

Soluciones para el mejor aprovechamiento de espacios pequeños



Índice

1

Cómo aprovechar el espacio en el salón

- » Las distribuciones más eficientes
- » Ergonomía del mobiliario
 - » Medidas imprescindibles
 - » Muebles multifuncionales
 - » Recursos ingeniosos para aprovechar el espacio en el salón

2

Aprovechamiento del comedor

- » Tipos de mesa
- » Cuestión de medidas

3

Una cocina aprovechada al milímetro

- » Distribuciones eficaces
- » Integrar la cocina al salón y/o comedor
- » Interiores compartimentados

4

Más espacio en el baño

- » Acertar con las medidas
- » ¿Ducha o bañera?
- » Almacenamiento en el baño

5

Un dormitorio bien aprovechado

- » Medidas y ergonomía
- » Mobiliario multifuncional

6

Consejos Paratureforma para un mejor aprovechamiento de espacios pequeños

Es fácil multiplicar la sensación de amplitud de un espacio pequeño, y ¡nosotros te damos las claves para conseguirlo!

Los espacios pequeños pueden resultar muy funcionales y bien organizados si sabemos cómo sacarles partido, aprovechando hasta el último centímetro disponible.

Aunque puede parecer todo un reto, es fácil multiplicar la sensación de amplitud de un espacio pequeño, y ¡nosotros te damos las claves para conseguirlo!

Si vives en un piso de reducidas dimensiones y ya no sabes cómo hacerlo para conseguir un mejor aprovechamiento de los espacios pequeños, te mostramos las mejores ideas y soluciones para conseguirlo.

¡Toma nota!

Soluciones para el mejor aprovechamiento de espacios pequeños

1. Cómo aprovechar el espacio en el salón

El salón es una de las estancias más importantes de una vivienda, por lo que es necesario sacarle el máximo partido para aprovechar al máximo el espacio disponible y poder disfrutar así de un ambiente más confortable y bien organizado.

Conocer cuáles son los **tipos de distribución más eficientes, y tener en cuenta las medidas de cada elemento** esencial es fundamental para conseguirlo.

Ten en cuenta que en el salón, la pieza principal sobre la que girarán el resto de elementos es el sofá, por lo que tomémoslo como referencia.

¿Empezamos?



Las distribuciones más eficientes

Antes de comenzar a distribuir, fíjate en la forma de tu salón; ¿es cuadrado, estrecho o rectangular?

Aunque puede parecer una pregunta sin sentido, **la propia forma de tu salón te indicará cuál es el tipo de distribución que mejor encaja en la superficie**, que te servirá para aprovechar al máximo el espacio disponible y dejar una zona de paso lo suficientemente amplia como para desplazarte cómodamente.

En un salón de planta cuadrada, por ejemplo, podrás distribuir la zona de asientos, sofás, butacas y chaise longue-, en forma de 'U' o en

paralelo, mientras que en los de planta rectangular, tendrás que colocar el sofá en una de las paredes laterales.

Si tu **salón es especialmente estrecho**, con un ancho de pared inferior a cuatro metros, **te recomendamos que pongas todas las piezas importantes en un lateral y en el otro lado añadas sólo alguna pieza**, de poca profundidad, para poner el televisor encima y poder almacenar algunos objetos en sus cajones y estantes.

De esta forma conseguirás dejar esta zona de paso que resulta tan importante para poder moverte sin tropezar con los muebles.



Aunque puede parecer una pregunta sin sentido, **la propia forma de tu salón te indicará cuál es el tipo de distribución que mejor encaja en la superficie**, que te servirá para aprovechar al máximo el espacio disponible y dejar una zona de paso lo suficientemente amplia como para desplazarte cómodamente.



Ergonomía del mobiliario

Cuando hablamos de ergonomía del mobiliario nos referimos a aquellas piezas que nos permiten disfrutar de un entorno más confortable en el hogar, y no porque tengan un diseño especialmente ergonómico -aunque parezca una contradicción-, si no porque están escogidas de forma que nos ayuden a sentirnos más cómodos en casa, sin perder el estilo y funcionalidad que se necesita.

Para lograrlo es importante tener en cuenta ciertos aspectos como las medidas de los muebles, ya que conocerlas servirá para elegir las

piezas más proporcionadas respecto al espacio disponible y ajustadas a nuestras necesidades particulares.

Vamos a tomar medidas.

Medidas imprescindibles

Empecemos por el sofá. Piensa que existen muchas medidas estandarizadas de sofás, y las más habituales, respecto al número de plazas son:

- De 160 a 180 cm de largo: sofá de dos plazas
- De 200 a 220 cm: sofá de tres plazas
- De 240 cm en adelante sofá de 4 plazas o más.

Entonces pregúntate: ¿cuántas plazas necesito y cuál es el espacio del que dispongo?

Desde Paratureforma te recomendamos que hagas un sencillo ejercicio: mide la pared en la que vas a colocar el sofá principal. Si quieres o necesitas añadir una mesita lateral de apoyo del sofá resta unos 40 centímetros al largo de la pared y otros 30 centímetros si en el otro lado del sofá quieres poner una lámpara de lectura o de pie.

El resultado de esta operación te dará el largo máximo del sofá que podrás colocar.

Por ejemplo: si tienes una pared de 300 centímetros, quieres poner una mesita de apoyo



Existen muchas medidas estandarizadas de sofás, y las más habituales, respecto al número de plazas son:

- De 160 a 180 cm de largo: sofá de dos plazas
- De 200 a 220 cm: sofá de tres plazas
- De 240 cm en adelante sofá de 4 plazas o más.

de 40 cm y una lámpara de pie de 30 cm, te quedarán 230 cm. Para que el espacio se vea un poco desahogado tendrás que dejar unos centímetros entre una pieza y otra, por lo que las medidas ideales de un sofá para una pared de 3 metros es de 210 cm, aproximadamente, que correspondería a un modelo de 3 plazas.

Otra medida muy importante que debes tener en cuenta antes de elegir sofá es el ancho de los reposabrazos. Piensa que **un sofá tiene unas medidas concretas con los reposabrazos incluidos, por lo que si los reposabrazos son muy anchos, entre 20 y 25 cm, te quedará menos espacio de asiento**, mientras que si eliges un diseño con reposabrazos estrechos, tendrás más capacidad de asiento.

En el caso de los espacios pequeños es importante escoger un sofá con brazos estrechos, para poder disfrutar de más espacio para sentarte.

Un modelo de 200 cm de largo con reposabrazos de 20 cm tiene una capacidad de asiento real de 160 cm y otro de 180 cm de largo con reposabrazos de 10 cm, ¡también! Por ello, **si tu salón no es demasiado grande,**

apuesta por los sofás con brazos estrechos o incluso sin brazos, una alternativa que está muy presente actualmente.

Cuando los centímetros escasean debemos calcularlo todo al milímetro y tener en cuenta distancias que en otras situaciones ni nos plantearíamos.

Es el caso de la distancia entre el sofá y la mesa de centro. Para que el espacio sea confortable y puedas sentarte y levantarte cómodamente tendrías que **dejar unos 40 centímetros entre el sofá y la mesa de centro.**

Y en cuanto a la altura de la mesa de centro te recomendamos que **sea más baja que el asiento del sofá**, de esta forma conseguirás que el espacio parezca de mayores dimensiones. Procura además, que la mesa de centro mida 1 metro menos que el largo del sofá, de esta forma tu salón se verá más proporcionado. Entonces, a un sofá de 180 cm le corresponde una mesa baja de 80 cm de ancho.

Muebles multifuncionales

Para llevar a cabo un buen aprovechamiento de espacios pequeños no debes pasar por alto todo lo que te ofrecen los muebles multifuncionales, especialmente en el salón.

Algunas de estas piezas que te resultarán de gran ayuda son las siguientes:

- **Sofás cama.** Especialmente indicados para pisos muy pequeños en los que se necesita tener otra opción de cama para alojar a visitantes ocasionales.
- **Sofás con capacidad de almacenaje** Encontrarás diseños de sofás con asiento abatible, perfectos para almacenar cojines o plaid de cambio de temporada. Incluso existen sofás cama con la opción de asiento abatible que son perfectos para guardar la ropa de cama y los rellenos de almohadas, cuando alguien se queda a dormir en tu casa y disfrutar así de un espacio pequeño, pero perfectamente organizado.
- **Mesas de centro elevables.** Si tienes la costumbre de comer o cenar en el sofá, esta es tu mejor opción. El sobre elevable de la mesa te permitirá que lo utilices para comer sin tener que adoptar posturas incómodas.
- **Mesas de centro con capacidad de alma-**



cenaje. Las mesas de centro tipo baúl son perfectas para guardar todo aquello que no necesitas tener a mano.

- **Mesas nido.** Su forma de 'U' invertida sirve para poder guardarlas una debajo de la otra y utilizar alguna de ellas como mesa auxiliar cuando lo necesites.
- **Puffs con capacidad de almacenaje.** ¿Quieres sentarte cómodamente con los pies apoyados en un puff y que además puedas guardar cosas en su interior? Los puffs con tapa huecos en el interior son perfectos para utilizar como reposapiés, para usar como mesita auxiliar o mesa de centro, si añades una bandeja que dé estabilidad al conjunto, como asiento extra y en los que además podrás almacenar objetos. ¿Se puede pedir más?



Recursos ingeniosos para aprovechar el espacio en el salón

Además del mobiliario en serie puedes utilizar algunos recursos originales y/o hechos a medida que te ayudarán a diseñar un mejor aprovechamiento de espacios pequeños.

Te contamos algunas de las mejores soluciones:

1. Aprovecha la verticalidad de las paredes.

Si tu salón es pequeño no pienses en m² y hazlo en m³, ya que la altura de las paredes puede ser la solución ideal para aprovechar mejor el espacio. Diseña una librería que llegue hasta el techo para almacenar todos los libros que guardas desde tiempos inmemoriales.

2. Si necesitas incorporar una pequeña zona de despacho a tu salón puedes **escoger un tipo de librería o estante con mesa incorporada**. Incluso hay diseños en los que el sobre de la mesa es abatible para poder cerrarla cuando no la estés utilizando.

3. **Sustituye las puertas convencionales por unas puertas correderas** ya que ocupan mucho menos espacio al abrirlas o cerrarlas.

4. En salones especialmente estrechos puedes **colgar el televisor en lugar de ponerlo sobre un mueble auxiliar**, de forma que el ambiente se verá más despejado.

5. **Un estante sobre la puerta.** Si tienes un hueco entre las puertas y ventanas de tu salón y el techo aprovéchalo para instalar un estante perimetral que te servirá para almacenar objetos. Si quieres evitar que se vea demasiado desordenado utiliza cajas o cestas del mismo tono que la pared, para que pasen desapercibidas.

2.

Aprovechamiento del comedor

Por lo general, en viviendas de reducidas dimensiones el comedor está situado en el mismo espacio que el salón, por lo que comparten la misma superficie.

Tal y como sucede en la zona de estar respecto al sofá, en el comedor tenemos la mesa como elemento principal, de mayor volumen, sobre el que giran el resto de elementos.

Veamos cómo conseguir aprovechar al máximo el espacio disponible en la zona de comedor.

Tipos de mesa

Actualmente existen muchos tipos de mesa perfectos para comedores de dimensiones reducidas.

Entre las más funcionales podemos destacar:

- **Mesas extensibles con extensión tipo mariposa.** Se trata de una modelo de mesa extensible con un sistema de apertura fácil y rápido de aplicar. La extensión se pliega por la mitad y gira para caber dentro de la mesa, de forma que no tendrás que almacenar los sobres extra en ningún otro lugar, ya que quedan ocultos dentro de la propia mesa.



- **Mesa con extensiones centrales de la hoja.** En este caso la hoja adicional se almacena también debajo de la mesa en una sola pieza, duplicando la cantidad de asientos disponibles cuando se necesita.
- **Los mecanismos extensibles deslizantes** no tienen costuras cuando usas la mesa de comedor sin extenderla, quedando las 4 patas siempre en el extremo. Con un sencillo gesto es posible alargar la mesa y convertirla en una pieza de gran capacidad.
- **Giro-mecanismo.** En este tipo de mesas de comedor el sobre de la mesa es doble y con un giro de 180° se desdobra para poder añadir más comensales.
- **Mesas consolas extensibles.** En apariencia parecen una consola, con una superficie muy reducida, pero al extenderla pueden llegar a medir más de 2 metros. La apertura es lateral y cuentan con muchos paneles individuales que te permitirán utilizar los que necesites en cada ocasión.
- **Mesas con alas abatibles.** Este tipo de mesas multifuncionales también son muy estrechas y las alas están dobladas hacia el exterior, de forma que puedas levantar una o las dos para disponer de más espacio.
- **De mesa de centro a mesa de comedor.** Y para espacios realmente mini, nada mejor que una mesa de centro que pueda extenderse verticalmente para convertirla en mesa de comedor. Eso sí, en este caso debes tener en cuenta que las sillas tendrás que guardarlas en algún otro lugar de tu casa, por lo que desde [Paratureforma](#) te aconsejamos que elijas diseños plegables o apilables para que no ocupen demasiado espacio.



Cuestión de medidas

Del mismo modo que sucede con el salón, la forma del espacio destinado al comedor es la que te indicará también la forma más adecuada de la mesa, para aprovechar al máximo la superficie disponible.

Entonces, **si tu comedor es cuadrado te recomendamos que escojas una mesa cuadrada o redonda**, en cambio **si es alargado es preferible que te decantes por un modelo rectangular**.

Ten en cuenta que para calcular la cantidad de

sillas que puedes poner alrededor de una mesa has de calcular que **para cada comensal necesitas unos 60 centímetros, en el caso que elijas sillas sin brazos y 10 cm más si son con brazos**.

Entonces, si quieres diseñar un comedor para 8 personas tendrás que escoger una mesa que mida, por lo menos 180 cm de largo, que te permitirá colocar 3 sillas a cada lado y dos más en los extremos.


Para que te puedas mover cómodamente alrededor de una mesa **deberías dejar unos 90 centímetros entre ésta y la pared o el mueble de apoyo del comedor**, ya sea una alacena, una aparador o un buffet.

Además la altura de la mesa y el tipo de patas también condicionarán el tipo de sillas que puedes colocar y el número de comensales a los que puedes alojar en tu comedor:

Piensa que las mesas en forma de 'U' invertida no te permitirán poner sillas en los extremos, por lo que tenlo en cuenta si tu zona de comedor es pequeña.

La altura habitual de las mesas de comedor oscila entre 72 y 75 centímetros, pero en función del grosor del sobre, si es más fino o no, deberás escoger unas sillas u otras. Si vas a poner sillas con brazos calcula si éstos te van a impedir que pongas las sillas debajo de la mesa o, si el sobre es muy grueso, ten en cuenta que el asiento de la silla no puede ser muy alto, porque no te podrías sentar cómodamente.



A photograph of a dining room interior. In the foreground, a long wooden table is partially visible. Several chairs are around the table: a black bentwood chair on the left, a light wood bentwood chair in the center, and a blue-painted wooden chair on the right. A large, dried, feathery plant hangs from the ceiling. The floor is made of light-colored wooden planks. A large red abstract shape is overlaid on the left side of the image, containing text.

Si tu **comedor**
es cuadrado te
recomendamos que
escojas una **mesa**
cuadrada o redonda,
en cambio si es
alargado es preferible
que te decantes por un
modelo rectangular.

Soluciones para el mejor aprovechamiento de espacios pequeños

3.

Una cocina aprovechada al milímetro

En los últimos años, la cocina se ha convertido en el auténtico corazón del hogar. Han quedado atrás las cocinas que sólo se utilizaban para cocinar y estaban ubicadas en estancias independientes, para convertirse en espacios más sociales y familiares.

Aunque puede parecer complicado diseñar una cocina eficiente y bien aprovechada en un espacio reducido, tan solo debemos prestar atención a algunos aspectos muy importantes como los que te vamos a presentar a continuación.

Distribuciones eficaces

En cualquier caso, distribuir correctamente una cocina es imprescindible, y en el caso de las cocinas pequeñas, todavía más.

Cuando falta espacio es necesario agudizar el ingenio y buscar soluciones distributivas eficaces para aprovechar hasta el último milímetro.



- Si el espacio destinado a tu cocina es cuadrado puedes disponer los módulos en forma de 'U' o en forma de 'L', pudiendo disfrutar, en este último caso de un pequeño office situado en una de las paredes que quedan libres.
- Si la superficie es alargada es preferible que distribuyas los módulos en paralelo, aunque si es muy estrecha deberás calcular que el espacio entre los dos frentes sea superior a 90 centímetros para poder abrir cómodamente los armarios, los cajones y los electrodomésticos.
- Las cocinas lineales, en las que los módulos principales se sitúan en una sola pared son perfectas para espacios abiertos y comunicados al salón y el comedor.

Integrar la cocina al salón y/o comedor

Integrar la cocina al salón y al comedor se ha convertido en una de las opciones más demandadas e interesantes de las reformas de cocina y es realmente una alternativa ideal en viviendas de pocos metros.

Si estás pensando en reformar tu cocina valora esta posibilidad ya que podrás **disfrutar de mayor sensación de amplitud espacial y de luminosidad, además de contar con una estancia más social y familiar.**



Si el espacio es muy pequeño puedes utilizar la isla como pieza de apoyo de la zona de comedor o incluso prescindir de esta zona si añades una zona de barra con taburetes.

¡Dependerá del uso que le des al comedor!

Si la cocina original está situada en la habitación contigua al salón o al comedor tan sólo deberás asegurarte que puedes suprimir la pared que separa los ambientes. Un profesional te podrá asesorar e indicar si se trata de un tabique simple, un tabique que se ha convertido en pared maestra, -una situación habitual en pisos bajos de fincas antiguas-, o si directamente es una pared maestra que implica obras más importantes si quieres eliminarla.

Puedes diseñar una fantástica cocina integrada al salón y al comedor con módulos en línea, en una de las paredes del espacio, y añadir una isla de cocina, de menores o mayores dimensiones, para crear un estancia con una superficie de trabajo considerable o incluso, añadir la zona de aguas y cocción en esta pieza.

Si el espacio es muy pequeño puedes utilizar la isla como pieza de apoyo de la zona de comedor o incluso prescindir de esta zona si añades una zona de barra con taburetes. ¡Dependerá del uso que le des al comedor!

Para que el espacio esté bien aprovechado y se vea impecable puedes **panelar los electrodomésticos, así no se distinguirá si son frentes de armarios y cajones o no**, y escoger pavimentos distintos para diferenciar la zona de la cocina de la del salón o el comedor.



Interiores compartimentados

En cualquier caso, ya sea una cocina de grandes dimensiones o de pocos metros siempre es interesante que equipes bien los interiores de los armarios y cajones. laboribea consecuencia.

- Si los módulos de la cocina tienen forma de 'L' o de 'U', piensa bien cuál va ser el **equipamiento interior de los módulos esquineros**. Las bandejas extraíbles son una gran solución para evitar los espacios perdidos y tener al alcance de la mano, de forma sencilla y eficiente, todo lo que almacenes en estos armarios.
- **Los cajones de cubiertos compartimentados son perfectos para mantener siempre el orden** en unos elementos que de por sí, tienden a desorganizarse fácilmente.
- En el diseño de nuevas cocinas es habitual que **el horno y el microondas se instalen en una columna vertical**, liberando entonces el espacio que queda debajo de la placa de cocción. Utilízalo para diseñar un cajón de grandes dimensiones en el que guardar las ollas, las sartenes y los cazos o incluso para almacenar la vajilla de uso diario y tenerla siempre a mano.
- **Los módulos estrechos y verticales son perfectos para crear una despensa más funcional**, por lo que ten en cuenta esta alternativa si quieres mantener tu cocina siempre perfectamente organizada.
- Aprovecha los huecos que quedan debajo del lavavajillas o la lavadora panelada y utilízalos para guardar utensilios planos que no emplees a diario, como planchas o woks.



Soluciones para el mejor aprovechamiento de espacios pequeños

4. Más espacio en el baño

En la mayoría de ocasiones, el espacio destinado al cuarto de baño suele ser pequeño y no dispone de luz natural, por lo que es necesario agudizar el ingenio para sacarle el máximo partido posible, equipándolo, por lo menos, con los elementos imprescindibles.

Veamos cuáles son las mejores soluciones para conseguirlo.

Acertar con las medidas

La zona del lavabo es una de las más importantes, junto a la de la ducha o bañera y los sanitarios. Escoger un [mueble bajo lavabo](#) de dimensiones reducidas y con capacidad de almacenaje será fundamental para poder guardar de forma bien organizada todos los elementos que se utilizan en el aseo.



Para ello debemos tener en cuenta cuáles son las medidas más importantes de los muebles de baño:

- Por lo general, **la profundidad estándar de los muebles bajo lavabo es de 60 cm y son los más adecuados para poder almacenar objetos en sus cajones o estantes**, aunque para espacios mini es posible encontrar muebles de 45 cm de profundidad.
- En cuanto al ancho, **las medidas más habituales son de 60, 80, 100 o 120 cm**, por lo que para un baño de reducidas dimensiones será necesario decantarse por una pieza de 60 cm u 80 cm de ancho, si tenemos un poco más de espacio y necesitamos

equipar un cuarto de baño familiar. Si no quieres equivocarte mide bien el espacio disponible en el que vas a colocar el mueble del baño de modo que puedas escoger la pieza más proporcionada al espacio.

- **Frente al lavabo debes dejar una distancia de unos 70 cm** (como mínimo), para que puedas moverte con cierta libertad.
- Para que la funcionalidad del lavamanos sea total y puedas disfrutar de una zona de cortesía más ergonómica **debes colocar el lavamanos a unos 85-90 cm del suelo**, tomando como referencia la parte superior de la pieza, ya sea un lavabo encastrado o un modelo de sobremesa.
- Los **muebles bajo lavabo suspendidos**, una tendencia cada vez más empleada para equipar el cuarto de baño, nos permite ajustar la altura fácilmente y de forma personalizada.
- En el caso de los espejos, **los modelos convencionales se acostumbran a colocar a unos 10-15 cm por encima del lavabo, mientras que los armarios con puerta y frente de espejo, perfectos para almacenar los utensilios de uso diario, es preferible instalarlos a 25-35 cm del lavabo** para que el grifo no impida su correcta apertura.
- En cuanto al inodoro y al bidé y gracias a la proliferación de diseños muy variados y medidas muy diversas, podrás encontrar un modelo que se ajuste perfectamente a



los metros disponibles en el espacio. Eso sí, en cualquier caso, es necesario dejar al menos 50 cm de distancia frente a estas piezas para disfrutar de un espacio circundante más confortable. Y si decides instalar el inodoro y el bidé, uno al lado del otro, entre ellas y a su alrededor debes dejar unos 20 cm de distancia.

- Los sanitarios suspendidos son perfectos para este tipo de espacios, porque puedes variar la altura a la que los colocas, en función de las necesidades específicas de los usuarios. Igualmente, ten en cuenta que **tanto el inodoro como el bidé se colocan generalmente a 45 cm del suelo, sin contar el grosor del asiento y la tapa.**

¿Ducha o bañera?

Esta pregunta se ha convertido en una de las cuestiones principales si vamos a reformar el cuarto de baño.

Sustituir la bañera por una ducha de grandes dimensiones es una de las mejores alternativas, y más demandadas, para conseguir ganar espacio al cuarto de baño, y transformarlo en una estancia más funcional y también estética.

Una ducha cómoda y de buenas dimensiones no debería tener un ancho inferior a los 90 cm, mientras que el acceso a ésta debe ser, como mínimo, de 60 cm.



Sustituir la bañera por una ducha de grandes dimensiones es una de las mejores alternativas, y más demandadas, para conseguir ganar espacio al cuarto de baño, y transformarlo en una estancia más funcional y también estética.

Los diseños de platos de ducha enrasados al suelo son una gran alternativa, ya que ofrecen comodidad de uso, además de potenciar la sensación de amplitud en los baños de pequeñas dimensiones.

Almacenamiento en el baño

Disponer de un buen almacenamiento en el cuarto de baño es imprescindible para disfrutar de un espacio más organizado y funcional.

- Procura escoger un **mueble bajo lavabo que cuente con grandes cajones compartimentados** para poder almacenar todo lo que necesitas para tu aseo diario. Incluso los modelos más pequeños cuentan con cajones que te serán muy útiles para conseguir un espacio más ordenado.
- Si prefieres las encimeras voladas con el lavabo sobre encimera, puedes **añadir una balda inferior para guardar las toallas bien dobladas y el resto de accesorios de higiene**. Utiliza cestas para que el espacio no se vea desordenado.
- Aprovecha la verticalidad que te ofrecen las paredes para **instalar armarios colgados a juego con el mueble bajo lavabo**; aunque sean estrechos podrás almacenar correctamente y tenerlo siempre todo a mano.
- **Analiza cuáles son tus necesidades particulares y cómo sueles organizar tu rutina de aseo diaria**. De este modo conseguirás guardar cada cosa en el lugar más adecuado de forma más funcional y eficiente.
- Tal y como hemos comentado, los armarios con puertas y frente de espejo son perfectos para ganar unos centímetros al cuarto de baño. Incluso los modelos que cuentan sólo con 10 cm de profundidad serán perfectos para guardar los cepillos de dientes, el colutorio, los cepillos y todo lo que necesites almacenar, en poco espacio.

5.

Un dormitorio bien aprovechado

Para un correcto aprovechamiento espacios pequeños, y especialmente en dormitorios de reducidas dimensiones, es imprescindible que el espacio esté realmente despejado y ordenado.

El exceso de elementos, ya sean muebles o accesorios decorativos, provocará que la estancia parezca todavía más pequeña y poco confortable.

Medidas y ergonomía

Tal y como sucede con el resto de estancias, tomar bien las medidas del dormitorio y tener en cuenta algunas medidas concretas de las piezas más importantes, será fundamental para diseñar una habitación más confortable y funcional.

- La cama es la pieza principal a partir de la cual colocar el resto de los elementos. Por ello, es necesario que **ajustes la medida de tu cama a la realidad de la superficie disponible**. Poner una cama King Size de 180 cm de ancho en una habitación muy pequeña provocará que la estancia todavía parezca más pequeña, por lo que probablemente



sea más adecuado que escojas un modelo de 150 cm de ancho.

- Procura que **entre la cama y las paredes o las ventanas laterales, haya, por lo menos unos 70-80 cm de distancia** para que puedas moverte por el espacio con total comodidad.
- En dormitorios pequeños, **debes dejar unos 60 cm entre los pies de la cama y la pared frontal**, aunque si vas a colgar un televisor es preferible que haya 70 cm de distancia, para que no te golpees cuando

pases de un lado al otro.

- Encontrarás mesitas de noche de medidas muy distintas que se adaptarán perfectamente a las proporciones del espacio y tus necesidades particulares.
- En el caso de tener un armario ropero en el dormitorio, debes tener en cuenta que **el tipo de puertas del armario marcarán la distancia que debes dejar entre éste y la cama**, para que puedas abrirlo cómodamente. **Las puertas correderas son la mejor solución porque no ocupan espacio de apertura**, mientras que, en el caso de las batientes, las más convencionales, necesitarás de un espacio extra para poder abrirlas fácilmente que debería oscilar los 100 cm.



Mobiliario funcional

Sin duda alguna, el mobiliario multifuncional es perfecto para dormitorios pequeños.

¿Es tu caso?, entonces apuesta por las **camas tipo arcón para contar con un espacio de almacenaje extra** en el que guardar las maletas, la ropa de cambio de temporada o las mantas. Los sistemas de apertura actuales son muy fáciles de utilizar y, en un sencillo gesto podrás

Si quieres añadir una banqueta a los pies de la cama, para poder vestirte y calzarte cómodamente, procura que también sea una pieza con capacidad de almacenaje interior

acceder al interior de la cama sin tener que hacer grandes esfuerzos.

Otra opción que te permitirá contar con más espacio de almacenaje pasa por **eleva la cama sobre módulos de almacenaje**. Podrás ganar espacio para guardar de forma ordenada y, al mismo tiempo, disfrutar de una cama más original.

Si quieres añadir una banqueta a los pies de la cama, para poder vestirte y calzarte cómodamente, procura que también sea una pieza con capacidad de almacenaje interior. Puedes escoger un modelo tipo baúl o un banco tapizado con el sobre que se pueda levantar, para poder

guardar todo lo que necesites y mantener así el espacio más organizado.

Las cómodas o chiffoniers son ideales para guardar la ropa de uso diario y así tenerla siempre a mano, perfectamente doblada.

Actualmente, y aunque tu dormitorio sea pequeño, si distribuyes correctamente las piezas imprescindibles, incluso puedes añadir una pequeña zona de trabajo o estudio en este espacio. Las mesas plegables o las adosadas a otras piezas esenciales, como las mesitas de noche o los armarios, te van a permitir incorporar una zona de estas características, sin demasiado esfuerzo.



6. Consejos Paratureforma para un mejor aprovechamiento de espacios pequeños

Desde [Paratureforma](#) queremos ayudarte a sacar más partido a los metros disponibles de tu casa, por lo que toma nota de nuestros consejos imprescindibles:

- Aunque pensarás que estas ideas no te ayudan al aprovechamiento espacios pequeños, sí que resultarán de gran utilidad para crear la sensación de que vives en una casa de mayores dimensiones:
 - Apuesta por los colores claros y luminosos, como toda la gama de los neutros y los grises pálidos o tonos pastel, para aumentar la sensación espacial de tu casa.
 - Añade espejos al salón, comedor, dormitorio, recibidor, ¡donde quieras! Gracias



a estos elementos imprescindibles también conseguirás multiplicar la sensación de amplitud del espacio y la luminosidad, de forma sencilla y muy decorativa.

Olvídate del “no me cabe” y disfruta de estancias en perfecto orden con nuestras ideas imprescindibles.

- No recargues excesivamente el espacio con demasiados muebles y complementos, hacerlo implica que el espacio se vea más pequeño.
- Sustituye, en la medida de lo posible, las **puertas batientes por puertas correderas,** tanto en las zonas de paso como en los armarios roperos.
- **Deshazte de todo aquello que no necesitas y libera espacio.** Coloca las piezas más voluminosas contra la pared y verás como la estancia crece sorprendentemente.
- Iguala los **pavimentos de tu casa,** para conseguir multiplicar la sensación espacial.

