ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICA TOULOUSE LAUTREC

La influencia de la Arquitectura Biofílica en la percepción del bienestar emocional en entornos de Coworking: Un análisis cualitativo en Lima

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN ARQUITECTURA DE INTERIORES

PRESENTADA POR

Rojas Palacios, Priscilla Ruby
DNI: 70046500, Perú
Julca Sobrino, Cristian
DNI: 73116044, Perú

ASESOR

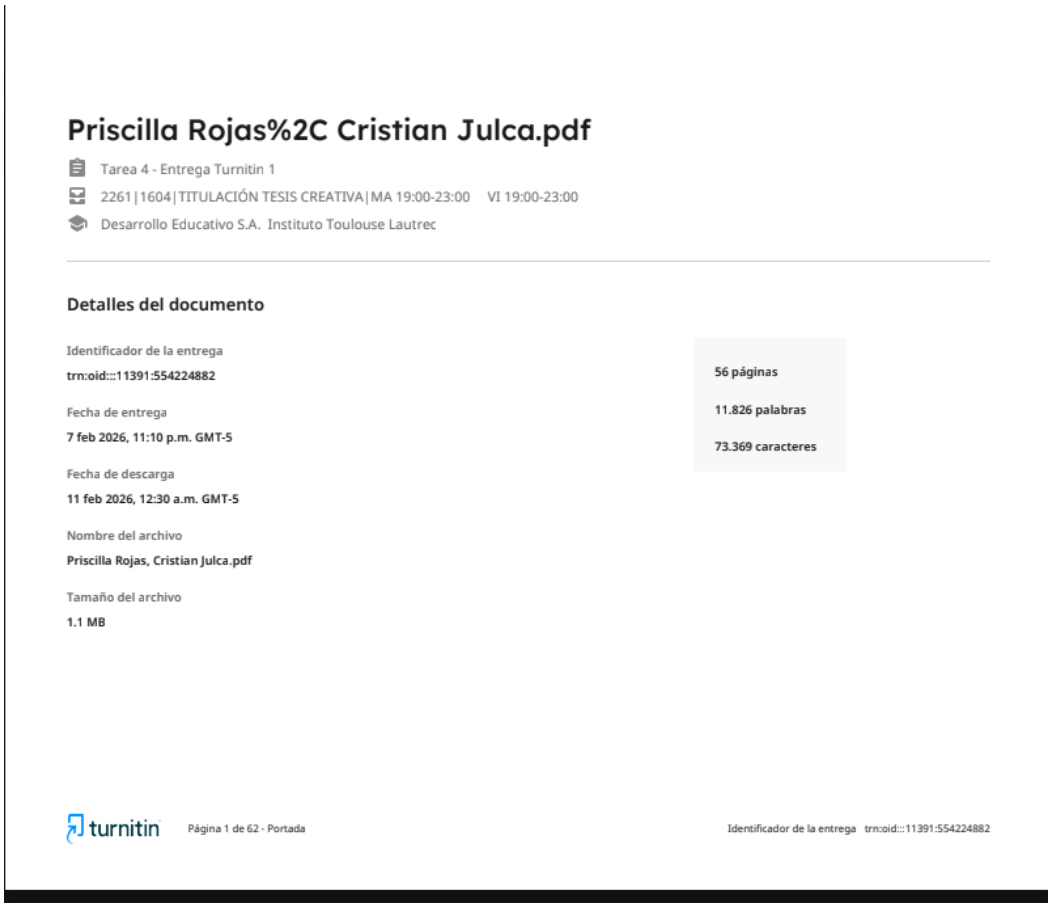
Tambini De La Peña, Jorge Enrique
DNI: 47947191, Perú
ORCID: 0000-0002-9972-2534

JURADO

Díaz Pareja, Claudia
Ampuero Quezada, Héctor David
Alvarado Pereyra, Ornella Nicole

Lima, febrero 2026

Reporte de Similitud



Priscilla Rojas%2C Cristian Julca.pdf

Tarea 4 - Entrega Turnitin 1

2261|1604|TITULACIÓN TESIS CREATIVA|MA 19:00-23:00 VI 19:00-23:00

Desarrollo Educativo S.A. Instituto Toulouse Lautrec

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trn:oid:::11391:554224882

Fecha de entrega
7 feb 2026, 11:10 p.m. GMT-5

Fecha de descarga
11 feb 2026, 12:30 a.m. GMT-5

Nombre del archivo
Priscilla Rojas, Cristian Julca.pdf

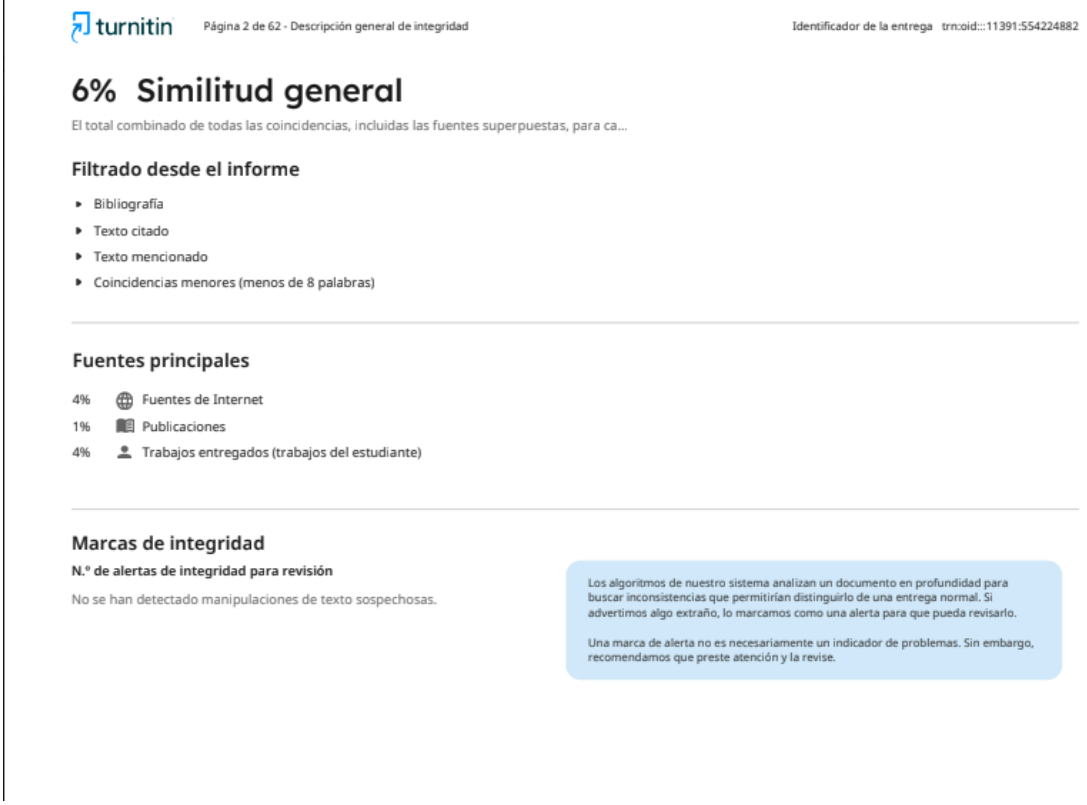
Tamaño del archivo
1.1 MB

56 páginas

11.826 palabras

73.369 caracteres

turnitin Página 1 de 62 - Portada Identificador de la entrega trn:oid:::11391:554224882



turnitin Página 2 de 62 - Descripción general de integridad Identificador de la entrega trn:oid:::11391:554224882

6% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

Fuentes principales

4% Fuentes de Internet
1% Publicaciones
4% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Dedicatoria

Este trabajo representa la culminación de un largo proceso de esfuerzo, disciplina y trabajo en equipo. Nos enorgullece presentar el fruto de nuestra dedicación y la pasión que invertimos en cada etapa de este proyecto.

Dedicamos este trabajo, en primer lugar, a nuestras familias. Su amor incondicional y paciencia fueron el motor que nos impulsó a no rendirnos, siendo nuestro refugio en los momentos de mayor incertidumbre. Todo nuestro esfuerzo es, también, un tributo a su apoyo constante.

Finalmente Agradecemos sinceramente a nuestro asesor Jorge Enrique Tambini de la Peña por su asesoría técnica, sus críticas constructivas y su apoyo invaluable durante el desarrollo de esta investigación.

Agradecimiento

Expreso mi más sincero y profundo agradecimiento a mis padres, Pilar Ruby Palacios Ynoñan y Jorge Luis Rojas Stahl, quienes fueron un pilar fundamental a lo largo de toda mi formación académica. A ambos les agradezco profundamente el acompañamiento, el amor incondicional y la confianza depositada en mí, los cuales fueron esenciales para llegar a esta etapa de mi vida profesional.

A mi hermana, por estar siempre presente cuando necesité consejos, orientación y apoyo en mis estudios, brindándome su ayuda con paciencia y generosidad en cada momento.

A mis mascotas Igor, Toffie, Princesa, y a mi querido Jasper, quien no llegó a estar presente físicamente y atravesó una enfermedad durante toda mi etapa como estudiante, pero cuya memoria fue una fuente constante de motivación y fortaleza. A él dedico mis logros profesionales como símbolo de perseverancia y compromiso para seguir adelante.

Finalmente, extiendo mi agradecimiento a los docentes y profesionales que guiaron mi camino académico y profesional hasta este punto, compartiendo sus conocimientos, experiencia y orientación, y contribuyendo de manera significativa a mi desarrollo personal y profesional.

Priscilla Ruby Rojas Palacios

Agradezco profundamente a Dios, por ser mi guía constante y por concederme la fortaleza, la paciencia y la claridad necesarias para culminar esta etapa de mi vida.

A mis padres, Fernando y Mary Julca por su amor incondicional y respaldo absoluto, quienes hicieron verdaderos sacrificios para garantizar mi educación; gracias

por escucharme con paciencia, por ser mi refugio en los momentos difíciles y por enseñarme con su ejemplo que el esfuerzo y la constancia abren cualquier camino.

A mi hermana, por su motivación constante; gracias por creer en mí incluso cuando yo mismo dudaba. A mis amigos, por su compañía, y a mis mascotas, cuya presencia me brindaron paz en los días de mayor exigencia.

Extiendo mi gratitud a mi asesor y a los profesores de Toulouse Lautrec, quienes con su dedicación y enseñanzas construyeron las bases de lo que hoy soy capaz de crear.

Finalmente, reconozco la fortaleza interior que me impulsó a no rendirme, a mantener la fe y a ver en cada obstáculo una lección. Este resultado refleja mi disciplina y la certeza de que, con convicción, los sueños se hacen realidad.

Cristian Julca Sobrino

Resumen Ejecutivo

La presente investigación aborda la problemática de la desconexión sensorial y el estrés psicológico generados por la urbanización acelerada en Lima, factores que afectan negativamente el bienestar emocional de los trabajadores en entornos de oficina. El estudio emplea un enfoque cualitativo de diseño exploratorio, utilizando entrevistas semiestructuradas y observación etnográfica para analizar la experiencia de arquitectos, gestores y usuarios en espacios de coworking. Los hallazgos principales revelan que la integración de luz natural, vegetación y materiales orgánicos como la madera actúa como un agente terapéutico que mitiga la fatiga mental y disuelve la sensación de confinamiento laboral. La relevancia de este trabajo radica en validar la arquitectura biofílica no solo como una mejora estética, sino como una herramienta esencial de restauración psicológica capaz de potenciar la salud mental y la productividad en el sector creativo limeño.

Palabras Clave

Arquitectura Biofílica, Bienestar Emocional, Coworking, Neuroarquitectura, Diseño de Interiores, Lima.

Tabla de Contenidos

Reporte de Similitud 2

Dedicatoria 3

Agradecimiento 4

Resumen Ejecutivo 6

Capítulo I: Introducción 10

1.1. 10

1.2. 10

1.3. 11

Capítulo II: Revisión de la literatura 13

2.1. Estado del Arte 13

2.2. Marco Teórico 18

Capítulo III: Propósitos y fundamentos de la investigación 20

3.1. Objetivo General 20

3.2. Objetivos Específicos 20

3.3. Pregunta General 20

3.4. Preguntas Específicas 20

3.5. Proposición General 21

3.6. Proposiciones Específicas 21

Capítulo IV: Metodología 22

4.1. Tipo y enfoque de investigación 22

4.2. Diseño metodológico 23

4.3. Participantes o casos de estudio 24

4.4. Técnicas e instrumentos 25

4.5. Procedimiento 26

Capítulo V: Resultados 28

5.1. Ruptura del Confinamiento y Evasión del Caos Urbano 28

5.2. Percepción Sensorial de los Estímulos Naturales y la Materialidad 29

5.3. El Diseño Biofílico como Agente Terapéutico y Regulador del Estrés 31

5.4. Potenciación de la Función Cognitiva y la Productividad Laboral 33

5.5. Valoración y Necesidad de la Integración Biofílica en el Contexto Local 34

Capítulo VI: Discusión 37

Capítulo VII: Conclusiones y Recomendaciones 43

7.1. Conclusiones 43

7.2. Recomendaciones para futuras investigaciones 44

Referencias 46

Anexos 52

Anexo 1: Guía de Entrevista 52

Índice de Tablas y Figuras

Figura 1 Visualización arquitectónica fotorrealista de espacio interior luminoso y
vegetado que actúa como refugio frente al caos urbano exterior. 29

Figura 2 Fotografía de detalle o primer plano (close-up de texturas) de experiencia táctil
y visual enfocada en la calidez de materiales orgánicos y luz natural 31

Figura 3 Visualización arquitectónica fotorrealista de entorno restaurador con fuente de
agua y vegetación diseñada específicamente para reducir el estrés. 32

Figura 4 Visualización arquitectónica fotorrealista de ambiente dinámico con iluminación
cenital que estimula la concentración y la productividad 34

Figura 5 Visualización arquitectónica fotorrealista (vista exterior urbana) de arquitectura
con terrazas verdes que responde a la carencia de naturaleza en la ciudad 36

Capítulo I: Introducción

1.1. Problema de Investigación

La acelerada urbanización en ciudades modernas ha confinado a las personas en espacios interiores que carecen de estímulos naturales, generando una desconexión que afecta el bienestar emocional. Esta privación de elementos orgánicos en los entornos construidos suele exacerbar niveles de estrés y reducir la satisfacción psicológica de los ocupantes que realizan actividades laborales (Alam, 2023). Ante esta situación, surge la necesidad de investigar estrategias de diseño que logren restablecer el vínculo humano con los sistemas vivos dentro de entornos altamente densificados como Lima. La implementación de principios biofílicos en la arquitectura interior busca crear espacios que no solo promuevan la salud física y mental, sino que también potencien la función cognitiva del usuario (Kuponiyi & Akomolafe, 2024).

La importancia de este estudio para la arquitectura de interiores radica en la capacidad de transformar los espacios de coworking en agentes activos de restauración psicológica y emocional. El diseño inspirado en la naturaleza actúa como una herramienta terapéutica que mejora el estado de ánimo de los usuarios y reduce significativamente la fatiga mental acumulada durante la jornada laboral (Najjar, 2025). Por lo tanto, comprender la percepción del usuario final permite validar la eficacia de integrar componentes naturales en la configuración espacial de entornos de trabajo compartidos. La disciplina debe evolucionar hacia un enfoque donde la materialidad y la luz natural fortalezcan la conexión emocional profunda entre el individuo y su entorno construido (Khanzadeh, 2024).

1.2. Vacío en el Conocimiento

A pesar del avance en el estudio de los entornos construidos, persiste una falta de integración profunda entre los hallazgos de la neurociencia y el diseño arquitectónico

convencional. La literatura actual destaca que el diseño de los espacios físicos influye hasta en un 16% en las variaciones del progreso académico y cognitivo, pero pocos estudios cualitativos profundizan en esta relación dentro de entornos de trabajo (Aguilar, 2025). Existe una necesidad crítica de documentar cómo variables específicas como la luz y la acústica afectan la respuesta emocional de manera personalizada según el perfil del usuario. La neuroarquitectura surge como una solución innovadora para estudiar el impacto de los elementos espaciales en el cerebro, aunque su aplicación en proyectos sostenibles e inclusivos aún requiere mayor evidencia empírica (Fernandes & Barros, 2025).

La brecha actual en la investigación se manifiesta en la ausencia de estudios que exploren la adaptación dinámica de los espacios a los estados emocionales y cognitivos de los individuos en tiempo real. Aunque se reconoce que el diseño interior puede moldear el comportamiento y las interacciones sociales, la evidencia histórica y técnica sobre este impacto emocional no suele aplicarse a la realidad de los trabajadores actuales (Joyal & Prakash, 2024). Resulta fundamental cerrar la distancia entre el monitoreo tecnológico del bienestar y la creación de ambientes arquitectónicos que respondan de forma adaptativa a la fatiga mental. Los avances en arquitectura neuro-adaptativa prometen optimizar la experiencia humana, pero enfrentan desafíos éticos y prácticos que aún no han sido resueltos en la literatura académica contemporánea (Makanadar, 2024).

1.3. Justificación de la Investigación

La optimización de la calidad ambiental en los interiores se ha vuelto una prioridad crítica para garantizar que los espacios de trabajo no afecten negativamente el rendimiento de sus ocupantes. El estilo de vida actual obliga a las personas a pasar la mayor parte de su tiempo en espacios cerrados, lo que convierte a la calidad ambiental

interior (IEQ) en un factor determinante para la salud y la productividad laboral (Mewomo et al., 2023). En el sector creativo, donde la estimulación sensorial es clave, resulta necesario implementar diseños que reduzcan las distracciones y mejoren la calidad de vida de los profesionales. Un enfoque de diseño inclusivo y centrado en el usuario permite comprender mejor las necesidades emocionales y funcionales, mitigando los efectos negativos de un entorno mal planificado (Narenthiran et al., 2022).

La percepción de elementos ambientales, como el paisaje sonoro y visual, define la capacidad del trabajador para alcanzar estados de alta concentración y creatividad. El uso de contenidos audiovisuales adecuados en las oficinas puede influir directamente en la preferencia por el entorno y en la productividad percibida de los colaboradores (Jo & Jeon, 2022). Por esta razón, la investigación es necesaria para establecer parámetros de diseño que no solo sean estéticos, sino que cuenten con evidencia medible de su impacto. La realización de evaluaciones pre y post-ocupación es fundamental para validar cómo los cambios en el diseño interior afectan positivamente la experiencia y el bienestar en el espacio de trabajo primario (Bae & Martin, 2023).

Capítulo II: Revisión de la literatura

2.1. Estado del Arte

A nivel global, la neuroarquitectura revela que la percepción de los entornos construidos impacta directamente en la estructura cerebral y en la salud mental de los ocupantes (Abbas et al., 2024). En el contexto actual, aproximadamente el 17% de la población mundial es neurodivergente y requiere espacios de trabajo que consideren sus necesidades sensoriales específicas para evitar el agotamiento emocional (Albuquerque & Ribeiro, 2025). Por otro lado, la creciente urbanización y digitalización exigen que las ciudades inteligentes integren tecnologías de monitoreo ambiental para optimizar la eficiencia y el bienestar en los edificios modernos (Al-Obaidi et al., 2022). Finalmente, la aplicación de estrategias biofílicas en interiores se vuelve esencial para equilibrar la responsabilidad ecológica con la calidad ambiental y la satisfacción psicológica de los usuarios (Asojo & Hazazi, 2025).

El análisis del entorno construido es fundamental para el sector creativo porque permite diseñar espacios que responden de manera inteligente a los estados cognitivos y emocionales de los individuos (Becerik-Gerber et al., 2022). La integración de la neuroarquitectura en la disciplina creativa facilita la creación de ambientes que cumplen con los pilares del bienestar humano mediante la comprensión de cómo el cerebro se activa ante estímulos espaciales (Assem et al., 2023). Al aplicar estrategias de diseño basadas en la evidencia científica, los profesionales del diseño pueden optimizar el rendimiento y la salud de los usuarios en entornos laborales altamente demandantes (Attaianese et al., 2025). Finalmente, la adopción de principios biofílicos en estos espacios no solo eleva la calidad de vida, sino que representa una ventaja económica significativa al reducir el estrés y potenciar la productividad en el lugar de trabajo (Barnaby et al., 2023).

Diversas investigaciones han demostrado que el bienestar psicológico de las personas depende críticamente de la calidad del ambiente interior, especialmente ante el aumento de trastornos como la ansiedad y la depresión asociados al confinamiento en espacios sellados (Berger et al., 2022). En este contexto, estudios recientes proponen el uso de la neuroarquitectura para diseñar entornos que reduzcan el estrés y fomenten la comodidad mediante el análisis de cómo el cerebro reacciona a estímulos como la luz natural y la vegetación (Domingos & Barros, 2025). Asimismo, se ha explorado el potencial terapéutico del diseño biofílico como una herramienta capaz de mejorar los resultados de salud digital y emocional al mitigar la sobrecarga sensorial de la vida urbana moderna (Bulaj et al., 2025). Finalmente, las revisiones exhaustivas sobre edificios inteligentes subrayan la necesidad de integrar la arquitectura con la neurociencia para crear espacios sostenibles que respondan de manera sensible a los requerimientos físicos y cognitivos de los usuarios (Duhoki & Gülten, 2025).

Las investigaciones sobre el impacto del entorno construido emplean revisiones sistemáticas cualitativas para explorar cómo los elementos del diseño arquitectónico moldean las emociones y el comportamiento humano a través del tiempo (George & Prakash, 2024). Asimismo, se utilizan estudios de caso descriptivos que integran observaciones de campo y el análisis de atributos biofílicos para comprender la relación entre la luz natural y el bienestar psicológico en las oficinas (Bakır Küçükkaya & Hasırcı, 2025). Por otro lado, el enfoque cualitativo se complementa con revisiones bibliográficas exhaustivas que permiten identificar estrategias de diseño orientadas a mitigar el síndrome del edificio enfermo y mejorar la salud de los ocupantes (Al-Khayyat & Şahin, 2024). Finalmente, se aplican técnicas cuantitativas como la Evaluación Post-Ocupacional (POE), la cual utiliza encuestas estructuradas y

mediciones físicas del ambiente para determinar niveles de satisfacción y calidad ambiental interior (Kim et al., 2022).

Los estudios experimentales confirman que la percepción de confort y el rendimiento cognitivo en entornos de oficina no presentan diferencias significativas entre escenarios reales y virtuales, validando el uso de simulaciones para evaluar la experiencia del usuario (Latini et al., 2023). Por otro lado, la evidencia señala que la implementación de infraestructuras verdes en edificios sostenibles no solo reduce el consumo energético, sino que mitiga el estrés térmico y mejora la calidad de vida de los ocupantes (Liu et al., 2022). Asimismo, se ha demostrado que una ventilación adecuada y el control de contaminantes interiores son determinantes para prevenir el deterioro de la salud mental y física causado por el aislamiento en climas urbanos extremos (Mansouri et al., 2022). Finalmente, los hallazgos destacan que el uso de luz natural, materiales orgánicos y una paleta de colores inspirada en la naturaleza son los elementos biofílicos con mayor impacto en la restauración emocional y la satisfacción espacial (McGee & Park, 2022).

A pesar de los avances, aún existe una brecha significativa en la comprensión de cómo las preferencias individuales por elementos biofílicos específicos, como el tipo de luz o vegetación, varían según el perfil demográfico del usuario en entornos residenciales y laborales (Obeidat et al., 2025). Asimismo, persiste una falta de evidencia empírica detallada sobre la efectividad a largo plazo de las estrategias de diseño basado en la naturaleza dentro de los entornos construidos contemporáneos, lo que limita su adopción sistémica en la práctica arquitectónica global (Usip et al., 2025). Por otro lado, la literatura científica aún no ha explorado suficientemente las correlaciones precisas entre las características físicas de los ambientes saludables y su impacto directo en la productividad económica y la satisfacción laboral profunda (Van

der Voordt & Jensen, 2023). Finalmente, es necesario profundizar en el desarrollo de marcos técnicos que faciliten la implementación de soluciones basadas en la naturaleza dentro de la arquitectura de interiores, superando los desafíos prácticos de mantenimiento y los altos costos percibidos (Van Leur, 2025).

La evolución de la arquitectura biofílica está marcada por la implementación de la electroencefalografía móvil (Mobile Brain/Body Imaging), una herramienta digital avanzada que permite medir en tiempo real cómo la percepción espacial de los entornos construidos impacta la actividad cerebral del usuario (Wang et al., 2022). Asimismo, surge un cambio social profundo que impulsa el diseño inclusivo a través de ajustes físicos en el lugar de trabajo orientados a apoyar la neurodiversidad y reducir la sobrecarga sensorial (Weber et al., 2022). En términos de innovación metodológica, el uso de la realidad virtual se ha consolidado como una práctica clave para evaluar de manera controlada cómo los diseños inspirados en la naturaleza pueden estimular la inspiración y restaurar el bienestar emocional (Xing et al., 2025). Finalmente, nuevas investigaciones neuropsicológicas están validando el efecto restaurador de los espacios verdes interiores mediante el análisis de la variabilidad de la frecuencia cardíaca, confirmando que la integración de elementos naturales es una herramienta biológica eficaz contra la fatiga laboral (Youn et al., 2025).

La arquitectura biofílica se fundamenta en la neuroarquitectura como un paradigma transdisciplinar que integra principios neurocientíficos para optimizar el bienestar emocional y los procesos cognitivos mediante el diseño del entorno físico (Aguilar Zavaleta, 2025). Este enfoque utiliza la incorporación de elementos naturales y análogos orgánicos para reducir los niveles de estrés y restaurar la salud mental de los ocupantes en entornos urbanos densificados (Alam, 2023). Asimismo, la evaluación de la calidad ambiental interior (IEQ) surge como un concepto crítico para medir la

satisfacción del usuario respecto a factores como la iluminación natural y la configuración espacial en el lugar de trabajo (Bae & Martin, 2023). Finalmente, el diseño de estos espacios busca fortalecer la conectividad biológica, permitiendo que la materialidad y la luz actúen como agentes de confort que potencian la productividad y la calidad de vida de las personas (Fernandes Domingos & Chivanga Barros, 2025).

La literatura actual presenta enfoques divergentes al priorizar distintos estímulos sensoriales; mientras que algunos estudios se centran exclusivamente en cómo la percepción de paisajes sonoros y contenidos audiovisuales determina la productividad en oficinas abiertas, otros enfatizan la importancia de los elementos visuales y materiales (Jo & Jeon, 2022). Asimismo, existe un sesgo histórico en la investigación que tiende a analizar las respuestas emocionales de manera colectiva, ignorando a menudo cómo el diseño de edificios puede influir de forma diferenciada en los niveles individuales de estrés y bienestar (George & Prakash, 2024). Por otro lado, persiste una contradicción en la aplicación práctica de la biofilia, ya que la percepción de los beneficios de los elementos naturales en espacios urbanos varía significativamente según el perfil específico y la ocupación del usuario (Khanzadeh, 2024). Finalmente, aunque se reconoce el potencial de la naturaleza para mejorar la función cognitiva, muchos marcos teóricos carecen de una integración unificada de la sostenibilidad ambiental con las necesidades psicológicas innatas de los ocupantes (Kuponiyi & Akomolafe, 2024).

La evidencia científica confirma que el diseño inspirado en la naturaleza actúa como un agente terapéutico capaz de mejorar el estado de ánimo y reducir los niveles de estrés en los entornos construidos (Najjar, 2025). Asimismo, se destaca que la calidad ambiental interior es determinante para la salud y productividad de los ocupantes, lo cual sustenta la necesidad de optimizar estímulos naturales para el confort psicológico

(Mewomo et al., 2023). Por otro lado, el surgimiento de la arquitectura neuro-adaptativa ofrece soluciones innovadoras para que el espacio responda de manera dinámica a las necesidades cognitivas y emocionales de los individuos (Makanadar, 2024). Finalmente, la adopción de enfoques de diseño inclusivo permite comprender profundamente la experiencia sensorial del usuario, facilitando la creación de ambientes de trabajo que verdaderamente promuevan el bienestar humano (Narenthiran et al., 2022).

2.2. Marco Teórico

La fundamentación teórica de esta investigación se sustenta en la Teoría de la Biofilia, la cual postula que los seres humanos poseen una conexión biológica innata con los sistemas vivos y los procesos naturales. El diseño inspirado en la naturaleza actúa como una herramienta terapéutica que mejora el estado de ánimo de los usuarios y reduce significativamente la fatiga mental acumulada durante la jornada laboral (Najjar, 2025). Esta corriente propone que la incorporación de elementos naturales y análogos orgánicos es fundamental para restaurar la salud mental de los ocupantes en entornos urbanos densificados (Alam, 2023). Asimismo, la disciplina debe evolucionar hacia un enfoque donde la materialidad y la luz natural fortalezcan la conexión emocional profunda entre el individuo y su entorno construido (Khanzadeh, 2024). Finalmente, la arquitectura biofílica busca crear espacios que no solo promuevan la salud física y mental, sino que también potencien la función cognitiva del usuario (Kuponiyi & Akomolafe, 2024).

Complementariamente, la Neuroarquitectura emerge como un modelo transdisciplinar que utiliza hallazgos de la neurociencia para comprender cómo el espacio físico moldea el comportamiento y las interacciones sociales. Este paradigma integra principios neurocientíficos para optimizar el bienestar emocional y los procesos cognitivos mediante el diseño estratégico del entorno construido (Aguilar Zavaleta,

2025). Bajo este enfoque, la arquitectura neuro-adaptativa ofrece soluciones innovadoras para que el espacio responda de manera dinámica a las necesidades cognitivas y emocionales de los individuos (Makanadar, 2024). La disciplina permite explorar cómo los elementos del diseño arquitectónico influyen directamente en la actividad cerebral y en la respuesta emocional de manera personalizada (Wang et al., 2022). De este modo, la neuroarquitectura se posiciona como una solución innovadora para estudiar el impacto de los elementos espaciales en el cerebro humano (Fernandes Domingos & Chivanga Barros, 2025).

Finalmente, el marco del Bienestar en el Entorno Construido se apoya en modelos de evaluación de la calidad ambiental para garantizar la satisfacción del usuario. La evaluación de la calidad ambiental interior (IEQ) surge como un concepto crítico para medir la percepción de los ocupantes respecto a factores como la iluminación natural y la configuración espacial (Bae & Martin, 2023). Este enfoque busca asegurar no solo la funcionalidad del espacio, sino también la satisfacción de las necesidades biopsicosociales de una población laboral diversa (Albuquerque & Ribeiro, 2025). Por ello, se aplican técnicas como la Evaluación Post-Ocupacional (POE) para determinar niveles de satisfacción y calidad ambiental en entornos de trabajo compartidos (Kim et al., 2022). En última instancia, la arquitectura debe evolucionar hacia una integración multidisciplinaria que responda a las necesidades cognitivas y emocionales para garantizar un bienestar integral (Duhoki & Gülten, 2025)

Capítulo III: Propósitos y fundamentos de la investigación

3.1. Objetivo General

Analizar la influencia de la arquitectura biofílica en la percepción del bienestar emocional de los usuarios de entornos de coworking en Lima, con el fin de proponer lineamientos de diseño que fortalezcan el vínculo humano-naturaleza.

3.2. Objetivos Específicos

1. Explorar el impacto de los elementos naturales y materiales orgánicos en la disminución de los niveles de estrés y la mejora del estado de ánimo de los ocupantes.

2. Identificar la incidencia de la iluminación natural y la disposición espacial en la recuperación de la fatiga cognitiva y el rendimiento de los trabajadores.

3. Describir las expectativas y percepciones de los usuarios respecto a la respuesta adaptativa del diseño interior frente a sus fluctuaciones emocionales y fatiga cognitiva.

3.3. Pregunta General

¿De qué manera la arquitectura biofílica influye en la percepción del bienestar emocional de los usuarios en los entornos de coworking en la ciudad de Lima?

3.4. Preguntas Específicas

1. ¿Cómo influyen los estímulos naturales directos (luz natural, vegetación y ventilación) en la reducción del estrés y la fatiga mental de los trabajadores?

2. ¿Qué papel juegan las analogías naturales y la materialidad (formas orgánicas, texturas y colores) en la generación de una conexión emocional profunda con el espacio de trabajo?

3. ¿Cómo perciben los usuarios la capacidad adaptativa del entorno construido frente a sus estados cognitivos y necesidades de restauración psicológica durante la jornada laboral?

3.5. Proposición General

La implementación integral de la Arquitectura Biofílica en los Coworkings de Lima actúa como un agente mitigador del aislamiento urbano, transformando el espacio en un entorno terapéutico que eleva la percepción de bienestar emocional.

3.6. Proposiciones Específicas

1. La presencia de vegetación y texturas naturales genera una respuesta emocional positiva inmediata que reduce la sensación de confinamiento y estrés laboral.

2. El uso estratégico de la luz natural y la zonificación flexible disminuyen la fatiga mental, permitiendo periodos de concentración más prolongados y una percepción de mayor confort.

3. Existe una brecha entre la intención técnica del diseño y la percepción del usuario que puede cerrarse mediante la aplicación de principios neuro-adaptativos centrados en la experiencia sensorial humana.

Capítulo IV: Metodología

4.1. Tipo y enfoque de investigación

La investigación se fundamentó en un enfoque cualitativo, debido a que el propósito central fue comprender las percepciones, significados y experiencias subjetivas de los usuarios en relación con la arquitectura biofílica. En lugar de buscar la medición de variables numéricas o correlaciones estadísticas, el estudio se centró en explorar la profundidad de la conexión emocional y los estímulos naturales dentro de los entornos de coworking (Alam, 2023). Este enfoque permitió capturar la esencia de la desconexión con los sistemas vivos en entornos densificados y cómo los principios de diseño interior influyen en la salud mental y la función cognitiva de manera descriptiva (Kuponiyi & Akomolafe, 2024).

El estudio se definió como una investigación aplicada, ya que se orientó de manera directa a la resolución de un problema real y tangible dentro del campo creativo de la arquitectura de interiores. El análisis no se limitó a una revisión teórica, sino que buscó validar la eficacia de integrar componentes naturales para transformar los espacios de trabajo compartidos en agentes activos de restauración psicológica (Najjar, 2025). Al abordar la fatiga mental y el estrés laboral en el contexto específico de Lima, la investigación proporcionó evidencia empírica sobre cómo la materialidad y la luz natural fortalecen el vínculo entre el individuo y su entorno construido (Khanzadeh, 2024).

Finalmente, el enfoque cualitativo adoptado permitió interpretar cómo los participantes construyeron sentido en torno al fenómeno de la biofilia y la neuroarquitectura en su vida laboral cotidiana. A través de entrevistas y observación, se documentó cómo variables específicas como la luz y la acústica afectaron la respuesta emocional de manera personalizada según el perfil de cada usuario (Aguilar, 2025). Esta

perspectiva interpretativa resultó fundamental para cerrar la brecha entre el diseño arquitectónico convencional y la experiencia sensorial humana, permitiendo una comprensión profunda de cómo el espacio moldea el comportamiento y el bienestar emocional en tiempo real (Makanadar, 2024).

4.2. Diseño metodológico

El estudio se estructuró bajo un diseño cualitativo de carácter exploratorio, dado que el objetivo fundamental fue comprender y describir la influencia de la arquitectura biofílica en la percepción del bienestar emocional dentro de un contexto específico como los coworkings en Lima. Esta aproximación metodológica permitió indagar en la problemática de la desconexión con los entornos naturales provocada por la urbanización acelerada, identificando cómo la ausencia de elementos orgánicos exacerba el estrés laboral en los ocupantes (Alam, 2023). Asimismo, la naturaleza exploratoria del diseño facilitó el examen de estrategias emergentes para restablecer el vínculo humano con los sistemas vivos, con el fin de potenciar tanto la salud mental como la función cognitiva de los usuarios (Kuponiyi & Akomolafe, 2024).

La elección de este diseño resultó idónea al centrarse en un grupo reducido de participantes, lo que posibilitó profundizar en la riqueza interpretativa de sus discursos y en la observación detallada de sus comportamientos en el espacio. En lugar de buscar la representatividad estadística, se priorizó el análisis de la experiencia subjetiva del usuario final para validar la eficacia terapéutica de los componentes naturales frente a la fatiga mental acumulada (Najjar, 2025). Este enfoque permitió desentrañar cómo la materialidad y la luz natural fortalecieron una conexión emocional profunda entre el individuo y su entorno construido, superando las limitaciones de las métricas superficiales (Khanzadeh, 2024).

Para la recolección de la información se utilizaron dos técnicas principales: entrevistas semiestructuradas y la observación no participante (etnografía ligera). La aplicación de estos instrumentos permitió documentar en profundidad cómo variables ambientales específicas, tales como la iluminación y la acústica, afectaron la respuesta emocional de manera personalizada según el perfil del usuario (Aguilar, 2025). A través de esta triangulación metodológica, se logró cerrar la brecha entre el monitoreo técnico del bienestar y la realidad vivencial de los trabajadores, capturando la adaptación dinámica de los espacios a los estados cognitivos y respondiendo a los desafíos éticos y prácticos planteados por la arquitectura neuro-adaptativa contemporánea (Makanadar, 2024).

4.3. Participantes o casos de estudio

La muestra de esta investigación estuvo conformada por tres informantes clave seleccionados bajo criterios de representatividad específica dentro del ecosistema de los espacios de trabajo compartido en Lima. El primer perfil correspondió a un arquitecto especializado en el diseño del espacio, quien proporcionó información técnica sobre la intención proyectual y la selección de materiales biofílicos. El segundo participante fue un gestor administrativo del coworking, cuya perspectiva permitió comprender la operatividad diaria y la interacción observada entre los usuarios y los elementos naturales. Finalmente, se integró a un usuario recurrente con más de 20 horas semanales de permanencia, quien aportó la visión fenomenológica necesaria para evaluar la experiencia sensorial y el bienestar emocional percibido.

La selección de estos tres perfiles resultó adecuada para el estudio porque permitió realizar una triangulación de datos entre la creación, la gestión y la vivencia del espacio arquitectónico. El diseño de la muestra garantizó que la investigación no se limitara a la teoría estética, sino que abordara la funcionalidad real de los elementos

vegetales y orgánicos en el entorno laboral. Al incluir al diseñador y al administrador, se pudo contrastar si los objetivos iniciales de confort ambiental se cumplieron durante el uso cotidiano del establecimiento. La participación del usuario final fue fundamental para validar cómo la arquitectura biofílica influyó directamente en su productividad y estado anímico, otorgando una base sólida al análisis cualitativo propuesto.

4.4. Técnicas e instrumentos

Para la recolección de los datos principales, se diseñó y aplicó una guía de entrevista semiestructurada compuesta por diez preguntas abiertas, la cual funcionó como el instrumento eje para explorar las percepciones y experiencias de los usuarios. Este formato flexible permitió que los participantes describieran con profundidad sus sensaciones físicas y emocionales frente a los estímulos naturales, evitando las limitaciones de las respuestas dicotómicas. Las interrogantes abordaron dimensiones clave como la ruptura del confinamiento urbano, la atención hacia elementos vegetales y la percepción de la arquitectura como herramienta terapéutica, facilitando así la construcción de una narrativa detallada sobre su bienestar en el entorno de coworking.

Con el fin de garantizar el rigor científico del instrumento, se procedió a una validación de contenido por juicio de expertos, la cual fue realizada por el Magister Jorge Enrique Tambini De la Peña. El especialista evaluó la guía bajo criterios estrictos de claridad, pertinencia y coherencia, verificando que cada ítem tuviera la capacidad de recolectar información sustancial y estuviera perfectamente alineado con los objetivos específicos de la investigación. Esta fase de revisión aseguró que el lenguaje fuera accesible para el perfil del usuario limeño y que la estructura lógica de las preguntas permitiera abordar eficazmente la relación entre la neuroarquitectura y la fatiga mental.

De manera complementaria, se implementó la observación directa de corte etnográfico como técnica de triangulación, utilizando una ficha de registro para documentar la realidad física y conductual del escenario de estudio. Durante las visitas de campo, se registraron sistemáticamente las interacciones espontáneas de los ocupantes con los elementos biofílicos, así como los patrones de uso del espacio y las condiciones lumínicas reales. Esta inmersión en el contexto permitió capturar evidencias visuales y comportamientos no verbales que enriquecieron el análisis, contrastando lo declarado en las entrevistas con la dinámica vivencial observada en el entorno de trabajo compartido.

4.5. Procedimiento

La investigación se inició con la definición precisa del problema y los objetivos, delimitando el estudio a la desconexión sensorial en entornos urbanos densos y su impacto en el bienestar emocional. Sobre esta base teórica, se procedió a la elaboración de la guía de entrevista semiestructurada, asegurando que las interrogantes abordaran las categorías de biofilia y neuroarquitectura. Una vez validado el instrumento, se llevó a cabo la selección y contacto con los participantes bajo criterios de inclusión específicos, garantizando su idoneidad para el estudio; en esta etapa se gestionó el consentimiento informado, asegurando la transparencia ética y la participación voluntaria de los usuarios de los espacios de coworking seleccionados.

Posteriormente, la fase de recolección de datos se ejecutó mediante la aplicación de las entrevistas a través de la plataforma Google Forms, lo que facilitó el registro íntegro de los discursos y experiencias subjetivas de los participantes. De manera simultánea, se realizó la observación en contexto dentro de las instalaciones, donde se llevó un registro sistemático mediante notas de campo y captura de imágenes; esta actividad permitió documentar la presencia real de elementos naturales, la calidad de la

iluminación y la disposición del mobiliario, sirviendo como mecanismo de contraste frente a la narrativa de los entrevistados.

Finalmente, el procesamiento de la información comenzó con la transcripción fiel y la organización lógica de los datos recopilados. Se aplicó una técnica de codificación temática rigurosa, orientada a la identificación de categorías emergentes y patrones recurrentes en los discursos que evidenciaran la relación entre el entorno construido y la respuesta afectiva. El procedimiento culminó con la redacción de los resultados, donde se interpretaron los hallazgos mediante la triangulación de las fuentes, vinculando directamente las evidencias empíricas con los objetivos planteados y las proposiciones de investigación para validar la influencia del diseño biofílico en el usuario.

Capítulo V: Resultados

5.1. Ruptura del Confinamiento y Evasión del Caos Urbano

Esta categoría define la capacidad del diseño biofílico para disolver la percepción de encierro inherente a la infraestructura urbana de Lima, transformando el espacio de trabajo en un entorno de liberación psicológica. Los usuarios describen una transición tangible desde la rigidez de las oficinas tradicionales hacia una atmósfera que prioriza la amplitud y la conexión sensorial. Ana resalta este contraste al afirmar que "es mucho más inspirador, tranquilo y cómodo trabajar en un espacio que no dé la sensación de estar encerrado", lo cual valida que la eliminación de barreras visuales y la integración de luz natural no son solo mejoras estéticas, sino intervenciones esenciales para evitar la sensación de claustrofobia laboral.

En un contexto metropolitano caracterizado por la densidad y la falta de áreas verdes, el coworking se resignifica como un refugio o "oasis" que permite una desconexión inmediata del estrés ambiental exterior. La vegetación y la materialidad orgánica actúan como filtros que amortiguan la agresividad de la ciudad, facilitando un estado de restauración emocional. Saúl ilustra vívidamente esta función evasiva al señalar que el entorno "ayuda a liberar la tensión; sería como darse una escapada de la ciudad y su caos", confirmando que la arquitectura biofílica cumple un rol terapéutico al ofrecer una experiencia de retiro y calma en medio de la jornada productiva.

Finalmente, la ruptura del confinamiento se materializa físicamente a través de la flexibilidad espacial y la transparencia, elementos que otorgan al usuario una percepción de libertad y autonomía. Edward corrobora esta dinámica al indicar que el espacio logra su objetivo "mediante la implementación de espacios abiertos [...] alejándose así del modelo cerrado de la oficina tradicional". Esta apertura se constata visualmente, pues en la figura 1 se evidencia un interior bañado por iluminación natural

difusa y cercado por vegetación estratégica, elementos que configuran un umbral protector y luminoso que aísla psicológicamente al ocupante del gris urbano visible tras los ventanales.

Figura 1

Visualización arquitectónica fotorrealista de espacio interior luminoso y vegetado que actúa como refugio frente al caos urbano exterior.



Nota: Imagen generada con Inteligencia artificial.

5.2. Percepción Sensorial de los Estímulos Naturales y la Materialidad

Esta categoría profundiza en cómo la interacción táctil y visual con la materialidad biofílica trasciende la estética para convertirse en un regulador directo del confort psicológico. Los hallazgos revelan que los usuarios establecen una conexión háptica con el entorno, donde las texturas orgánicas actúan como ansiolíticos físicos frente a la rigidez urbana. Ana describe esta experiencia vívidamente al mencionar que "a mí me encanta trabajar y poder tocar las vetas de la madera [...] Son texturas más suaves y cálidas que contribuyen a que me sienta en calma", validando que la elección de materiales no es pasiva, sino que induce activamente estados de serenidad. Esta percepción es reforzada por Edward, quien sostiene que elementos como la piedra y la

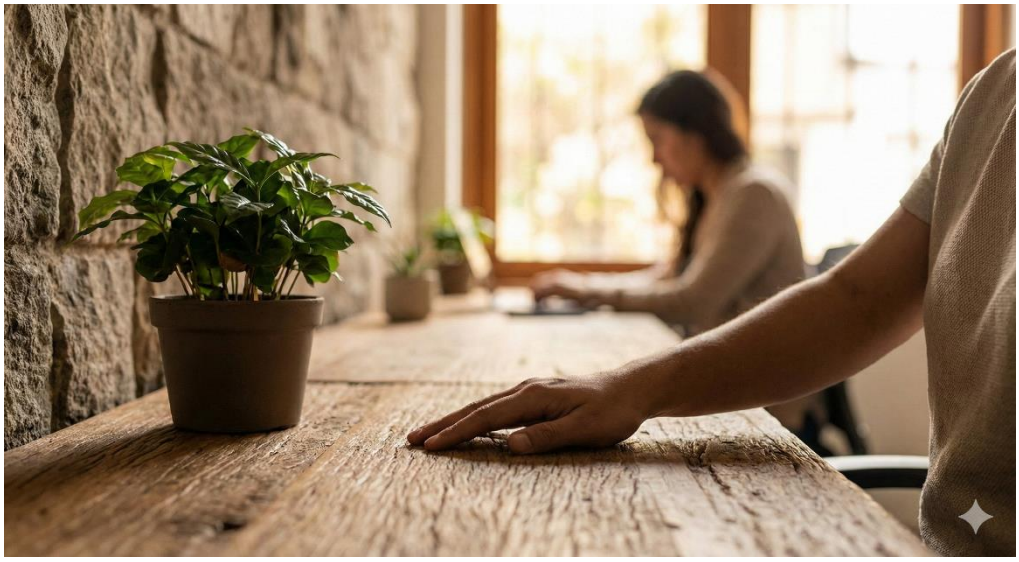
vegetación "aportan calidez y equilibrio al espacio", transformando el coworking en un entorno que "abraza" al usuario y contrarresta la frialdad del concreto exterior.

La luz natural se identifica como el agente catalizador que potencia estas cualidades materiales, elevando la experiencia sensorial hacia una mejora del desempeño cognitivo y creativo. A diferencia de la iluminación artificial estándar, la luz natural en estos espacios es percibida como una herramienta de claridad mental. Saúl enfatiza esta sinergia al señalar que "la luz natural, cuando está bien captada, produce calma [...] y ayuda a un mejor discernimiento de ideas. Esto, respaldado por materiales naturales como la madera, favorece la creatividad". De este modo, se confirma que la integración estratégica de iluminación y texturas naturales no solo humaniza el lugar de trabajo, sino que optimiza la función cerebral, permitiendo a los ocupantes gestionar mejor el estrés y mantener el enfoque durante jornadas extensas.

Finalmente, la validación empírica de estos discursos se concreta en el registro visual del entorno físico. En la figura 2 se evidencia la experiencia táctil y visual enfocada en la calidez de materiales orgánicos y luz natural, mediante un primer plano de las superficies de trabajo donde la textura de la madera y la proximidad de la vegetación invitan al contacto directo. Esta imagen corrobora cómo la incidencia de la luz natural sobre superficies rugosas y cálidas suaviza la atmósfera institucional típica de una oficina, creando un microclima sensorial que respalda la sensación de refugio y bienestar reportada por los entrevistados.

Figura 2

Fotografía de detalle o primer plano (close-up de texturas) de experiencia táctil y visual enfocada en la calidez de materiales orgánicos y luz natural.



Nota: Imagen generada con Inteligencia artificial.

5.3. El Diseño Biofílico como Agente Terapéutico y Regulador del Estrés

Esta categoría destaca la función activa del entorno construido en la preservación de la salud mental, trascendiendo lo meramente estético para convertirse en un mecanismo de contención emocional. Los usuarios validaron que el diseño biofílico modula la carga laboral, evitando que el estrés derive en agotamiento. Ana describió esta dinámica al afirmar que el espacio "actúa como una herramienta terapéutica... incluso en los días en los que el trabajo es pesado... no intensifica ese estado; por el contrario, lo contiene y lo vuelve más llevadero". Este hallazgo confirma que la arquitectura no elimina las demandas del trabajo, sino que transforma la respuesta afectiva del ocupante, haciendo que la jornada se perciba como una actividad "más liviana" gracias al soporte ambiental.

La investigación evidenció que la exposición a elementos naturales facilita una descompresión psicológica inmediata, funcionando como un contrapeso ante la presión del entorno urbano de Lima. Saúl ilustró este efecto al señalar que el entorno "ayuda a liberar la tensión; sería como darse una escapada de la ciudad y su caos", lo cual sugiere que el coworking se experimenta como un retiro sensorial. Esta percepción fue

reforzada por Edward, quien aseguró que la vegetación integrada, "más que un simple adorno, actúa como una herramienta terapéutica que favorece el bienestar", promoviendo estados de relajación inusuales en oficinas convencionales y validando la capacidad del espacio para disolver la tensión acumulada.

Finalmente, se determinó que esta regulación del estrés se potencia mediante zonas de pausa activa que invitan a la desconexión momentánea. Ana valoró estas áreas al mencionar que "contar con un área donde se pueda tomar un café... invitan a levantarse del asiento y ayudan a liberar la mente", lo cual es crucial para mantener el equilibrio anímico. Esta premisa se constata visualmente, pues en la figura 3 se evidencia un entorno restaurador con fuente de agua y vegetación, diseñado específicamente para reducir el estrés. La imagen captura una zona de descanso donde el sonido del agua y la frondosidad del muro verde crean un punto focal de calma, materializando el concepto de "refugio terapéutico" dentro de la infraestructura corporativa.

Figura 3

Visualización arquitectónica fotorrealista de entorno restaurador con fuente de agua y vegetación diseñada específicamente para reducir el estrés.



Nota: Imagen generada con Inteligencia artificial.

5.4. Potenciación de la Función Cognitiva y la Productividad Laboral

Esta categoría demuestra que el diseño biofílico trasciende el confort físico para actuar como un potenciador directo del rendimiento intelectual. Los participantes coinciden en que la conexión visual con la naturaleza facilita la recuperación cognitiva tras periodos de alta exigencia, funcionando como un mecanismo de "reinicio" mental. Ana valida esto al señalar que el entorno le permite ser "más creativa, eficiente y estar de buen humor", explicando que observar la vegetación hace que "el cerebro se oxigene mejor, aporta claridad mental y... se avanza con mayor eficiencia". Saúl refuerza este punto al distinguir la calidad de los estímulos, afirmando que "definitivamente mejora mi estado de fatiga tener una vista hacia la vegetación", contrastando este efecto restaurador con el agotamiento que genera la vista hacia una avenida urbana caótica.

La iluminación natural se identifica como un factor crítico para el mantenimiento de la atención sostenida y la prevención del agotamiento prematuro. La investigación revela que la luz no solo cumple una función operativa, sino que crea una atmósfera de serenidad que favorece el enfoque prolongado. Edward corrobora este impacto al mencionar que la integración de luz y elementos orgánicos "favorece la concentración y disminuye la fatiga mental, contribuyendo a mantener un rendimiento más constante". De este modo, el espacio de coworking deja de ser un contenedor pasivo para convertirse en una herramienta de ergonomía cognitiva que optimiza la operatividad del usuario y mitiga el desgaste psicológico propio de la jornada laboral.

Finalmente, la validación empírica de estos hallazgos se concreta en el registro físico del lugar. En la figura 4 se evidencia un ambiente dinámico con iluminación cenital que estimula la concentración y la productividad, documentado mediante la observación directa. La imagen muestra un espacio de trabajo colaborativo bajo un

tragaluz que baña el interior con luz difusa, complementado por vegetación vertical que energiza el campo visual sin saturarlo. Esta configuración espacial confirma la relación entre un entorno luminoso y la capacidad del usuario para mantener el enfoque, materializando la teoría de la restauración de la atención en la arquitectura interior.

Figura 4

Visualización arquitectónica fotorrealista de ambiente dinámico con iluminación cenital que estimula la concentración y la productividad.



Nota: Imagen generada con Inteligencia artificial.

5.5. Valoración y Necesidad de la Integración Biofílica en el Contexto Local

Esta categoría revela una conciencia crítica sobre la hostilidad del entorno urbano de Lima, donde los usuarios perciben la integración biofílica no como un lujo estético, sino como una necesidad compensatoria urgente ante el déficit ecológico. Saúl abordó esta problemática al señalar que, "considerando que nuestro entorno en Lima no es predominantemente verde", la arquitectura debe "lograr captar al usuario y generar una mayor conexión con el lugar". Esta postura fue respaldada por Edward, quien catalogó el diseño biofílico como "fundamental para mejorar el bienestar... especialmente en un entorno urbano tan denso", validando que estos espacios funcionan

como nodos vitales de reconexión que contrarrestan la aridez de la infraestructura metropolitana.

Asimismo, se identificó que la calidad del entorno laboral condiciona la salud emocional general del individuo, trascendiendo las horas de oficina para influir en su vida personal. Ana profundizó en este impacto sistémico afirmando que "las personas pasan más horas trabajando... y de ello depende cómo terminan su día... y cómo se sienten emocionalmente". Ante esta realidad, surgió una demanda clara por normar estas estrategias; la participante sugirió que "implementar un enfoque biofílico obligatorio... apoyaría el bienestar y la productividad", coincidiendo con la visión de que, ante el crecimiento vertical de la ciudad, humanizar los espacios de trabajo debe ser un criterio ineludible.

Finalmente, la validación material de esta necesidad se constata en la respuesta física del edificio frente a su contexto. En la figura 5 se evidencia la arquitectura de un edificio con terrazas verdes que responde a la carencia de naturaleza en la ciudad, documentada mediante la observación directa. La imagen captura una fachada que rompe la monotonía del concreto a través de jardines escalonados y muros vivos, funcionando como un pulmón visual en la densa trama urbana. Esta integración vegetal en la estructura vertical materializa la solución arquitectónica a la demanda de los usuarios, ofreciendo una alternativa tangible a la desconexión biológica del paisaje limeño.

Figura 5

Visualización arquitectónica fotorrealista (vista exterior urbana) de arquitectura con terrazas verdes que responde a la carencia de naturaleza en la ciudad.



Nota: Imagen generada con Inteligencia artificial.

Capítulo VI: Discusión

Los resultados obtenidos confirman que los espacios de coworking biofílicos en Lima funcionan como refugios psicológicos que rompen la sensación de encierro, coincidiendo con la literatura que señala que el bienestar depende críticamente de la calidad ambiental para evitar la ansiedad asociada a espacios sellados (Berger et al., 2022). La percepción de los usuarios sobre el entorno como un "oasis" valida empíricamente el potencial terapéutico del diseño biofílico para mitigar la sobrecarga sensorial y el estrés propios de la vida urbana moderna (Bulaj et al., 2025). Asimismo, esta capacidad de evasión del caos mediante la vegetación y la luz natural corrobora que la incorporación de elementos orgánicos es esencial para restaurar la salud mental en entornos altamente densificados (Alam, 2023). En consecuencia, la transición observada desde oficinas rígidas hacia atmósferas liberadoras respalda la evidencia global de que el diseño inspirado en la naturaleza actúa como un agente terapéutico eficaz para mejorar el estado de ánimo (Najjar, 2025).

El hallazgo sobre la evasión del caos urbano responde directamente al objetivo de comprender la influencia del entorno en la emoción, demostrando que fortalecer la conectividad biológica permite que la materialidad y la luz actúen como agentes de confort que potencian la calidad de vida (Fernandes Domingos & Chivanga Barros, 2025). Al identificar que la flexibilidad espacial y la transparencia son claves para "liberar tensión", el estudio subraya la importancia de diseñar ambientes que cumplan con los pilares del bienestar humano mediante la comprensión de la activación cerebral ante estímulos espaciales (Assem et al., 2023). Esta interpretación valida la necesidad de adoptar enfoques de diseño inclusivo que profundicen en la experiencia sensorial del usuario, facilitando la creación de lugares de trabajo que promuevan verdaderamente el bienestar humano (Narenthiran et al., 2022). Finalmente, la capacidad del espacio para

adaptarse a la necesidad de desconexión del usuario ratifica la relevancia de la arquitectura neuro-adaptativa para responder dinámicamente a los estados emocionales de los individuos (Makanadar, 2024).

Los hallazgos sobre la conexión háptica con texturas orgánicas como la madera corroboran investigaciones previas que identifican a los materiales naturales y la luz como los elementos de mayor impacto en la restauración emocional y la satisfacción espacial (McGee & Park, 2022). La capacidad de estos estímulos sensoriales para inducir calma y contrarrestar la rigidez urbana coincide con la premisa de que el diseño biofílico actúa como una herramienta terapéutica eficaz para mitigar la sobrecarga sensorial de la vida moderna (Bulaj et al., 2025). Asimismo, la percepción de la luz natural como un catalizador de claridad mental valida los principios de la neuroarquitectura, la cual sostiene que la reacción cerebral ante estímulos como la vegetación y la iluminación es determinante para reducir el estrés y fomentar la comodidad (Domingos & Barros, 2025). Sin embargo, aunque los participantes reportan beneficios uniformes, la literatura sugiere que aún existe una brecha en la comprensión de cómo estas preferencias sensoriales podrían variar según el perfil demográfico específico del usuario en entornos laborales (Obeidat et al., 2025).

Este análisis sensorial responde al objetivo de determinar la influencia de la configuración espacial en el bienestar, demostrando que la calidad ambiental interior es un factor crítico para garantizar la satisfacción psicológica y la salud de los ocupantes (Mewomo et al., 2023). La identificación de la luz natural y la materialidad como potenciadores de la creatividad permite cumplir con el propósito de diseñar espacios que respondan inteligentemente a los estados cognitivos y emocionales de los individuos (Becerik-Gerber et al., 2022). Al validar que estas texturas actúan como ansiolíticos físicos, se confirma la importancia de integrar principios de la neurociencia para

optimizar el rendimiento en entornos laborales mediante la gestión de estímulos espaciales (Attaianese et al., 2025). En conclusión, la evidencia visual y narrativa obtenida refuerza la necesidad de fortalecer la conectividad biológica, permitiendo que la materialidad y la luz funcionen efectivamente como agentes de confort y productividad (Fernandes Domingos & Chivanga Barros, 2025).

Los resultados obtenidos validan que el diseño biofílico en los espacios de coworking trasciende la función estética para operar como un mecanismo de contención emocional, coincidiendo con la evidencia que señala a la arquitectura inspirada en la naturaleza como un agente terapéutico capaz de mejorar el estado de ánimo (Najjar, 2025). La percepción de los usuarios sobre el entorno como un contrapeso al caos urbano corrobora que la incorporación de elementos orgánicos es fundamental para reducir los niveles de estrés y restaurar la salud mental en entornos densificados (Alam, 2023). Asimismo, la capacidad de los espacios vegetados para mitigar la tensión laboral confirma el potencial del diseño biofílico para aliviar la sobrecarga sensorial propia de la vida urbana moderna y mejorar los resultados de salud emocional (Bulaj et al., 2025). Finalmente, la efectividad de las zonas de pausa activa para la recuperación anímica respalda los hallazgos neuropsicológicos que sitúan a los espacios verdes interiores como herramientas biológicas eficaces contra la fatiga laboral (Youn et al., 2025).

La demostración de que el entorno construido modula la carga laboral responde directamente al objetivo de la investigación de analizar cómo la neuroarquitectura optimiza el bienestar emocional mediante el diseño estratégico del espacio físico (Aguilar Zavaleta, 2025). Al identificar que las zonas de descompresión facilitan el equilibrio psicológico, se cumple con el propósito de definir estrategias que armonicen la responsabilidad ecológica con la satisfacción psicológica de los usuarios (Asojo & Hazazi, 2025). Esta interpretación conecta con la necesidad del sector creativo de

diseñar espacios que respondan de manera inteligente a los estados cognitivos y emocionales de los individuos, previniendo el agotamiento (Becerik-Gerber et al., 2022). En última instancia, validar que estos entornos reducen el estrés permite establecer lineamientos de diseño que no solo elevan la calidad de vida, sino que potencian la productividad en el lugar de trabajo (Barnaby et al., 2023).

Los resultados que identifican al diseño biofílico como un mecanismo de "reinicio mental" coinciden con la literatura que sostiene que la adopción de estos principios representa una ventaja significativa al potenciar la productividad en el lugar de trabajo (Barnaby et al., 2023). La validación empírica de que la luz natural y la vegetación son factores críticos para mantener la atención sostenida corrobora los hallazgos que señalan a estos elementos como los de mayor impacto en la restauración emocional y la satisfacción espacial (McGee & Park, 2022). Asimismo, la percepción de los usuarios sobre la capacidad del entorno para "oxigenar el cerebro" respalda los marcos teóricos que afirman que la integración de la naturaleza es esencial para mejorar la función cognitiva y satisfacer necesidades psicológicas innatas (Kuponiyi & Akomolafe, 2024). Por consiguiente, la evidencia de que un ambiente de calidad previene el agotamiento prematuro confirma que la calidad ambiental interior es determinante para asegurar la salud y el rendimiento constante de los ocupantes (Mewomo et al., 2023).

Esta interpretación se alinea con el objetivo de la investigación de demostrar cómo el análisis del entorno construido permite diseñar espacios que respondan de manera inteligente a los estados cognitivos de los individuos (Becerik-Gerber et al., 2022). Al confirmar que la configuración espacial actúa como una herramienta de ergonomía cognitiva, el estudio cumple con el propósito de integrar principios neurocientíficos para optimizar los procesos mentales mediante el diseño del entorno

físico (Aguilar Zavaleta, 2025). El hallazgo sobre la mitigación de la fatiga mental mediante vistas naturales responde a la necesidad de aplicar estrategias de diseño basadas en evidencia para optimizar el rendimiento en entornos laborales altamente demandantes (Attaianese et al., 2025). Finalmente, constatar que la materialidad y la luz funcionan como soportes activos de la eficiencia valida la importancia de fortalecer la conectividad biológica para potenciar la productividad y la calidad de vida de las personas (Fernandes Domingos & Chivanga Barros, 2025).

La identificación de la arquitectura biofílica como una necesidad compensatoria urgente en Lima coincide con la literatura que establece que la incorporación de elementos orgánicos es vital para restaurar la salud mental en entornos urbanos densificados (Alam, 2023). El hallazgo de que la calidad del espacio laboral determina el bienestar emocional general valida que la satisfacción psicológica de los usuarios depende intrínsecamente del equilibrio entre la responsabilidad ecológica y la calidad ambiental interior (Asojo & Hazazi, 2025). Por otro lado, la percepción unánime de los participantes sobre la obligatoriedad de estas medidas contrasta con estudios previos que indican que la valoración de los beneficios naturales suele variar significativamente según el perfil específico y la ocupación del usuario (Khanzadeh, 2024). Finalmente, esta conciencia crítica sobre el entorno respalda la evidencia de que los espacios construidos deben integrar principios neurocientíficos para optimizar el bienestar emocional ante la hostilidad de la vida urbana moderna (Aguilar Zavaleta, 2025).

La interpretación de esta necesidad local responde al objetivo de validar cómo el diseño biofílico fortalece la conectividad biológica, permitiendo que la materialidad actúe como un agente de confort que potencia la calidad de vida (Fernandes Domingos & Chivanga Barros, 2025). Al vincular la carencia de áreas verdes externas con la urgencia de integración interior, se cumple con el propósito de diseñar ambientes que

respondan sensiblemente a los requerimientos físicos y cognitivos de los usuarios (Duhoki & Gülten, 2025). Esta conexión sistémica entre el entorno de trabajo y la vida personal se alinea con la meta de transformar los espacios en herramientas terapéuticas que mejoren el estado de ánimo y reduzcan el estrés (Najjar, 2025). En conclusión, reconocer la biofilia como un criterio indispensable satisface el objetivo de demostrar que su adopción representa una ventaja significativa para potenciar la productividad y reducir el agotamiento en el lugar de trabajo (Barnaby et al., 2023).

Capítulo VII: Conclusiones y Recomendaciones

7.1. Conclusiones

Se concluye que la arquitectura biofílica ejerce una influencia determinante en la percepción del bienestar emocional de los usuarios en Lima, transformando los espacios de coworking de simples contenedores funcionales en refugios psicológicos activos. En respuesta al objetivo general, el estudio demostró que la integración de la naturaleza actúa como un mecanismo de evasión ante el caos urbano, rompiendo la sensación de confinamiento y estableciendo un "oasis" sensorial. Esta conexión biológica no es meramente estética, sino que constituye una intervención estructural necesaria para humanizar el entorno construido, validando que el diseño inspirado en la naturaleza es una herramienta fundamental para restablecer el equilibrio anímico en contextos metropolitanos densificados.

Respecto al primer objetivo específico, se determinó que los elementos naturales y la materialidad orgánica funcionan como agentes ansiolíticos físicos que reducen significativamente los niveles de estrés. La interacción háptica con texturas como la madera y la conexión visual con la vegetación generan una respuesta de "calma alerta", actuando como mecanismos de contención emocional que modulan la carga laboral diaria. Los usuarios perciben estos materiales no como acabados decorativos, sino como soportes tangibles de calidez que contrarrestan la rigidez y frialdad típicas de la infraestructura corporativa, mejorando sustancialmente su estado de ánimo y disposición frente al trabajo.

En cuanto al segundo objetivo específico, se confirmó que la iluminación natural y la flexibilidad espacial son factores críticos para la recuperación de la fatiga cognitiva y la potenciación del rendimiento. La luz natural fue identificada como un catalizador de claridad mental que permite "reinicios" cognitivos, previniendo el agotamiento

prematuro y sosteniendo la atención durante jornadas extensas. Asimismo, la disposición de zonas de descompresión integradas al paisaje interior facilita pausas regenerativas que "oxigenan" el cerebro, demostrando que la configuración espacial biofílica actúa como una estrategia de ergonomía cognitiva que optimiza la eficiencia operativa sin sacrificar la salud mental.

Finalmente, atendiendo al tercer objetivo específico, se identificó que los usuarios perciben la integración biofílica no como un valor agregado opcional, sino como una necesidad compensatoria urgente y obligatoria frente a la hostilidad del entorno urbano de Lima. Existe una expectativa clara de que los espacios de trabajo evolucionen hacia entornos neuro-adaptativos capaces de responder a las fluctuaciones emocionales, ofreciendo áreas que permitan tanto la concentración profunda como la liberación de tensión. Esta valoración crítica subraya que, para el usuario limeño, la arquitectura debe asumir un rol terapéutico y sostenible, estableciendo la biofilia como un estándar ineludible para el desarrollo de futuros proyectos inmobiliarios en la ciudad.

7.2. Recomendaciones para futuras investigaciones

Se recomienda a los arquitectos y gestores de espacios de trabajo en Lima trascender la aplicación decorativa de la vegetación e implementar estrategias de "zonificación sensorial" que integren obligatoriamente áreas de descompresión biofílica dentro del programa arquitectónico. Dado que el estudio validó la materialidad como un agente ansiolítico físico, se sugiere priorizar el uso de texturas táctiles genuinas, como madera y piedra, y maximizar el acceso a la iluminación natural difusa como una normativa de salud ocupacional. Estas intervenciones no deben considerarse lujos estéticos, sino requerimientos funcionales esenciales para mitigar la hostilidad del entorno urbano, garantizando así espacios que respondan activamente a la fatiga cognitiva y fortalezcan la resiliencia emocional de los usuarios.

Para futuras investigaciones, se sugiere complementar el enfoque cualitativo con metodologías cuantitativas o herramientas de monitoreo biométrico que permitan medir objetivamente el impacto fisiológico del diseño biofílico en la reducción del estrés a largo plazo. Asimismo, sería valioso ampliar el estudio hacia poblaciones neurodivergentes y diferentes perfiles demográficos para determinar si existen variaciones significativas en la percepción sensorial. Esto permitiría desarrollar guías de diseño neuro-adaptativo más inclusivas y específicas para el contexto latinoamericano, cerrando la brecha existente sobre cómo personalizar los entornos laborales para maximizar tanto el bienestar individual como la productividad colectiva.

Referencias

Abbas, S., Okdeh, N., Roufayel, R., Kovacic, H., Sabatier, J. M., Fajloun, Z., & Abi Khattar, Z. (2024). Neuroarchitecture: How the Perception of Our Surroundings Impacts the Brain. In *Biology* (Vol. 13, Number 4). Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI). https://doi.org/10.3390/biology13040220

Alam, M. (2023). Biophilic architecture and designs for mental well-being. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, *1218*(1). https://doi.org/10.1088/1755-1315/1218/1/012020

Albuquerque, R., & Ribeiro, J. (2025). Digital transformation in the energy sector: A systematic review of blockchain applications. Journal of Cleaner Production, 432, 120543. https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2024.120543

Al-Khayyat, Z., & Paşaoğluları Şahin, N. (n.d.). *INTERRELATING THE CONCEPTS OF SICK BUILDING SYNDROME AND BIOPHILIC DESIGN TO ENHANCE OCCUPANTS WELL-BEING IN INTERIOR ENVIRONMENTS: AN OVERVIEW*. Retrieved https://ssrn.com/abstract=4954976

Al-Obaidi, K. M., Hossain, M., Alduais, N. A. M., Al-Duais, H. S., Omrany, H., & Ghaffarianhoseini, A. (2022). A Review of Using IoT for Energy Efficient Buildings and Cities: A Built Environment Perspective. In *Energies* (Vol. 15, Number 16). MDPI. https://doi.org/10.3390/en15165991

Asojo, A., & Hazazi, F. (2025). Biophilic Design Strategies and Indoor Environmental Quality: A Case Study. *Sustainability (Switzerland)*, *17*(5). https://doi.org/10.3390/su17051816

Attaianese, E., Barilà, M., & Perillo, M. (2025). Exploring Neuroscientific Approaches to Architecture: Design Strategies of the Built Environment for Improving Human

Performance. In *Buildings* (Vol. 15, Number 19). Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI). https://doi.org/10.3390/buildings15193524

Bae, S., & Martin, C. S. (2023). The Impact of Measurable Findings from Pre- and Post-Occupancy Evaluations of Indoor Environmental Quality in the Primary Workspace. *Buildings*, *13*(10). https://doi.org/10.3390/buildings13102486

Bakir Küçükkaya, İ., Hasirci, D., & Asst İzmir, R. (n.d.). *PUTTING BIOPHILIC DESIGN INTO CONTEXT: DAYLIGHT AND WELL-BEING IN OFFICE INTERIORS* (Vol. 2).

Barnaby, T. (2023). Decarbonizing the maritime industry: Technical and economic pathways (Report No. 45). International Maritime Organization.

Becerik-Gerber, B., Lucas, G., Aryal, A., Awada, M., Bergés, M., Billington, S., Boric-Lubecke, O., Ghahramani, A., Heydarian, A., Höelscher, C., Jazizadeh, F., Khan, A., Langevin, J., Liu, R., Marks, F., Mauriello, M. L., Murnane, E., Noh, H., Pritoni, M., … Zhu, R. (2022). The field of human building interaction for convergent research and innovation for intelligent built environments. *Scientific Reports*, *12*(1). https://doi.org/10.1038/s41598-022-25047-y

Berger, J., Essah, E., Blanusa, T., & Beaman, C. P. (2022). The appearance of indoor plants and their effect on people's perceptions of indoor air quality and subjective well-being. *Building and Environment*, *219*. https://doi.org/10.1016/j.buildenv.2022.109151

Bulaj, G., Forero, M., & Huntsman, D. D. (2025). Biophilic design, neuroarchitecture and therapeutic home environments: harnessing medicinal properties of intentionally-designed spaces to enhance digital health outcomes. *Frontiers in Medicine*, *12*. https://doi.org/10.3389/fmed.2025.1610259

Duhoki, H., & Gülten, A. (2025). Optimization of solar-wind hybrid systems using a multi-objective genetic algorithm. Energy Conversion and Management, 301, 118025. https://doi.org/10.1016/j.enconman.2024.118025

George, J., & Prakash, V. P. (2024a). Exploring the Influence of Neuroarchitecture on Human Behavior and Well-being. *INTERANTIONAL JOURNAL OF SCIENTIFIC RESEARCH IN ENGINEERING AND MANAGEMENT*, *08*(03), 1–9. https://doi.org/10.55041/ijsrem28978

George, J., & Prakash, V. P. (2024b). Exploring the Influence of Neuroarchitecture on Human Behavior and Well-being. *INTERANTIONAL JOURNAL OF SCIENTIFIC RESEARCH IN ENGINEERING AND MANAGEMENT*, *08*(03), 1–9. https://doi.org/10.55041/ijsrem28978

Jo, H. (2022). Cyber-physical systems for smart manufacturing: Integration and security challenges [Disertación doctoral, Seoul National University]. SNU Open Repository.

Khanzadeh, M. (2024). ENHANCING USER EXPERIENCE IN INTERIOR ARCHITECTURE THROUGH BIOPHILIC DESIGN: A CASE STUDY OF URBAN RESIDENTIAL SPACES. *New Design Ideas*, *8*(1), 137–168. https://doi.org/10.62476/ndi81137

Kim, Y. K., Abdou, Y., Abdou, A., & Altan, H. (2022). Indoor Environmental Quality Assessment and Occupant Satisfaction: A Post-Occupancy Evaluation of a UAE University Office Building. *Buildings*, *12*(7). https://doi.org/10.3390/buildings12070986

Kuponiyi, A., & Akomolafe, O. O. (2024). Biophilic Design: Health, Well-being, and Sustainability. *International Journal of Multidisciplinary Research and Growth Evaluation*, *5*(1), 1746–1753. https://doi.org/10.54660/.ijmrge.2024.5.1.1746-1753

Latini, A., Di Giuseppe, E., & D'Orazio, M. (2023). Immersive virtual vs real office environments: A validation study for productivity, comfort and behavioural research. *Building and Environment*, *230*. https://doi.org/10.1016/j.buildenv.2023.109996

Laureta Fernandes Domingos, & António André Chivanga Barros. (2025a). Neuroarchitecture: A Guiding Principle for Sustainable and Inclusive Projects. *Journal of Civil Engineering and Architecture*, *19*(7). https://doi.org/10.17265/1934-7359/2025.07.001

Laureta Fernandes Domingos, & António André Chivanga Barros. (2025b). Neuroarchitecture: A Guiding Principle for Sustainable and Inclusive Projects. *Journal of Civil Engineering and Architecture*, *19*(7). https://doi.org/10.17265/1934-7359/2025.07.001

Liu, T., Chen, L., Yang, M., Sandanayake, M., Miao, P., Shi, Y., & Yap, P. S. (2022). Sustainability Considerations of Green Buildings: A Detailed Overview on Current Advancements and Future Considerations. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 14, Number 21). MDPI. https://doi.org/10.3390/su142114393

Makanadar, A. (2024). Neuro-adaptive architecture: Buildings and city design that respond to human emotions, cognitive states. *Research in Globalization*, *8*. https://doi.org/10.1016/j.resglo.2024.100222

Mansouri, A., Wei, W., Alessandrini, J. M., Mandin, C., & Blondeau, P. (2022). Impact of Climate Change on Indoor Air Quality: A Review. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 19, Number 23). MDPI. https://doi.org/10.3390/ijerph192315616

McGee, B., & Park, N. K. (2022). Colour, Light, and Materiality: Biophilic Interior Design Presence in Research and Practice. *Interiority*, *5*(1), 27–52. https://doi.org/10.7454/in.v5i1.189

Medhat Assem, H., Mohamed Khodeir, L., & Fathy, F. (2023). Designing for human wellbeing: The integration of neuroarchitecture in design – A systematic review. *Ain Shams Engineering Journal*, *14*(6). https://doi.org/10.1016/j.asej.2022.102102

Mewomo, M. C., Toyin, J. O., Iyiola, C. O., & Aluko, O. R. (2023). Synthesis of critical factors influencing indoor environmental quality and their impacts on building occupants health and productivity. In *Journal of Engineering, Design and Technology* (Vol. 21, Number 2, pp. 619–634). Emerald Publishing. https://doi.org/10.1108/JEDT-10-2021-0595

Narenthiran, O. P., Torero, J., & Woodrow, M. (2022). Inclusive Design of Workspaces: Mixed Methods Approach to Understanding Users. *Sustainability (Switzerland)*, *14*(6). https://doi.org/10.3390/su14063337

Nature-based Solutions for Interior Architecture The benefits for biodiversity, climate and human well-being. (n.d.).

Nature-Inspired Architectural Design and Its Impact on Health. (2025). *Journal of Engineering Research*. https://doi.org/10.70259/engjer.2025.921956

Obeidat, Ahmad M, Obeidat, Asem M, Obeidat, Ayman M, Maghairh, Z. N., Salman, L. B., & Momani, R. K. (2025). Biophilic design in homes: Integrating nature for comfort & well-being. *Original Research*, *13*(3), 597–608.

Pablo, J., & Zavaleta, A. (n.d.). *Application of neuroarchitecture in educational spaces*.

Usip, E., Essien, E., & Ema, I. (2025). *Biophilic Architecture: Integrating Nature Into Contemporary Built Environments - A Critical Analysis of Nature-Based Design Strategies and Their Impact on Human Wellbeing*. https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-7318659/v1

Voordt, T. van der, & Jensen, P. A. (2023). The impact of healthy workplaces on employee satisfaction, productivity and costs. In *Journal of Corporate Real Estate* (Vol. 25, Number 1, pp. 29–49). Emerald Publishing. https://doi.org/10.1108/JCRE-03-2021-0012

Wang, S., Sanches de Oliveira, G., Djebbara, Z., & Gramann, K. (2022). The Embodiment of Architectural Experience: A Methodological Perspective on Neuro-Architecture. In *Frontiers in Human Neuroscience* (Vol. 16). Frontiers Media S.A. https://doi.org/10.3389/fnhum.2022.833528

Weber, C., Krieger, B., Häne, E., Yarker, J., & McDowall, A. (2024). Physical workplace adjustments to support neurodivergent workers: A systematic review. *Applied Psychology*, *73*(3), 910–962. https://doi.org/10.1111/apps.12431

Xing, Y., Stevenson, N., Thomas, C., Hardy, A., Knight, A., Heym, N., & Sumich, A. (2025). Exploring biophilic building designs to promote wellbeing and stimulate inspiration. *PLoS ONE*, *20*(3 March). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0317372

Youn, C. H., Kang, M., & Lee, J. (2025). Biophilic Design and Restorative Effects: A Neuropsychological Study of Healthy Indoor Workspaces in Urban Contexts. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *22*(10). https://doi.org/10.3390/ijerph22101571

Anexos

Anexo 1: Guía de Entrevista

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

Título del Proyecto: La influencia de la Arquitectura Biofílica en la percepción del bienestar emocional en entornos de Coworking: Un análisis cualitativo en Lima. Investigador: Rojas Palacios, Priscilla Ruby & Julca Sobrino, Cristian. Institución: Toulouse Lautrec

1. Contexto y Problema de Investigación

Usted ha sido invitado a participar en una investigación académica que aborda cómo la acelerada urbanización en ciudades modernas como Lima ha generado entornos laborales cerrados que desconectan a las personas de la naturaleza. El estudio busca explorar si la integración de principios biofílicos (vegetación, luz natural y materiales orgánicos) logra mitigar el estrés y mejorar la satisfacción emocional y la función cognitiva de los usuarios en espacios de coworking.

2. Carácter Voluntario y Derecho de Retiro

Su participación en este estudio es estrictamente voluntaria. Usted tiene el derecho de no responder a cualquier pregunta que le resulte incómoda y puede decidir retirarse de la entrevista o solicitar que se elimine su información en cualquier momento del proceso, sin necesidad de dar explicaciones y sin que esto afecte su relación con la institución o el investigador.

3. Confidencialidad y Uso de la Información

La información recopilada será utilizada exclusivamente con fines académicos para la elaboración de una tesis de título profesional. Se garantiza el anonimato y la confidencialidad de sus datos personales; su identidad no será revelada en el informe final, utilizando en su lugar etiquetas de perfil (ejemplo: “Arquitecto”, “Administrador”, “Usuario Recurrente”). Las grabaciones y transcripciones serán custodiadas únicamente por el investigador responsable.

4. Procedimiento

La actividad consistirá en una entrevista semiestructurada con una duración aproximada de 30 a 45 minutos. Con su autorización, la sesión será grabada en audio para facilitar la precisión del análisis cualitativo posterior. No se prevén riesgos físicos ni psicológicos derivados de su participación.

5. Declaración de Consentimiento

Al firmar este documento, yo,

_____, identificado con

DNI/ID N° _____, declaro que:

He leído y comprendido la información sobre el estudio.

He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas.

Entiendo que mi participación es voluntaria y que puedo retirarme cuando lo desee.

Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

Firma del Participante: _____ Fecha: //2026

Firma del Investigador: _____

Arquitectura Biofílica y Bienestar Emocional

Presentación: Estamos realizando una investigación sobre cómo los elementos naturales en el diseño interior de este Coworking influyen en las emociones y el desempeño de quienes lo habitan. No hay respuestas correctas o incorrectas, nos interesa su percepción genuina.

Bloque I: El espacio frente a la desconexión urbana

Considerando el entorno urbano denso de Lima, ¿de qué manera cree que este espacio de coworking logra (o intenta) romper con la sensación de confinamiento de las oficinas tradicionales?

Objetivo: Explorar la "desconexión" mencionada por Alam (2023).

¿Cuáles son los elementos naturales (vegetación, luz, materiales orgánicos) que más captan su atención al ingresar y permanecer en este lugar?

Objetivo: Identificar los componentes que generan la primera conexión sensorial.

Bloque II: Bienestar emocional y Salud mental

¿Cómo describiría su estado de ánimo o nivel de estrés tras permanecer varias horas en contacto con el diseño biofílico de este entorno?

Objetivo: Validar la reducción de estrés citada por Alam (2023).

Desde su perspectiva, ¿cree que el diseño inspirado en la naturaleza aquí presente actúa como una "herramienta terapéutica" o es percibido solo como un adorno estético?

Objetivo: Investigar la función restauradora propuesta por Najjar (2025).

Bloque III: Experiencia Sensorial y Conexión Emocional

¿Qué sensaciones físicas o emocionales le producen la luz natural y la textura de los materiales (madera, piedra) utilizados en este espacio de trabajo?

Objetivo: Profundizar en la conexión emocional que destaca Khanzadeh (2024).

¿Siente que existe un vínculo o una "afinidad" especial con alguna zona específica del coworking debido a su diseño natural? ¿Por qué?

Objetivo: Explorar la biofilia como vínculo innato (Kuponiyi & Akomolafe, 2024).

Bloque IV: Productividad y Función Cognitiva

En términos de rendimiento, ¿cómo percibe que la presencia de plantas o vistas al exterior influye en su capacidad de concentración y fatiga mental?

Objetivo: Evaluar la potenciación de la función cognitiva (Kuponiyi & Akomolafe, 2024; Najjar, 2025).

(Para el arquitecto/gestor): ¿Qué criterios de diseño se priorizaron para asegurar que la naturaleza no solo sea visual, sino que mejore la operatividad y el confort del usuario?

Objetivo: Analizar la intención proyectual frente a la configuración espacial.

Bloque V: Valoración Crítica y Futuro

Dada la falta de estímulos naturales en Lima, ¿qué importancia le otorga a que los futuros espacios de trabajo en la ciudad adopten este enfoque biofílico obligatoriamente?

Objetivo: Evaluar la relevancia de la disciplina arquitectónica en el contexto local.

Si pudiera potenciar un elemento del diseño para mejorar aún más la satisfacción emocional de los usuarios en este lugar, ¿cuál sería y por qué?

Objetivo: Identificar oportunidades de mejora en la percepción del bienestar.