

# Los deberes no se hacen en la mesa de la cocina.

## Mejor crea una zona de estudio práctica en el cuarto del niño y mucho ojo con las medidas del escritorio

CARMEN  
BARREIRO



**A**rranca el curso y en unos días la agenda escolar empezará a llenarse de deberes que hacer, trabajos que entregar y exámenes para los que prepararse, unas tareas que requieren de una zona de estudio en casa que, además de tranquila y cómoda, resulte realmente práctica en función de las necesidades de cada niño. El objetivo es conseguir un ambiente que invite a la concentración y el trabajo para que tus hijos puedan hacer los deberes sin grandes distracciones.

El primer paso es elegir el lugar más adecuado de la casa para ubicar la zona de estudio, porque ni todo el mundo dispone de los mismos metros cuadrados ni todas las edades requieren el mismo mobiliario. Lo ideal es reservar un hueco en el dormitorio del niño o del adolescente para colocar el escritorio, una cajonera con almacenaje y unas baldas. Si no puede ser por falta de espacio o porque lo comparte con algún hermano y resulta imposible que los dos estudien en el cuarto por incompatibilidad de horarios, los expertos aconsejan buscar otra zona de la casa, pero que sea exclusiva para estudiar. Es decir, que el niño no tenga que hacer los deberes un día en la cocina, otro en la mesa del salón y al siguiente en el cuarto de su hermano mayor. Es mejor un rinconcito pequeño, pero siempre el mismo lugar, que tener que peregrinar todos los días por la casa en busca de un hueco tranquilo para estudiar. Tener un sitio fijo les aporta estabilidad y también les ayuda a concentrarse.

### Divide por áreas

Aunque muchos niños hacen los deberes en la mesa de la cocina o en el salón, es mejor buscar espacios menos concurridos para que puedan centrarse en las tareas que tienen que hacer. Si no queda otra que estudiar en alguna de estas dos habitaciones, descarta la cocina. Mejor acomoda un rinconcito en el salón lo más alejado posible de la televisión y del ruido o en otro cuarto sin tanto movimiento.

Si puedes hacer la zona de estudio en el dormitorio del niño,

### Cómo organizar la zona de estudio



#### Armarios

60 cm prendas colgadas y 45 para zapatos y prendas dobladas.

Escritorio  
120x80 es lo ideal.

El escritorio,  
mejor cerca de la ventana

70-72 cm

75,5 cm de hueco para las piernas.

40 cm de paso.

Coloca una cajonera para almacenaje.

#### Cama

1,90 o 2 metros de largo y 90 cm de ancho. La opción de cama nido solo si hay hueco suficiente.

### LA ELECCIÓN DEL ESCRITORIO

La altura del escritorio va a depender de la estatura del niño. El tablero de la mesa siempre debe estar a la altura de los codos y los pies deben poder apoyarse planos en el suelo.



posapiés-, un mueble de almacenamiento –lo más práctico y sencillo es una cajonera– y unas baldas para que pueda colocar libros y otros utensilios de estudio. Cuando los niños son todavía pequeños pero empiezan a tener algunas tareas para hacer en casa –en los primeros cursos de Primaria, por ejemplo–, «la zona de estudio debe resultar más atractiva». La interiorista propone colocar una mesa con un diseño más original, algunos de sus cuentos favoritos o botes llenos de lápices de colores para que hacer los deberes no les resulte tan tedioso. Si el cuarto es muy pequeño o el niño tampoco tiene que hacer tareas todos los días, otra opción para aprovechar el espacio de la habitación al máximo sin renunciar a una zona de estudio es instalar un escritorio plegable.

### Una buena iluminación

La iluminación es mucho más importante de lo que pueda parecer. No solo para que los niños vean bien y no se les canse tanto la vista sino también para ambientar la zona de estudio jugando con la intensidad y el color de las luces. Lo aconsejable es situar el escritorio lo más cerca posible de una fuente de luz natural siempre que sea posible. Y en cuanto a la iluminación artificial, se debe alumbrar la zona con una lámpara de techo con luz cálida para que la habitación resulte acogedora y otra tipo flexo en el escritorio con un color más frío para favorecer la concentración del crío. A la izquierda si el niño es diestro y al contrario si es zurdo.

### Toque personal

Mantener el orden en una habitación infantil o juvenil no es sencillo, por eso es importante que el mobiliario ayude a facilitar la organización de la zona de trabajo. «El almacenaje sobre el escritorio es ideal para quitar cosas de en medio, pero seguir teniendo a mano: cajas, cestas, botes... Disponer de un módulo con puertas en el que poder 'ocultar' utensilios y libros también hace que la habitación se vea más ordenada», añaden en Ikea.

Para que una zona de estudio resulte agradable es importante que los niños también le pongan su toque personal. Olvídate de habitaciones de revista ultracombinadas y deja que tus hijos la decoran a su gusto.

empieza por medir bien el espacio y «divide la habitación por áreas: descanso, ocio y estudio», aconseja la interiorista Cristina Larrumbe, autora de '101 trucos para decorar' (Ed. Lunweg). «No es necesario que la división sea física con biombos o tabiques. Basta con establecer distintos ambientes de-

corados lo más armónicamente posible, pero con todos los elementos enfocados a que lo que tenga que hacerse en cada zona (leer, estudiar, vestirse, jugar...) se haga en condiciones. Se pueden delimitar las áreas con alfombras o también con iluminación o colores», añade Larrumbe.

En cuanto al mobiliario, el kit básico está compuesto por un escritorio de 70 centímetros de largo como mínimo –lo aconsejable son 120– y al menos 55 de fondo, una silla cómoda en la que el niño pueda mantener la espalda recta y los pies apoyados en el suelo –si no llega, coloca un re-

GRÁFICO  
I. TOLEDO