

La madera es un material saludable al tacto que, gracias a su baja conductividad térmica, permite que nos adaptemos mejor a él y no suframos pérdidas de calor bruscas mientras está en contacto con nuestra piel. Esta característica, que hace que sea térmicamente más agradable, es importante puesto que un descenso acusado de la temperatura de nuestros pies puede provocar resfriados.

Otra de las ventajas que ofrece la madera es su capacidad para crear ambientes templados, más cálidos en invierno y más frescos en verano. Los materiales higroscópicos, como la madera natural, regulan la humedad relativa y la temperatura del entorno, factores que están relacionados con la percepción que tenemos de la calidad del aire.

Además, un confort térmico adecuado nos permite ser más productivos y mejorar nuestro rendimiento, ya que nuestro metabolismo alcanza un equilibrio estable; incluso una variación insignificante en este aspecto provoca pérdidas de rendimiento. El confort térmico, además, tiene una relación directa con la eficiencia energética de los edificios, ya que reduce la necesidad de calentar o enfriar los ambientes.

Llegando a los elementos que se observan en las condiciones exteriores, las herramientas y el mobiliario que incorporan madera pueden evitar quemaduras y abrasiones graves, sobre todo, en la población infantil y en aquellas personas que, por determinadas circunstancias, no tienen conciencia del riesgo de interactuar con ciertos materiales.

Así se desprende un estudio realizado por el [Instituto de Biomecánica de Valencia \(IBV\)](#) sobre los beneficios de la madera para la salud, en colaboración con la iniciativa “Vivir con madera” que promueve la Confederación Española de Empresarios de la Madera (CONFEMADERA).

