

# Con el aire de las de antes

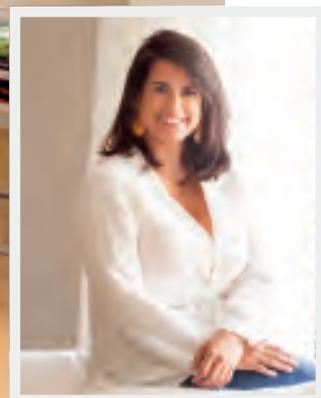
**Esta cocina tiene sabor tradicional** pero es tan funcional como las de hoy. El secreto, el color y la mezcla de acabados y materiales.

**LA PARED DEL OFFICE**  
se decoró con un llamativo papel pintado de plumas que le aporta mucha personalidad.



**T**ras 20 años viviendo en la casa y una vez que su hija se independizó, Virginia, su dueña, decidió actualizarla.

Y en esa reforma la cocina se convirtió en uno de los puntos claves. “Ella quería lograr un **‘look tradicional, muy hogareño, pero tan práctica como las actuales’**”, nos dice Natalia Zubizarreta, la interiorista encargada del proyecto. “Conservamos los azulejos porque tienen aire de cocina tradicional, pero había una cenefa de frutas que no nos gustaba y la tapamos con una moldura azul para evitar tener que picar; no quería mucha obra”, nos explica. “También cambiamos la pintura verde de la parte alta de la pared del office (muy ochentera) por un papel de plumas



**Natalia Zubizarreta,**  
interiorista

*Se ha encargado de renovar la imagen de esta cocina de una manera supersencilla.*

**El objetivo** era conseguir un espacio acogedor, con un estilo que recordara al de las cocinas de antes, pero que resultara también práctico y funcional.

## HAZLO TÚ

**SI TE GUSTAN ESTAS IDEAS, PRUEBA A PINTAR Y EMPAPELAR TU COCINA**

ESMALTE SATINADO PARA MUEBLES DE COCINA, ULTRALAVABLE, LUXENS DE LEROY MERLIN, **>39,95 €/2 L**

MOLDURA DE PINO AL NATURAL, EN LEROY MERLIN DESDE **>8,25/M**

PAPEL PINTADO DE PLUMAS (LAVABLE), SIMILAR EN [PAPELESPINTADOS.DECORATIVOS.COM](http://PAPELESPINTADOS.DECORATIVOS.COM) DESDE **>34 €/ ROLLO**



“

El suelo (Starwood, de Porcelanosa Grupo), es un cerámico, superresistente y fácil de limpiar, que parece madera”

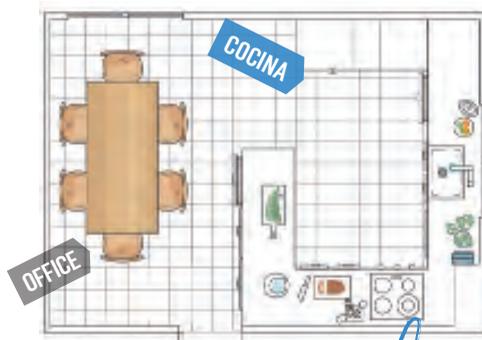
## LA REFORMA DEL MES



del que nos enamoramos a primera vista. Es atrevido, pero con las sillas de aspecto envejecido y la mesa antigua del office se aligera". Para el suelo se decidieron por un moderno cerámico con efecto madera: Starwood, de Porcelanosa Grupo. **También es muy actual el acabado azul de los nuevos muebles** y la encimera sintética; sin embargo, es el blanco de esta (que parece de mármol, como las de antes) y detalles como los tiradores, el fregadero, el grifo... los que le dan ese aire *vintage* que su dueña quería.



**EN LA VENTANA** se puso un estor paquete, que no estorba al manipular el grifo. Es de lino blanco, un tejido con cierto aire rústico.



### Dos espacios separados

La distribución original de los muebles de la cocina se mantuvo porque era la que mejor se amoldaba a la planta y dejaba un espacio independiente para el office. Solo se eliminaron los módulos altos para aligerar.

## Detalles que le dan estilo ¡Cópialos!



### LÁMPARA DE TECHO

De metal cepillado. En M. du Monde, 69,99 €.

### ÚTILES MUY PRÁCTICOS

Bandeja de bambú trenzado (9,99 €) y tabla de cortar con cuero (19,99 €), en H&M.



### PAPEL PINTADO

Con motivos florales. En El Corte Inglés, 67 €/rollo 10 m.



### CUENCOS

Färgrik (azul), 2 €, y Behaga (turquesa/blanco), 3 €. Ikea.



## AMPLÍA TODA LA CASA

### 30 IDEAS PARA GANAR METROS

Textos: Mariángeles García.



SALÓN

DORMITORIO

CUARTO JUVENIL

BAÑO Y COCINA

TRUCOS

# 1 Salón: más grande con la terraza

● **Cuántos metros ganas.** Si la integras, por pequeña que sea (un balcón suele tener aprox. 160 x 60 cm), ganarás al menos 1 m<sup>2</sup>, suficiente para una mesa de trabajo, otro mueble, etc. Pero si tienes una como esta (mide aprox. 3 x 1 m), contarás con 3 m<sup>2</sup> extras. Aquí han permitido poner un sofá y una mesita auxiliar. Además, como se han quitado las puertas y se ha puesto una estantería (mira la pág. dcha.: una similar, con cajones, unos 258 € en Conforama), se han ganado 3 m<sup>2</sup> más, ¡6 m<sup>2</sup> en total!

● **La reforma, lista en 4-5 días.** Es lo que se tarda en cerrar una terraza como esta. ¿En qué consiste la obra? En retirar el ventanal antiguo y tirar el tabique (370 €), levantar un tabique bajo el cerramiento (va aislado) y dos muros laterales (140 €/u.), aislar suelo y techo (540 €) y, en este caso, poner tarima sintética (280 €) e instalar ventanas oscilobatientes de aluminio RPT (de 250 x 130, 750 €); además de pintar (150 €) y añadir puntos de luz (120 €/u.). Son precios aprox. de obra en FiPro Studio. Recuerda que necesitas permiso del Ayuntamiento y de la comunidad.



ANTES DE TIRAR UN TABIQUE, CONSULTA A UN ARQUITECTO PARA ASEGURARTE DE QUE NO ES UN MURO DE CARGA, PORQUE ESTOS NO SE DEBEN ELIMINAR.



**VENTANAS.** Cuando falta espacio, mejor elegir las oscilobatientes: aíslan más que las correderas y, como se pueden abrir por arriba, no quitan sitio a los lados. Mira en [veka.es](http://veka.es)



**QUITA LAS PUERTAS.** Quedarán 0,5 m<sup>2</sup> libres, así que si es de 2 hojas (como era aquí), cuenta con el doble: 1 m<sup>2</sup>. Desde 135 € (sin IVA) en [cronoshare.com](http://cronoshare.com)



**ESTANTERÍA EN EL ENTRANTE.** Por poco fondo que tenga, si pones unas baldas (las hay de 19 cm), podrás aprovechar los 2 m<sup>2</sup> de la pared.

## ELIGE UNAS PUERTAS CORREDERAS Y A CRECER



1 **Empotradas:** Quedan ocultas en un premarco (luego se reviste y pinta), así que ganas ese metro que las convencionales necesitan para abrirse y 1,5 m<sup>2</sup> de la pared que ocupan. Premarco, desde 450 €; puerta, desde 400 €, y montaje, desde 500 €, en Ferretería Ortiz.



1 **A la vista.** Tampoco necesitan ángulo de apertura, así que cuenta con 1 m<sup>2</sup> libre. Para instalarlas, solo hay que poner unas guías en la parte alta de la puerta. En medio día estarán listas. Herrajes, desde 100 €; puerta, desde 400 €, y montaje, desde 200 €, en F. Ortiz.

## Dormitorio: amplía con los huecos

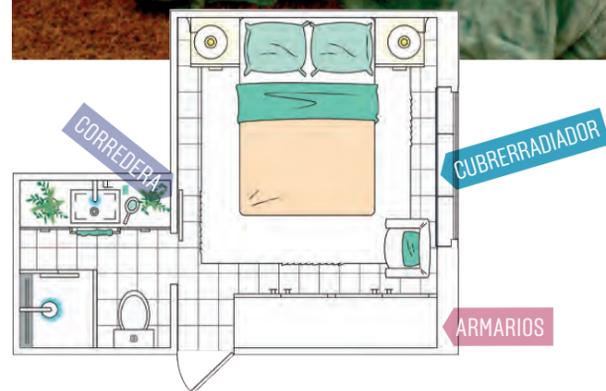
Muchas veces la solución para ganar centímetros está en los espacios sin aprovechar. La clave consiste en elegir bien los muebles o encargarlos a medida, como se ha hecho con el cubrerradiador-mueble de este dormitorio. Aquí, además, las puertas de los armarios empotrados y la del baño se han elegido más estrechas de lo habitual (mira la pág. dcha.). En total, se han ganado 2 m<sup>2</sup>.

● **Cubrerradiador y zapatero.** La parte central, la de lamas, es el cubrerradiador, pero lleva un módulo de 50 x 70 a cada lado, así que aprovecha casi 1 m<sup>2</sup> de pared para guardar las zapatillas de estar en casa y el calzado de más uso. Y como solo ocupa 10 cm de fondo aunque es batiente, no estorba. Uno similar, de DM lacado, con montaje, 472 € en Akarpinteros (IVA aparte). En este caso, mejor no hacerlo de melamina para evitar que los cantos puedan despegarse por el calor.

● **Armarios.** Llegan hasta el techo y tienen el maletero en el interior; así se ganan los 10 cm que se necesitan para separarlos cuando se hacen con puertas independientes. Como en total hay 5 puertas, se ganan 50 cm más!



¿TIENES AL MENOS 40 CM SOBRE TU PUERTA? ENTONCES PUEDES HACER UN ALTILLO O PONER UN MÓDULO PARA GUARDAR LA ROPA FUERA DE TEMPORADA.



**ESPACIO BAJO LA CAMA.** Ofrece unos 2,5-3 m<sup>2</sup> que puedes aprovechar con un canapé abatible (uno de 150 x 190 cm, 199 € en Muebles Boom) o con cajones (los hay en set de dos unidades desde 45 € en Ikea).

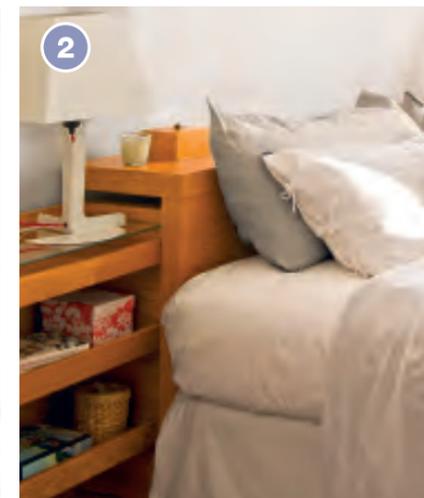
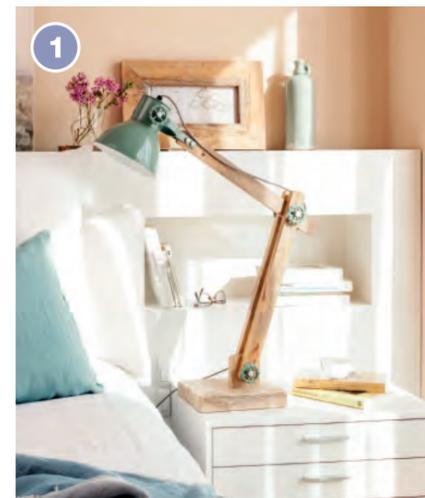


**ANCHO MINI.** Para aprovechar más pared, la puerta se ha puesto de 62,5 cm de ancho (suelen tener 82,5 cm). En L. Merlin, desde 99 €.



**PUERTAS DE 30 CM.** El ancho ideal de las batientes para que el armario ocupe menos: cuanto más grandes, más sitio necesitan para abrirse.

### DOS CABECEROS DE TRIPLE USO QUE GANAN 1 M<sup>2</sup>



#### 1 Estructura a medida.

Si lleva huecos, ganarás al menos 40 cm a cada lado para libros y todo su largo como repisa. Y basta que tenga 10-15 cm de fondo. Similar, desde 515 € en Carpintería a Tu Medida.

#### 2 Extraíble.

Los módulos de baldas se pueden ajustar al hueco que tengas y, si no se usan, se meten hacia dentro y no ocupan. Ganarás casi 0,5 m<sup>2</sup> por lado. Similar, 479 € en Conforama.

## Juvenil: sí a las camas abatibles

Son una buena solución para ganar metros en cuartos mini, ya que, junto con el armario, las camas son las piezas más voluminosas.

● **Ventajas.** Estas camas pueden recogerse cuando no se usan, así que permiten aprovechar casi 1,5 m<sup>2</sup>. La interiorista Natalia Zubizarreta ha apostado por esta solución para este cuarto compartido. En su diseño las dos camas (90 x 200) se integran en un gran frente a medida de suelo a techo. Aquí, además de los 3 m<sup>2</sup> de las camas, se ganan los 40 cm que las separan; en total, 3,5 m<sup>2</sup> libres (mira la pág. dcha.). Tienes camas que se abaten desde 879 € en Conforama.

● **Con altillos.** En este proyecto aprovechan los 60 cm de alto y 45 cm de fondo que quedan sobre los módulos-cama. Resultan muy prácticos para guardar las mantas, las colchas... de cada cama, y para abrirlos, basta presionar hacia dentro.



**ESTANTERÍA  
CON DOBLE USO.**  
La interiorista Natalia Zubizarreta ha aprovechado hasta el hueco entre las camas con una librería (40 x 45 x 260) muy completa: al llevar cajones abajo, sirve también de mesilla.



### SITIO PARA JUGAR, ESTUDIAR...

Con las camas cerradas se ganan aprox. 3,5 m<sup>2</sup> que permiten tener una zona para juegos y la mesa de estudio.



**MESA DE FONDO MINI.** Elígela de 45-50 cm (suelen tener 60 cm), pues para el portátil, libros... bastan 30 cm. Ganarás esos 15 cm para mover las sillas.

## OTRAS OPCIONES QUE TAMBIÉN GANAN SITIO



**EN L, CON UNA CAMA EN ALTO** Es la solución si el cuarto es cuadrado y pequeño: entra en 2 paredes de 2,5 m, y bajo la cama de arriba puedes poner la mesa o un armario. Esta es diseño de Dröm Living.



**TIPOTREN.** Perfectas si la habitación es alargada (al menos 3,5 m) y estrecha (al menos 2 m), pues las camas van solo en un frente. Las hay tan completas como esta, diseño de Cristina Pérez, que incluye cajones debajo.



AHORA TIENES COMPOSICIONES MODULARES QUE INTEGRAN 2 CAMAS, ARMARIO Y MESA DE ESTUDIO EN 3,65 M. MIRA EN [MUEBLESBOOM.COM](http://MUEBLESBOOM.COM)

## Baño: ducha en vez de bañera

Quitar la bañera para poner una ducha es la obra reina para ampliar el baño: como ocupan unos 160-170 x 70 y tienes duchas desde 60 x 60, ganarás 1 m<sup>2</sup>, y puede estar lista en 2 días. Esta ha sido la solución para este baño, y además ha permitido alargar la encimera y el bajolavabo hasta la pared: solo ha habido que añadir otro módulo. ¿El resultado? Se ha ganado aprox. 0,5 m<sup>2</sup> más para guardar y otro tanto para el paso.

● **Ducha.** Las de obra son las que más ganan, pues aprovechan cualquier irregularidad o recoveco del baño. Si los hay en el tuyo, el presupuesto sube aprox. un 10% (mira el recuadro inferior), ya que dificultan la instalación de los materiales, indica FiPro Studio. Otra opción son los platos a medida: se adaptan al hueco.

● **Bajolavabo.** Se ha elegido de 40 cm de fondo (suelen tener 45-60); uno similar, de 60 cm de ancho, 89 € en L. Merlin. Si tienes menos sitio, los hay de solo 22 cm (mira en [leroymerlin.es](http://leroymerlin.es)).

### CUÁNTO CUESTA: HACER UNA DUCHA

- Quitar la bañera (con desescombro), **255,80 €.**
  - Preparar la base (con pendiente) e impermeabilizar con PVC, **194 €.**
  - Modificar el desagüe, **65 €.**
  - Alicatado, **243,60 €.**
  - Mampara y montaje, **320 €.**
- Precios de obra aprox. de FiPro Studio.



**MUEBLES-ESPEJO.** Permiten aprovechar toda la pared y tienen solamente 10-16 cm de fondo.

ELIGE SANITARIOS MINI, Y SI PUEDES, PON LA CRIFERÍA EN LA PARED: GANARÁS ESPACIO DE APOYO.



## Cocina: gana con un pasaplatos

Es una obra rápida (en un día suele quedar hecha) y permite ganar más de lo que parece. Fíjate en esta cocina: ha permitido montar una barra de unos 130 x 40 cm que sirve de office y no ocupa nada, pues cuando no se usa, los taburetes pueden meterse debajo. Además, a diferencia de una mesa, te deja aprovechar el otro lado de la pared, así que se ganan otros 130 x 85 cm para muebles. Y además sirve de repisa. En total, se ganan aprox. 1,5 m<sup>2</sup>.

● **Si es un muro de carga...** El presupuesto (mira el recuadro inf.) se dispara, pues se convierte en una obra 'mayor' y hace falta un arquitecto y pedir permisos, indica [cronoshare.com](http://cronoshare.com). Por otro lado, mejor si añades un estor (desde 40 €) o una persiana (desde 60 €) para evitar que, al cocinar, el humo pase al salón.

● **Puerta.** Al ser corredera, permite ganar otro medio metro, que ayuda a despejar la cocina y facilita el paso al salón. Poner una similar, desde 250 €. Todo, en [cronoshare.com](http://cronoshare.com) (IVA aparte).

### CUÁNTO CUESTA UN PASAPLATOS

- Abrir hueco en el muro, incluyendo mano de obra y desescombro, desde **320 €.**
  - Colocar una repisa de madera de 130 x 40 cm y de 2-3 cm de grosor, desde **26 €.**
- Todo, parecido, con IVA aparte, en [cronoshare.com](http://cronoshare.com)



**SI HACES DOS OBRAS PEQUEÑAS A LA VEZ,** como el pasaplatos y la puerta corredera de esta cocina, podrás ahorrarte un 5-10% respecto a lo que cuesta hacerlas por separado, indica [cronoshare.com](http://cronoshare.com)



**LOS MUEBLES LISOS**, sin tiradores, quitan peso visual y, si son del tono de la pared, permiten unificar espacios, eso 'amplía'.



**PON ESPEJOS**. Al multiplicar la luz y reflejar las habitaciones, hacen que parezcan el doble de grandes.



**BALDAS DE PARED A PARED**. Son la alternativa a la gran estantería si no hay sitio. Ponlas en la parte alta: agobian menos.



**TABIQUES CON CRISTAL**. Dejan pasar la luz, así que la habitación gana profundidad. Uno como este, desde 260 € en [cronoshare.com](http://cronoshare.com)

## Trucos que agrandan

● **Pinta en tonos luminosos**. Cuanta más claridad haya, más grande parecerá la casa, así que elige colores que la amplíen visualmente, como blanco, beis, gris piedra... Mejor si escoges una pintura con brillo, satinada o de acabado sedoso, que la reflejan mejor. Además, hay

unas especiales que la reflejan el doble que las convencionales, como la Amplitud de Bruguer (en Leroy Merlin, 27,95 €/4l). Y pinta siempre el techo de blanco: dará la sensación de que está más alto y la habitación resultará más grande.

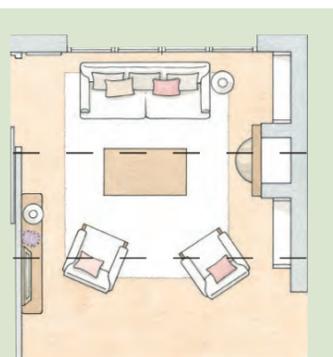
● **Elige muebles de doble uso**: mesas de centro con baldas y cajones, o que se convierten en una de comedor...; asientos con sitio para guardar, etc. Te ahorrarás muebles y ganarás espacio real y visual.

● **Mantén el orden**. Una casa bien organizada, con cada cosa en su sitio, estará siempre despejada y parecerá más amplia. Te será más fácil lograrlo si pones en la mesa organizadores para los papeles, el móvil... (mira en [ikea.es](http://ikea.es)); bandejas en la entrada para llaves, cartas, etc.

### No abusos de los muebles

**La primera norma** al decorar una casa de pocos metros es calcular bien el tamaño y la cantidad de muebles en cada habitación; si hay demasiados, parecerá más pequeña.

**Sigue la regla del 1/3** y sabrás si tienes muebles de más: divide la habitación en tres partes iguales y júntalos todos (mesas, sofá...) en una. Si caben, entonces tienes las piezas justas y el espacio necesario para moverte con comodidad.



## EN LAS VENTANAS, MEJOR ESTORES QUE CORTINAS

GANAS CM



PIERDES CM



● **ESTORES**. Ni bajados ni recogidos ocupan sitio, así que son la solución perfecta para pisos mini. Además, como necesitan menos tela que las cortinas, aligeran visualmente.

● **CORTINAS**. Según la tela y el tipo de confección, necesitan 10-15 cm. Si te gustan, elígelas de tela finas (lino, algodón...) y con ollaos o trabillas. Evita las forradas, las de terciopelo... y las confecciones fruncidas o a tablas.