

Terça-Feira, 12 de Maio de 2026

Como a biofilia contribui para harmonia do seu lar

MARIANA FEITOSA

A biofilia conecta espaço e pessoas com a natureza. E os benefícios do contato com o verde para o ser humano são incontáveis, dentre eles promove a sensação de bem-estar e relaxamento. Isso contribui com a calma, a tranquilidade e a harmonia do lar. Você em algum momento já imaginou que a Biofilia poderia entrar e contribuir com o dia a dia da sua casa?

E o que é BIOFILIA? Proveniente do grego, significa “AMOR AS COISAS VIVAS”. Por mais que o termo seja de uso recente na arquitetura e design de interiores, a Biofilia foi usada pela primeira vez pelo psicólogo Erich Fromm em 1964 e depois popularizada na década de 1980 pelo biólogo Edward O. Wilson.

Para que você possa dar o primeiro passo em direção a Biofilia aqui vão algumas dicas de plantas que são bastante acessíveis para ter em casa, são elas: Pacova, Palmeira Rafia, Zamiozulca e Samambaia.

Existe um medo quanto às plantas em casa. A principal preocupação é com os animais de estimação e crianças. Pensando nisso, separei nomes comuns de plantas tóxicas que devem ser evitadas. São elas a espada de são Jorge, a jiboia, a comigo-ninguém-pode, a costela-de-adão, a avenca e o antúrio.

Já que falamos do lado negativo, vamos focar nas plantas benéficas e de custo benefício interessante como por exemplo: a lavanda, a orquídea borboleta, a bromélia e o bambu. Essas não são tóxicas e encantam o ambiente com facilidade.

Além de plantas, a biofilia também está presente em elementos naturais como a madeira que pode ser utilizada no ambiente de diversas formas, como uma mesa de jantar, um aparador ou uma persiana.

Meu maior desejo não é somente agradar aos meus clientes, mas trazer a conexão com a essência deles através da presença da natureza e do amor as coisas vivas nos espaços de vivência e convivência

Mariana Feitosa é Designer de Interiores com formação em Controle Ambiental e professora no Senac, em Mato Grosso - @maarianafeitosa