendado es el de 15 cm pero, realmente, este estará supeditado al tipo de clima donde se ubique el inmueble.
