



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE DISEÑO Y ARQUITECTURA**  
**CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS**

Proyecto de Investigación previo a la obtención del Título de Arquitecta de  
Interiores

**“Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en Centros  
Gerontológicos”.**

**Autora:** Sánchez Briceño, Vanessa Estefanía

**Tutor:** Dis. Int. Mg. Cardoso Pacheco, Pablo Daniel

**Ambato – Ecuador**

**Agosto, 2019**

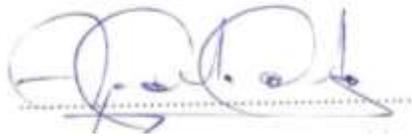
## CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Proyecto de Investigación sobre el tema:

**“Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en Centros Gerontológicos”**, de la alumna Vanessa Estefanía Sánchez Briceño, estudiante de la carrera de Diseño de Espacios Arquitectónicos, considero que dicho proyecto de investigación reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación del jurado examinador designado por el H. Consejo Directivo de la Facultad.

Ambato, agosto 2019.

EL TUTOR

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Pablo Daniel Cardoso Pacheco', written over a horizontal dotted line.

**Dis. Int. Mg. Cardoso Pacheco Pablo Daniel**

**C.C.: 1709169773**

## AUTORÍA DEL TRABAJO

Los criterios emitidos en el Proyecto de Investigación “**Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en Centros Gerontológicos**”, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuesta son de exclusiva responsabilidad de mi persona, como autora de éste trabajo de grado.

Ambato, agosto 2019.

### LA AUTORA



.....  
**Vanessa Estefanía Sánchez Briceño**

**C.C.: 1804338695**

## **DERECHOS DE AUTOR**

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de éste Proyecto de Investigación o parte de él un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los derechos patrimoniales de mi Proyecto de Investigación, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de esta tesis, dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora

Ambato, agosto del 2019

## **LA AUTORA**



.....  
**Vanessa Estefanía Sánchez Briceño**  
**C.C.: 1804338695**

## **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO**

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Proyecto de Investigación, sobre el tema **“Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en Centros Gerontológicos”** de Vanessa Estefanía Sánchez Briceño, estudiante de la carrera de Diseño de Espacios Arquitectónicos, de conformidad con el Reglamento de Graduación para obtener el título terminal de Tercer Nivel de la Universidad Técnica de Ambato.

Ambato, agosto 2019.

Para constancia firman

.....

**PRESIDENTE**

**C.C.:**

.....

**MIEMBRO CALIFICADOR**

**C.C.:**

.....

**MIEMBRO CALIFICADOR**

**C.C.:**

## **DEDICATORIA**

El presente proyecto de investigación se lo dedicado a mis padres Ernesto Sánchez y Rosa Briceño, por ser mi soporte y fortaleza incondicional, por acompañarme en cada paso de mi carrera estudiantil y motivarme siempre a seguir adelante frente a todas las adversidades.

Vanessa Sánchez Briceño

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios sobre todas las cosas.

A mis padres por su amor, paciencia, y trabajo incondicional, gracias a ustedes he logrado llegar hasta aquí y convertirme en quien soy; a mis hermanos por ser la razón que me motiva a seguir adelante.

Agradezco a Andrés U. Quien durante todos estos años de carrera estudiantil ha sabido brindarme ánimos cuando más lo necesitaba, por extender su mano en momentos difíciles y apoyarme para continuar en todo momento y nunca renunciar.

De igual manera a mis amigas y futuras colegas, por todos los momentos que pasamos juntas, por ayudarme y apoyarme desinteresadamente.

Agradezco a la Universidad Técnica de Ambato, docentes y tutores por la formación, instrucción y guía para lograr esta meta.

Vanessa Sánchez Briceño

## INDICE GENERAL

PORTADA.....	i
CERTIFICACIÓN DEL TUTOR .....	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO .....	iii
DERECHOS DE AUTOR .....	iv
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO.....	v
DEDICATORIA .....	vi
AGRADECIMIENTO .....	vii
INDICE GENERAL .....	viii
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	xi
ÍNDICE DE ILUSTRACIONES.....	xi
ÍNDICE DE TABLAS.....	xiii
RESUMEN EJECUTIVO .....	xv
ABSTRACT .....	xvi
INTRODUCCIÓN .....	1

## CAPÍTULO I

### EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Tema.....	2
1.2. Planteamiento del problema.....	2
1.2.1. Contextualización.....	3
1.2.2. Análisis crítico.....	11
1.2.3. Prognosis .....	11
1.2.4. Formulación del problema.....	12
1.2.5. Preguntas directrices.....	12
1.2.6. Delimitación del objeto de investigación .....	12
1.3. Justificación.....	12
1.4. Objetivos .....	13
1.4.1. Objetivo general .....	13
1.4.2. Objetivos específicos .....	13

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO REFERENCIAL**

2.1.	Antecedentes investigativos .....	14
2.2.	Fundamentación filosófica .....	17
2.3.	Fundamentación legal .....	18
2.4.	Categorías fundamentales .....	23
2.4.1.	Red conceptual de la variable independiente .....	24
2.4.2.	Red conceptual de la variable dependiente .....	25
2.5.	Desarrollo conceptual de las variables .....	26
2.5.1.	Diseño de jardines como recurso terapéutico .....	28
2.5.1.1.	Jardines Terapéuticos .....	28
2.5.2.	Centro gerontológico .....	78
2.6.	Hipótesis .....	91
2.7.	Señalamiento de variables .....	91
2.7.1.	Variable independiente .....	91
2.7.2.	Variable dependiente .....	91

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

3.1.	Enfoque investigativo .....	92
3.2.	Modalidad básica de la investigación .....	93
3.3.	Nivel o tipo de investigación .....	93
3.4.	Población y Muestra .....	94
3.5.	Operacionalización de variables .....	106
	Variable independiente: .....	106
	Variable independiente .....	108
3.6.	Técnicas e Instrumentos .....	110
3.7.	Plan de recolección de la información .....	117
3.8.	Plan de procesamiento de la información .....	118

## **CAPÍTULO IV**

### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

4.1. Análisis del aspecto cualitativo.....	119
4.1.1. Resultados de entrevistas .....	119
4.1.2. Análisis de la Observación.....	134
4.1.3. Análisis de taller sensorial .....	144
4.2. Interpretación de resultados .....	149
4.2.1. Análisis de coincidencias de las entrevistas a los expertos.....	149
4.2.2. Análisis de resultados de aplicación de taller sensorial .....	152
4.2.3. Análisis de Potencialidades terapéuticas del diseño de jardines.....	158
4.2.4. Análisis de Necesidades terapéuticas de los adultos mayores en Centros gerontológicos.....	160
4.3. Verificación de Hipótesis.....	161
4.3.1. Triangulación de datos .....	162

## **CAPÍTULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

5.1. Conclusiones .....	164
5.2. Recomendaciones.....	166

## **CAPÍTULO VI**

### **PROPUESTA**

6.1. Título de la propuesta.....	167
6.2. Datos informativos.....	167

<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>168</b>
--------------------------	------------

<b>ANEXOS.....</b>	<b>178</b>
--------------------	------------

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1:</b> Relación causa- efecto del problema .....	10
<b>Gráfico 2:</b> Categorías fundamentales.....	23
<b>Gráfico 3:</b> Red conceptual variable independiente. ....	24
<b>Gráfico 4:</b> Red conceptual variable dependiente .....	25

## ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

<b>Ilustración 1:</b> Jardín terapéutico- Los sentidos en Coslada-España .....	29
<b>Ilustración 2:</b> Diseño de jardín meditativo .....	31
<b>Ilustración 3:</b> Diseño de jardín contemplativo .....	31
<b>Ilustración 4:</b> Jardín de Rehabilitación-Huerto .....	33
<b>Ilustración 5:</b> Uso del color de las Flores en Cromoterapia .....	41
<b>Ilustración 6:</b> Uso de Plantas medicinales en Aromaterapia al aire libre .....	42
<b>Ilustración 7:</b> Terapia de Horticultura para adultos mayores .....	43
<b>Ilustración 8:</b> Actividades de helioterapia en jardín.....	44
<b>Ilustración 9:</b> Actividades de Tai chi al aire libre .....	45
<b>Ilustración 10:</b> Líneas formadas en el jardín .....	47
<b>Ilustración 11:</b> Formas circulares en la composición del jardín.....	48
<b>Ilustración 12:</b> Rueda de color con 12 colores básicos .....	48
<b>Ilustración 13:</b> Esquema de color monocromático con variaciones de violeta .....	49
<b>Ilustración 14:</b> Esquema de color análogo con rojo a amarillo .....	49
<b>Ilustración 15:</b> Esquema de color complementario con naranja y azul.....	50
<b>Ilustración 16:</b> Proporción en plantas y hardscape.....	50
<b>Ilustración 17:</b> Equilibrio simétrico alrededor de un eje .....	51
<b>Ilustración 18:</b> Repetición de formas cuadradas en el jardín.....	52
<b>Ilustración 19:</b> Ilustrativo de estanque en jardín de meditación.....	63
<b>Ilustración 20:</b> Diseño de fuente de jardín.....	63
<b>Ilustración 21:</b> Diseño de jardín con mini cascada.....	64
<b>Ilustración 22:</b> Diseño de una pared llorona en el interior .....	64
<b>Ilustración 23:</b> Diseño de jardín en terraza.....	65
<b>Ilustración 24:</b> Ilustrativo de un diseño de jardín con escalones de piedra .....	66

<b>Ilustración 25:</b> Ilustrativo de jardinera de madera.....	66
<b>Ilustración 26:</b> Planta referencial del Centro gerontológico Caiam Patate .....	135
<b>Ilustración 27:</b> Jardín y espacio de esparcimiento del Centro Gerontológico.....	136
<b>Ilustración 28:</b> Aseo del adulto mayor en el centro gerontológico.....	138
<b>Ilustración 29:</b> Toma de signos vitales del adulto mayor en el centro gerontológico..	138
<b>Ilustración 30:</b> Adulto mayor alimentándose en centro gerontológico .....	139
<b>Ilustración 31:</b> Adulto mayor realizando actividades grupales .....	140
<b>Ilustración 32:</b> Actividades físicas del adulto mayor en el centro gerontológico .....	140
<b>Ilustración 33:</b> Adulto mayor realizando actividades lúdicas .....	141
<b>Ilustración 34:</b> Adulto mayor jugando villar en su tiempo libre: .....	141
<b>Ilustración 35:</b> Preparación del Adulto mayor para dormir.....	142
<b>Ilustración 36:</b> Personal del centro gerontológico Caiam Patate.....	143

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1:</b> Plantas Arbustivas más comunes.....	53
<b>Tabla 2:</b> Plantas herbáceas más comunes.....	54
<b>Tabla 3:</b> Plantas Tuberosas más comunes.....	54
<b>Tabla 4:</b> Plantas Bulbosas más comunes .....	55
<b>Tabla 5:</b> Plantas Trepadoras más comunes .....	55
<b>Tabla 6:</b> Cactus y suculentas más comunes .....	55
<b>Tabla 7:</b> Plantas Trepadoras más comunes .....	56
<b>Tabla 8:</b> Plantas de sombras más comunes .....	56
<b>Tabla 9:</b> Plantas estéticas- ornamental común de la Región Andina .....	57
<b>Tabla 10:</b> Plantas medicinales más comunes .....	59
<b>Tabla 11:</b> Materiales pétreos .....	61
<b>Tabla 12:</b> Selección de participantes del taller de estimulación .....	95
<b>Tabla 13:</b> Selección de profesionales.....	96
<b>Tabla 14:</b> Operacionalización variable dependiente .....	107
<b>Tabla 15:</b> Operacionalización variable independiente.....	109
<b>Tabla 16:</b> Técnicas e instrumentos.....	110
<b>Tabla 17:</b> Formato de Cuestionario de Entrevista 1.....	112
<b>Tabla 18:</b> Formato de Cuestionario de Entrevista 2.....	113
<b>Tabla 19:</b> Formato de Cuestionario de Entrevista 3.....	114
<b>Tabla 20:</b> Formato de Cuestionario de Entrevista 4.....	115
<b>Tabla 21:</b> Formato Ficha de Observación de un día en la vida de un adulto mayor.....	115
<b>Tabla 22:</b> Formato Bitácora de Campo del taller dedicado al adulto mayor .....	116
<b>Tabla 23:</b> Plan de recolección de información.....	117
<b>Tabla 24:</b> Análisis de entrevistas .....	119
<b>Tabla 25:</b> Esquematización de actividades – Modalidad Residencial .....	137
<b>Tabla 26:</b> Esquematización actividades– Modalidad Diurna.....	137
<b>Tabla 27:</b> Bitácora de campo del taller de estimulación para adultos mayores. ....	144
<b>Tabla 28:</b> Análisis de coincidencias de entrevistas a expertos.....	149
<b>Tabla 29:</b> Análisis de los resultados del taller de estimulación del adulto mayor. ....	152
<b>Tabla 30:</b> Potencialidades terapéutica del diseño de jardines .....	158

**Tabla 31:** Necesidades Terapéuticas de los adultos mayores ..... 160

**Tabla 32:** Tabla de Triangulación de datos ..... 162

## **RESUMEN EJECUTIVO**

En el presente trabajo de titulación se pudo determinar que el entorno físico-social en el que se desarrollan los adultos mayores está asociado al ambiente y bienestar de los mismos. En los centro gerontológico se ha evidenciado que esta población presenta limitantes en cuanto a sus actividades en espacios al aire libre, lo que podría generar monotonía y aislamiento, lo que a su vez, podría traer como consecuencia cambios negativos en su estado de ánimo y comportamiento. Con base en lo anterior, el objetivo de este estudio fue evaluar los jardines terapéuticos como una alternativa para mejorar el estado emocional, psicológico y físico de los adultos mayores mejorará su nivel energético. Los jardines terapéuticos tienen como objetivo principal la recuperación o rehabilitación de los usuarios por medio de las distintas potencialidades terapéuticas que brindan los distintos tipos de vegetaciones existentes, por medio de la textura, color, tamaño, olor, forma; beneficiando el estado emocional, psicológico y fisiológico de todas las personas que visitan el área. La propuesta radica en crear áreas de recreación y animación para los adultos mayores y personal del centro gerontólogo Caiam Patate, ubicado en Patate- Tungurahua, incorporando actividades que se realizara en el lugar, tomando en cuenta la situación actual de los adultos mayores, También se plantea aprovechar un área en descanso que ayudaría a mejorar la calidad de vida, por otro lado se aplicará áreas de terapia física y terapia mental, dándoles un espacio destinado a mejorar la calidad de vida del adulto mayor que habitan en el asilo. Mediante la observación y encuesta se hará una evaluación del lugar y obtendrá los requisitos necesarios para mejorar el asilo. Tomando como referencia material, vegetación y áreas de distintas índoles que se han implementado en proyectos similares de otros países.

**PALABRAS CLAVE: DISEÑO DE JARDÍN, POTENCIALIDADES TERAPÉUTICAS, CENTRO GERONTOLÓGICO, ADULTO MAYOR.**

## **ABSTRACT**

In the present titling work it was determined that the physical-social environment in which the elderly develop is associated with their environment and well-being. In the geronological center it has been shown that this population has limitations in terms of their activities in outdoor spaces, which could generate monotony and isolation, which in turn could result in negative changes in their mood and behavior. Based on the above, the objective of this study was to evaluate therapeutic gardens as an alternative to improve the emotional, psychological and physical state of older adults will improve their energy level. The therapeutic gardens have as main objective the recovery or rehabilitation of the users through the different therapeutic potentials offered by the different types of existing vegetation, through the texture, color, size, smell, shape; benefiting the emotional, psychological and physiological state of all the people who visit the area. The proposal is to create recreation and entertainment areas for the elderly and staff of the Caiam Patate gerontologist center, located in Patate-Tungurahua, incorporating activities that will be carried out in the place, taking into account the current situation of the elderly. It proposes taking advantage of a rest area that would help improve the quality of life, on the other hand, physical therapy and mental therapy areas will be applied, giving them a space to improve the quality of life of the elderly living in the asylum. Through the observation and survey an evaluation of the place will be made and you will obtain the necessary requirements to improve asylum. Taking as reference material, vegetation and areas of different kinds that have been implemented in similar projects in other countries.

**KEYWORDS: GARDEN DESIGN, THERAPEUTIC POTENTIALITIES, GERIATRIC CENTRE, OLDER PERSON.**

## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación tiene como Tema “Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos”. Su importancia se fundamenta en la necesidad de incorporar en este tipo de instituciones diferentes zonas que promuevan a los adultos mayores de distintas terapias y actividades recreativas en entornos naturales, con el fin de brindar una amplia variedad de beneficios, promoviendo el envejecimiento activo y saludable.

Este trabajo está estructurado por capítulos:

Capítulo I. EL PROBLEMA, que contiene: contextualizaciones a nivel macro, meso y micro, que hace relación al origen del problema en un panorama a nivel mundial, Continental, y Nacional respectivamente, además consta de análisis crítico, prognosis, preguntas directrices, delimitación del objeto de estudio y objetivos.

Capítulo II. MARCO TEÓRICO que contiene: antecedentes investigativos, fundamentaciones, categorías fundamentales, hipótesis y señalamiento de variables.

Capítulo III. METODOLOGÍA, que contiene: enfoque, tipo y nivel de la investigación, población, muestra, Operacionalización de variables y las herramientas necesarias para el desarrollo de la investigación de campo.

Capítulo IV. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS, que contiene: análisis de resultados obtenidos a través de la aplicación de entrevistas, observación, y taller aplicado a los adultos mayores y la verificación de hipótesis por medio de la triangulación de datos.

Capítulo V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES, que contiene: conclusiones y recomendaciones pertinentes de acuerdo al cumplimiento de los objetivos planteados en el trabajo de investigación.

Capítulo VI. PROPUESTA, que contiene: datos informativos, antecedentes, justificación, objetivos, metodología de diseño, memoria técnica, estado actual del espacio a intervenir, diferentes análisis (Contexto, usuario), consideraciones básicas para la propuesta, memoria descriptiva, Planos y/o síntesis gráfica, presupuesto, conclusiones y recomendaciones.

Se concluye con la bibliografía y anexos en los que se incorpora los instrumentos utilizados en la investigación de campo.

# CAPÍTULO I

## EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### 1.1. Tema

Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos.

### 1.2. Planteamiento del problema

A través del tiempo los diferentes tipos de centros de curación fueron construidos de tal manera que dejaban grandes áreas verdes para que los funcionarios, pacientes y familiares se beneficiaran de la naturaleza, pero poco a poco este tipo de establecimientos terapéuticos reemplazaron los jardines por garajes y espacios de concreto, o utilizándolos como un pequeño espacio de decoración, dejando a un lado el poder de sanación por medio de las plantas. (Mulé, 2015)

Entre los años 1950 a 1990 se pierde completamente el concepto del valor terapéutico de la naturaleza en la mayor parte de los hospitales occidentales. Predomina el ‘internacional style’, con la construcción de edificios hospitales semejantes a torres de oficinas, con ventilación e iluminación artificial en los dormitorios, donde no existe el contacto con el exterior, incluso en las salas de espera. Donde los espacios exteriores son de uso exclusivo para las maquinarias o dedicados a estacionamientos. (Mulé, 2015, p. 140)

Como es mencionado en el texto con el paso de los años en instituciones hospitalarias a los jardines se les da un espacio nulo o reducido con una única función decorativa, dejando a un lado las potencialidades terapéuticas del mismo. La belleza de un jardín no solo se encuentra en sus flores de colores, sino más bien en la riqueza que brindan por su diversidad al ofrecer plantas con diferentes funciones y utilidades como los son: frutales, medicinales, aromáticas, leguminosas, etc. Siendo una fuente inagotable de beneficios para el ser humano.

Al estudiar esta problemática es necesario enfocarla al beneficio del adulto mayor ya que es importante mencionar diferentes terapias por medio de los jardines desde un panorama más amplio; es decir que a los jardines no se los considere como un elemento de decoración en centros gerontológicos, sino que brinden una amplia variedad de beneficios, incluyendo entre ellos servicios curativos que cubran sus necesidades terapéuticas promoviendo el envejecimiento activo y saludable.

### **1.2.1. Contextualización**

#### **Macro**

A nivel mundial, históricamente se ha podido determinar que el arte del jardín nació con la civilización egipcia y luego se desarrolló en Babilonia y Persia, lugar donde existieron jardines de avanzada ingeniería. Los datos y antiguos documentos encontrados, permiten reflejar que el jardín se utilizó como un armonioso elemento relacionado entre hombre y la naturaleza. Esta idea nace también en el extremo Oriente, existiendo una cultura centrada en el jardín y arraigada en pensamientos ecológicos se originó hace más de dos mil años. (Machuca, 2015)

Desde el inicio de las civilizaciones, a los jardines se los ha relacionado directamente con el ser humano, ya que estos han sido los lugares en donde se realizaban diferentes tipos de ceremonias, y han sido proveedores de huertos siendo estos la principal fuente de alimento y plantas medicinales, creando un lazo entre la naturaleza y el bienestar del hombre.

En el Antiguo Egipto se han encontrado los primeros documentos históricos sobre la aparición de jardines, entre los escritos más importantes se encuentran la piedra de Patermo, el libro de los muertos, una maqueta de un jardín junto con varios muros pintados con variedad de plantas en el Templo de Karnak, son estas representaciones las que permiten hacerse una idea de las espacios y elementos más utilizadas. La idea era que los jardines crearan oasis artificiales en los palacios, por la presencia de los grandes desiertos, pero no solo a los nobles y faraones se les atribuía la presencia vegetación, sino que en cada hogar podía disponer de un huerto pequeño conformado por macetas con plantas, ya que esto fortalecía el vínculo el amor y el respeto hacia el ambiente y la naturaleza. (García, 2012)

Por otra parte entre las siete maravillas del mundo antiguo se encuentran los jardines colgantes de babilonia siendo este un icono de la civilización Mesopotámica.

Los jardines colgantes se colocaron junto al palacio y se elevaban de forma espectacular sobre la llanura y el río Éufrates (...). Los profundos contenedores de tierra sustentados por columnas y perfectamente impermeabilizados permitían el cultivo de grandes árboles y plantas que asomaban y colgaban por los muros. Los jazmines, rosas y narcisos impregnaban el aire con sus maravillosos perfumes, y los árboles frutales proporcionaban un fresco alimento a los afortunados que podían pasar las horas en estos jardines. (Ramos L. , 2015)

Siendo los Jardines colgantes de Babilonia un escenario natural inigualable donde el hombre se encontraba en contacto con la naturaleza y podía gozar de diferentes beneficios sensoriales; atribuyendo poderes curativos a los espacios ajardinados ya que estos aportaban en la recuperación y mejora del ser humano al brindar lugares que transmitían paz y tranquilidad.

Por otro lado en Persia los jardines se caracterizaban por prácticamente ser oasis ya que eran lugares paradisiacos donde la vegetación era abundante, brindando una sensación de tranquilidad y relajación, surgieron así diferentes tipos de jardines persas, resaltando entre ellos el jardín Meydan siendo este un espacio público donde las plantaciones y huertos cumplen un papel muy importante: también están los jardines privados denominados Chagar Bagh pertenecientes a las personas adineradas, están los jardines clásicos, o Hayat donde los elementos decorativos como arcos y estanques se llevan el protagonismo dejando a un lado a la vegetación, y finalmente los modelos de jardines Bagh en donde la naturaleza juega un papel importante brindando una sensación de tranquilidad a las viviendas. (Vallés, 2014)

En definitiva los tres principales lugares en donde se fundó la historia de los jardines fueron Egipto, Mesopotamia y Persia, donde posteriormente otras culturas tomaron rasgos similares adoptándolos según sus necesidades.

Posteriormente Roma fue uno de los lugares donde destacaron los jardines curativos o de regeneración, Bonells (2017) menciona “Los jardines romanos eran lugares de paz y tranquilidad, un refugio de la vida urbana y un lugar lleno de significados simbólicos y religiosos(...). Fue en Roma donde se desarrolló más el estudio de la horticultura”.

Además la cultura oriental es un claro ejemplo en el ámbito de jardinería ya que está orientada a la sanación del alma al crear un vínculo y armonía entre lo material y lo espiritual, los jardines eran diseñados con el fin de proveer un espacio natural equilibrado, en donde el hombre gozara de un ambiente donde pudiera meditar, reflexionar, y llenara de paz y armonía el alma. (Martel, 2014)

A través del tiempo los diferentes tipos de centros de curación fueron construidos de tal manera que dejaban grandes áreas verdes para que los funcionarios, pacientes y familiares se beneficiaran de la naturaleza, pero poco a poco estos fueron reemplazados

por garajes y espacios de concreto, o utilizándolos como decoración, dejando a un lado el poder de sanación del contacto del hombre con la naturaleza.

Entre los años 1950 a 1990 se pierde completamente el concepto del valor terapéutico de la naturaleza en la mayor parte de los hospitales occidentales. Predomina el 'internacional style', con la construcción de edificios hospitales semejantes a torres de oficinas, con ventilación e iluminación artificial en los dormitorios, donde no existe el contacto con el exterior, incluso en las salas de espera. Donde los espacios exteriores son de uso exclusivo para las maquinarias o dedicados a estacionamientos. La 'productividad' de la institución está basada en la ganancia y eficiencia en muchos casos, perdiendo la empatía con el paciente. Ya no se trata de dar un servicio a la comunidad, son y funcionan como empresas en donde la ganancia tiene prioridad. (Mulé, 2015, p. 140)

Como es mencionado en el texto con el paso de los años en instituciones hospitalarias a los jardines se les da un espacio nulo o reducido con una función decorativa, dejando a un lado las potencialidades terapéuticas del mismo. La belleza de un jardín no solo se encuentra en sus flores de colores, sino más bien en la riqueza que brindan por su diversidad al ofrecer plantas con diferentes funciones y utilidades como los son: frutales, medicinales, aromáticas, leguminosas, etc. Siendo una fuente inagotable de beneficios para el ser humano.

El concepto de estos jardines meditativos y regeneradores se pierde con la decadencia de los hospitales-monasterios en los siglos XIV y XV. La sanidad queda básicamente en manos de la autoridad eclesiástica y la mayor preocupación era la de construir grandes salas desde donde todos los pacientes pudiesen seguir la misa. (...). Hay que llegar a los siglos XVII y XVIII cuando se vuelve a tener en cuenta la importancia de la higiene, el aire fresco y la ventilación cruzada, para que se vuelva a considerar la importancia del espacio exterior como curativo. (Mulé, 2015, pp. 140, 141)

Con el paso del tiempo los jardines fueron perdiendo su valor terapéutico hasta llegar a los siglos XVII y XVIII en donde nuevamente esta tendencia es retomada y vuelve el concepto de jardines sanadores y curativos.

Entre los siglos XVIII y XIX se da la construcción de hospitales sitiados de grandes jardines con bellas vistas, dando resultados positivos en el tratamiento de diversas enfermedades. Con ellos se crearon diversas teorías sobre los efectos positivos de los jardines y la recuperación de los pacientes de los centros curativos. Las diferentes investigaciones fueron contribuyendo con aportes científicos que apoyaban la premisa de que la relación de la naturaleza con las personas aporta en su bienestar físico y

emocional, esto se lo realizó por medio de diferentes parámetros medibles en la salud que permitieron evidenciar la disminución de estrés, depresión y pensamientos negativos, mejorando notablemente su recuperación. (Martel, 2014)

Así la relación entre la naturaleza y las personas va evolucionando cada día, favoreciendo la recuperación física y mental, y en general, mejorando el estado de salud funcional y las habilidades de las personas mayores. Existe una relación directa entre la irritabilidad y la ausencia de un entorno natural, o más bien diremos que la naturaleza influye positivamente en el comportamiento humano. (Ramos E. , 2016)

Con el paso de los años los jardines han retomado su concepto terapéutico o de curación, siendo este uno de los principales medios de aporte a usuarios con diferentes problemas en la salud física o mental, ya que es un medio de conexión con la naturaleza proveyendo calma y relajación. Las diferentes zonas de estos espacios verdes estaban orientadas a estimular de manera emocional al usuario por medio de recursos naturales, aportando también al fortalecimiento cardiaco, respiratorio y muscular.

En las últimas dos décadas, los jardines con cualidades terapéuticas han comenzado a aparecer en los centros de salud de EE. UU. Y el Reino Unido. Ahora se están diseñando ‘jardines de curación’ para apoyar el tratamiento de pacientes con afecciones específicas.

La idea de que la naturaleza tiene un efecto calmante y reparador no es nada nuevo. Desde cuidadores monásticos medievales hasta los jardines de los asilos mentales del siglo XIX, los cuidadores ilustrados han reconocido que el acceso al exterior tiene un efecto saludable en la salud mental y física de una persona. Con el inicio de la medicina moderna y su énfasis en el tratamiento a través de la cirugía y los medicamentos, este conocimiento se perdió o se consideró «no científico». Las técnicas de construcción de gran altura crearon entornos médicos donde los pacientes estaban divorciados del aire libre. (Barrera, 2015)

Los jardines terapéuticos han sido incluidos en diversos Centros hospitalarios debido a la gran cantidad de beneficios en la salud que brinda a los pacientes de los mismos, caracterizados y potencializar el estímulo sensorial y emocional de las personas. En la actualidad el diseño de jardines terapéuticos está siendo implementado en diferentes instituciones ya sean hospitalarias, oficinas, establecimientos educativos, parques etc. Debido al gran aporte al bienestar emocional y físico de las personas.

A partir del siglo XX, la demanda a del uso de jardines como fuente de bienestar ha ido incrementando por diferentes normas gubernamentales que incentivan a la

sociedad a conservar y valorara el ambiente natural, con el fin de mejorar el estilo de vida y preservar el planeta en el que habitamos.

## **Meso**

Los países donde más se han estudiado los efectos terapéuticos de los jardines y el aporte de la vegetación en la salud física y mental de las personas son en Europa, Canadá y Estados Unidos. Además uno de los países más evolucionado a nivel de Latino América es Chile ya que ha utilizado este concepto para la creación de espacios verdes terapéuticos en el interior de los hospitales, la Fundación Cosmos en alianza con la Fundación Inspira han restaurado ya seis jardines transformándolos en espacios sanadores. Estos espacios contienen elementos naturales que se encargan de potenciar las cualidades terapéuticas de las naturalezas aplicadas a usuarios con requerimientos específicos. (Revista Invitro, 2018)

En el continente Europeo resaltan varios proyectos de jardines terapéuticos entre ellos está, en España en la localidad madrileña Coslada, se encuentra ubicado en un parque público uno de los jardines terapéuticos más reconocidos denominado 'Los Sentidos', este fue diseñado por Jardines PALMLÖF, en el cual existen 4 módulos destinados a diversas terapias que aportan en el bienestar físico, cognitivo y sensorial de los adultos mayores del lugar. (GeriatricArea, 2018)

Por otro lado en Chile, las instituciones médicas están incorporando a las los jardines y áreas verdes como medio de terapia y estimulación de sus pacientes, Un claro ejemplo es la Clínica Los Coihues, establecimiento especializado en Neurorehabilitación, que actualmente cuenta con áreas verdes, jardines, senderos, con diferentes materiales naturales que brinda diferentes tipos de terapia a los pacientes que han sufrido problemas cerebrovasculares, y neurológicos, ayudándolos a volver a caminar o a usar la silla de ruedas. Sucede algo similar en el Instituto Nacional de Rehabilitación Pedro Aguirre Cerda, en Peñalolén en donde los pacientes pueden realizar diferentes actividades de rehabilitación en las áreas verdes, ya que se encuentran diseñadas con jardines llamativos, rampas con pasamanos y suelos con diferentes sustratos. (Leighton , 2014)

En el Hospital del Salvador se puede encontrar diferentes espacios naturales ya sea en el exterior o en el interior, estos tienen como objetivo crear un escenario natural

que ayude a mejorar la salud mental de sus pacientes. Siendo un claro ejemplo de recuperación de los espacios verdes en centros hospitalarios ya que ahora estos espacios forman parte de una rutina de recuperación. Esta iniciativa se multiplica en dos Hospitales más, en el Instituto Nacional del Cáncer y el Family Life Center institución especializada en atención a pacientes con Alzheimer, en donde se incorporan diferentes recursos de los jardines como: aromas, fragancias, colores, texturas y sonidos que ayudan a estimular la memoria y los recuerdos, también proporcionando ambientes que fomenten el ejercicio y la calma. (Leighton , 2014)

En México, se construyó un jardín terapéutico ubicado en la Universidad de Sotavento el cual tiene como objetivo que los estudiantes de Fisioterapia utilicen las áreas verdes como medio de rehabilitación física para adultos mayores. El diseño del jardín permite que los pacientes se recuperen a través de actividades de estimulación por medio de diferentes texturas naturales y también con actividades físicas como caminatas diarias y ejercicios pasivos que ayuden a aumentar la resistencia física, respiratoria y cardíaca. También este tipo de espacios permiten mejorar el estado anímico del usuario ya que disminuye el estrés. (Liberal del Sur, 2018)

Por otra parte Perú es otro de los países que se ha destacado por contar con un jardín terapéutico llamado Museo Jardín de los Sentidos, este está ubicado en el sector de Barraza (Trujillo) cerca del Museo de Arte Moderno de Gerardo Chávez. El objetivo de este lugar es que las personas que lo visiten tengan un reencuentro consigo mismo y conecten con la naturaleza y también con su esencia. Cuenta con diferentes zonas en las que se realizan actividades que estimulan los sentidos, y diferentes ejercicios de meditación, brindando una sensación de paz y tranquilidad. (Sánchez, 2018)

### **Micro**

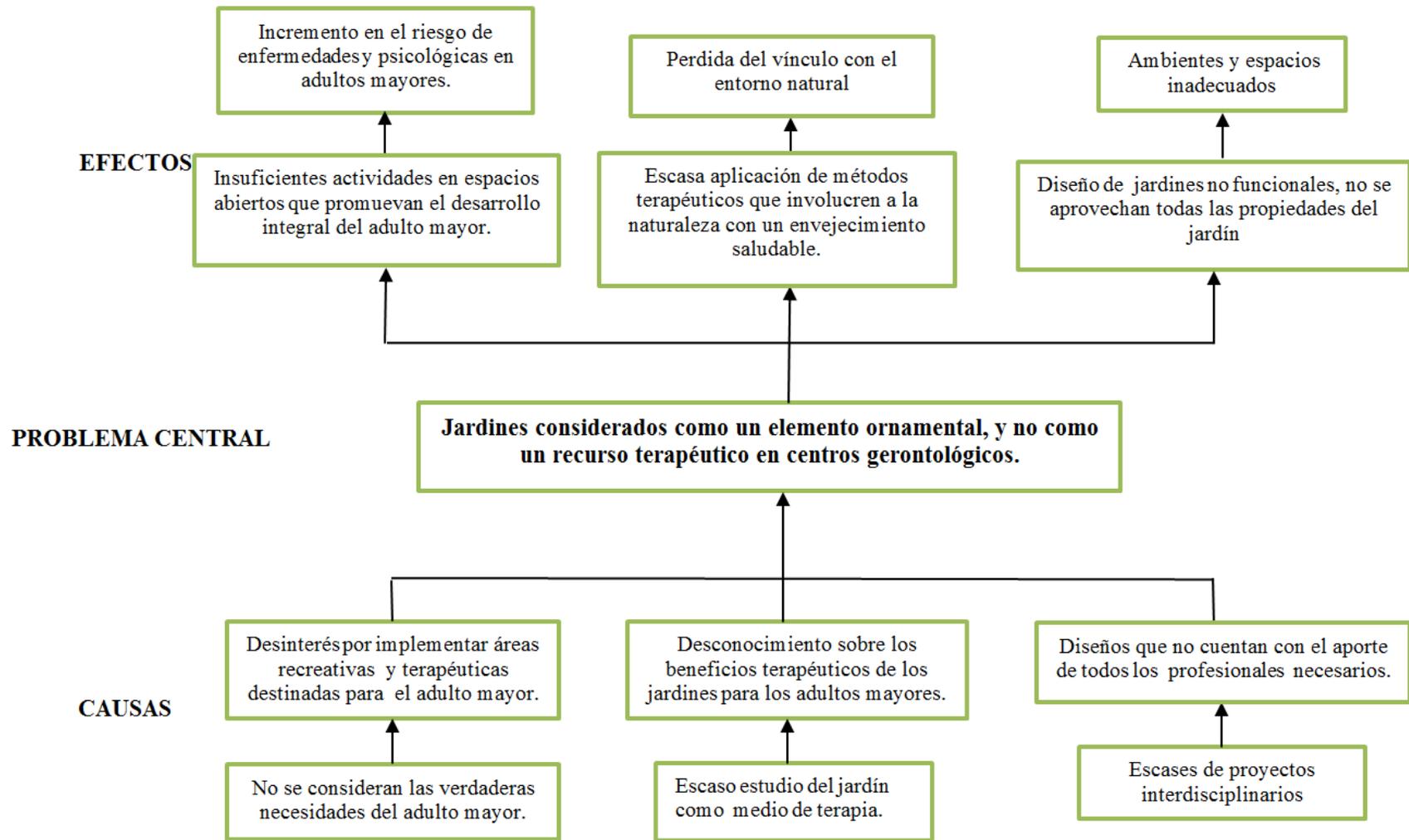
El país de Ecuador se caracteriza por su biodiversidad, uno de los recursos más ricos con los que contamos es la vegetación, destacando con una inmensa variedad de plantas medicinales, sus usos curativos vienen del conocimiento ancestral de diferentes comunidades que vinculan estrechamente los beneficios de la naturaleza con el ser humano. “Así en la herbología tradicional existen plantas utilizadas con fines medicinales que alivian algunos síntomas de enfermedades pero no conoce la base que

exige la ciencia formal, pues su aplicación es por simple experiencia”. (El telégrafo, 2012)

Es importante mencionar que nuestro país es una fuente inagotable de recursos naturales que provee al ser humano un sinnúmero de beneficios curativos y terapéuticos.

Actualmente en Ecuador en la ciudad de Quito, según el Ministerio de Salud Pública (2013) “Ya existe un Hospital donde se están sembrando plantas medicinales, hortalizas, árboles frutales y flores para alegrar el cuerpo y sanar las penas”.

La construcción de este jardín terapéutico en el Hospital de Atención Integral del Adulto Mayor , tiene por objetivo aportar en el bienestar físico, mental y sensorial de los pacientes y trabajadores de la institución, a través de una terapia alternativa ya que no es farmacológica, sino esta se basa en el uso de diferentes tipos de plantas y sus cualidades ya sean medicinales, aromáticas o por sus colores y texturas, las cuales cumplen una función terapéutica al estimular los sentidos de los usuarios. (Ministerio de Salud Pública, 2013)



*Gráfico 1 Relación causa- efecto del problema*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

### **1.2.2. Análisis crítico**

El ser humano al atravesar la etapa final del ciclo vital, presentan complicaciones en la salud, ya que adquiere diferentes cambios biológicos y psicológicos, por este motivo tienen necesidades especiales que no siempre son tomadas en cuenta; existiendo así un desinterés por la sociedad al no cumplir con todos estos requerimientos necesarios para los ancianos. Una de ellas es la escasez de áreas destinadas a terapias, actividad física, estimulación y recreación lo que provoca un avance en el deterioro de la movilidad y agilidad mental del adulto mayor.

Uno de los espacios que se ha dejado de lado son las áreas verdes en centros gerontológicos, ya que solo se lo considera como un espacio de ornamento o decoración, olvidando el impacto positivo que tiene en la salud de las personas. El desconocimiento de los beneficios de los jardines en los adultos mayores, junto con la escasa aplicación de métodos terapéuticos que involucren a la naturaleza, incrementan el avance de enfermedades psicológicas (depresión, ansiedad y estrés) y físicas, factores que repercuten en una muerte temprana.

### **1.2.3. Prognosis**

Si el problema identificado en los centros gerontológicos persiste, se perderá la relación del adulto mayor con el entorno natural, al no realizar actividades y terapias en espacios abiertos que involucren a la naturaleza también se incrementará el riesgo de enfermedades físicas y psicológicas.

Las actividades diarias del adulto mayor se vuelven una rutina monótona dentro de un espacio cerrado, por ello es importante contar con un espacio que cumpla con todas sus necesidades, no solo un jardín ornamental sino un lugar al aire libre donde puedan socializar, distraerse, relajarse e incluso realizar sus terapias de una manera diferente, en el caso de no contar con un espacio donde puedan realizar sus actividades físicas, estimular sus sentidos y comunicarse, esto se verá reflejado en el estado de ánimo, afectando a la salud mental y bienestar emocional, los cuales son elementos de vital importancia en las personas de la tercera edad. Este cuadro podría empeorar provocando que los adultos mayores padezcan depresión y en ocasiones extremas hasta la muerte.

#### **1.2.4. Formulación del problema**

¿De qué manera el diseño de jardines puede ser un recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos?

#### **1.2.5. Preguntas directrices**

1. - ¿Cuáles son las potencialidades terapéuticas del diseño de jardines?
- 2.- ¿Qué necesidades terapéuticas tiene el adulto mayor en los centros gerontológicos?
- 3.- ¿Cómo se puede aplicar el diseño de jardines como recurso terapéutico en centros gerontológicos?

#### **1.2.6. Delimitación del objeto de investigación**

**Campo:** Diseño de espacios arquitectónicos

**Área:** Diseño de jardines

**Aspecto:** Jardines terapéuticos

**Período:** Marzo – Agosto 2019.

**Delimitación espacial:** Tungurahua -Patate

**Unidad de observación:** Centros Gerontológicos- Población adulto mayor

### **1.3. Justificación**

La importancia del presente proyecto radica en que los adultos mayores que residen en centros gerontológicos cuenten con un espacio apto para realizar diferentes actividades que sirvan de terapia, fomentando el vínculo del ser humano con la naturaleza a través del diseño de un jardín terapéutico que impulse la calidad de vida de personas de la tercera edad, aprovechando los beneficios de los recursos naturales.

El impacto de la investigación es de carácter social ya que se pretende estudiar a los adultos mayores, su modo de vida, hábitos y costumbres, para identificar sus necesidades y requerimientos. También se pretende fomentar en los habitantes del país el estudio y la aplicación de los diferentes métodos terapéuticos a través de los espacios verdes y entornos naturales.

La investigación tendrá como beneficiarios directos a los adultos mayores por el uso del espacio de manera habitual y el personal de los centros gerontológicos. Por otro lado los beneficiarios indirectos serán los familiares y visitantes.

El proyecto es factible, ya que en el lapso de 6 meses se recolectara la información necesaria a través de diferentes fuentes bibliográficas, y profesionales en diferentes ámbitos que apoyaran con su conocimiento al ser partícipes de entrevistas, además se cuenta con el apoyo de un Centro gerontológico donde se recopilara información sobre las necesidades terapéuticas del adulto mayor por medio de técnicas de investigación etnográfica como un día en la vida de: (el adulto mayor ), fichas de observación y a más de ello, un pequeño taller con un grupo de adultos mayores a los que se les someterá a distintos estímulos sensoriales por medio de plantas y elementos naturales, para obtener resultados sobre las potencialidades terapéuticas de las plantas . Teniendo así los medios necesarios para realizar una investigación de calidad que contribuirá con información a futuros proyectos.

#### **1.4. Objetivos**

##### **1.4.1. Objetivo general**

Analizar el diseño de jardines para utilizarlo como recurso terapéutico en centros gerontológicos.

##### **1.4.2. Objetivos específicos**

- Identificar las potencialidades terapéuticas del diseño de jardines, a través de relevamiento bibliográfico y entrevistas a profesionales.
- Determinar las necesidades terapéuticas del adulto mayor en centros gerontológicos mediante un análisis de usuario y entrevistas a profesionales.
- Proponer el diseño de un jardín a través de la interpretación de las necesidades terapéuticas del adulto mayor en un centro gerontológico.

## CAPÍTULO II

### MARCO REFERENCIAL

#### 2.1. Antecedentes investigativos

Para el vigente proyecto de investigación se toma como antecedentes investigativos información similar a la problemática planteada, al hablar del ámbito de diseño de jardines terapéuticos existen diversos estudios realizados desde diferentes puntos de vista, que toman en consideración la relación entre los espacios verdes de diferentes centros hospitalarios o de recuperación con el bienestar físico y emocional de los usuarios, aquí algunas de las conclusiones conseguidas:

Según la Organización Mundial de la Salud (2004). Desde un ámbito psicológico se ha evidenciado en base a estudios que el estar en contacto con áreas verdes aporta en la salud mental de las personas. Al hablar de salud mental se refiere al estado de bienestar que permite a los usuarios desenvolverse en su vida diaria de una manera productiva haciendo a un lado el estrés.

Uno de los estudios que demuestra como el estar rodeado de un entorno natural puede beneficiar a las personas, es así que Roger Ulrich (1984) a través de un artículo publicado por la revista Science, titulado “La vida a través de una ventana puede intervenir en la rehabilitación de una intervención quirúrgica” expone como las vistas de las ventanas en las habitaciones de los pacientes de un hospital en Pennsylvania influyen en el proceso de su recuperación, tomando en cuenta investigaciones anteriores puso a prueba su hipótesis a través de un experimento en el que pudo observar el proceso de recuperación de 46 pacientes que fueron intervenidos quirúrgicamente, de los que 23 tuvieron una recuperación en una habitación con un ventana que tenía vista a un muro de ladrillos y los otros 23 pacientes pasaron su recuperación en habitaciones con las mismas características a excepción de la vista del ventanal en el que podía divisar jardines con árboles, como resultado obtuvo que los pacientes que tenía vista a un entorno natural tuvieron una recuperación pronta y tomaron menor cantidad de analgésicos que los pacientes que no dispusieron de vistas naturales.

El estudio demuestra que el tiempo de recuperación, y el uso de medicamentos están estrechamente relacionados con el contacto visual de un entorno natural a través

de una ventana llagando a tener grandes beneficios al solo mirar el paisaje, se puede llegar a disminuir el estrés y la ansiedad después de la intervención médica. (Ulrich, 1984, págs. 420-424)

Por otro lado está el trabajo investigativo de Granda Mishel (2017), realizado en la Universidad de Guayaquil, con el tema; “Diseño de Jardín para el Hogar de Ancianos Girasol del Cantón Daule utilizando espacios abiertos con áreas recreacionales y de rehabilitación.”. El trabajo tiene como objetivo general: Brindar a los adultos mayores, indistintamente de su sexo, un lugar donde se les proporcione seguridad física, emocional y afectiva. Satisfacer sus necesidades emocionales y salud. Donde se pudo confirmar que “los adultos mayores necesitan espacios verdes que provean el descanso, rehabilitación y distracción para que puedan afrontar esta etapa de su vida de una manera agradable”. (Granda, 2017, p. 45)

Es importante la implementación de diferentes áreas que promuevan un envejecimiento saludable, una de estas áreas es el jardín destinado a la mejora física y mental de sus usuarios ya que estos necesitan espacios verdes que promuevan su rehabilitación y restauración.

De igual manera los investigadores Sempik, Aldridge y Becker de la Universidad de Loughborough (Reino Unido) han realizado un trabajo de análisis de 131 textos sobre los logros de la horticultura y la jardinería en numerosos y diferentes proyectos terapéuticos. A modo representativo de los variados y contundentes resultados obtenidos, se reseñan a continuación de ellos: En intervenciones específicas de horticultura terapéutica con dos jóvenes diagnosticados con Trastorno generalizado del desarrollo y trastorno del espectro autista y problemas de salud mental y de comportamiento en un centro residencial de educación especial, constataron beneficios en ambos. Así respecto de uno de los usuarios relatan que los incidentes que solía tener antes de comenzar con las sesiones, habían descendido de un 73% al año a un 6%. Respecto a los efectos de la horticultura terapéutica sobre las personas mayores, un importante estudio sobre actividad física y factores de riesgo en enfermedades coronarias y de corazón realizado sobre un grupo de personas de la Tercera Edad de Holanda, reveló que había una reducción estadísticamente significativa en los individuos que realizaban actividades de jardinería u horticultura.

Otro estudio realizado por Zamora (2017), en la Universidad de Guayaquil, con el tema; “Propuesta de diseño de jardín terapéutico para internos, pacientes y personal del Hospital Dr. Teodoro Maldonado Carbo” llega a la conclusión de que:

La creación de la malla vegetal mejorará el estado acústico del área ya que con el mejorará un área importante del jardín absorbiendo ondas sonoras en donde se genera la tranquilidad y espacios de conservación además regulará aún más la temperatura así mismo oxigenará el ambiente y mejorará una parte estética del lugar. (Zamora, 2017, pág. 69)

Según Hazen (2013) Los jardines terapéuticos están conformados por zonas en donde se incluyen diferentes tipos de actividades programadas, una de ella es la terapia de horticultura la cual promueve el vínculo entre las plantas y el entorno natural con las personas, a través de diferentes estímulos, cumpliendo con las necesidades terapéuticas de los pacientes. El diseño de los jardines sobresale por el grado de estimulación sensorial, por ello es importante crear experiencias y diferentes interacciones a través del contacto con un medio natural.

Según un estudio realizado en Una revista internacional sobre aspectos de la calidad de vida en el tratamiento, la atención y la rehabilitación.

El efecto de las intervenciones basadas en la naturaleza sobre el bienestar mental autoinformado en pacientes con enfermedades físicas está ganando cada vez más atención. Sin embargo, hay una falta de ensayos controlados aleatorios que investiguen esta área. Debido a los costos masivos en los sistemas de atención de salud, se necesitan nuevas estrategias para abordar estos problemas y una urgente necesidad de atención en este campo. Las intervenciones basadas en la naturaleza son de bajo costo, fáciles de implementar y deben recibir atención dentro del campo de la atención médica. Por lo tanto, el objetivo era encontrar el impacto de las intervenciones de la naturaleza en el bienestar mental en humanos con una enfermedad física. ( Salas Zapata & Grisales Romero, 2010)

Tuvieron resultados cuantitativos, con un grupo de control y una intervención basada en la naturaleza. Identificando una fuente de heterogeneidad: los pacientes en uno de los cinco estudios fueron psicósomáticos. En los cuatro estudios con pacientes somáticos, se encontró un beneficio significativo de la naturaleza en los resultados de salud mental autoinformados; el único estudio que no mostró un beneficio significativo fue el de pacientes psicósomáticos. Concluyendo al encontrar un efecto significativo de la naturaleza sobre el bienestar mental de los pacientes con enfermedad somática. El resultado en pacientes con enfermedad psicósomática no es concluyente y se necesitan

más estudios en esta categoría. Se merece una investigación adicional sobre el efecto de la naturaleza en la salud mental, con especial atención a la estandarización del tipo de intervención y la dosis, así como las medidas de resultados dentro de cada disciplina médica. ( Salas Zapata & Grisales Romero, 2010)

Las investigaciones antes mencionadas, dan como resultado que el estar en contacto con un entorno natural trae grandes beneficios a la salud y a la recuperación médica de las personas ya que mejora su bienestar emocional y físico.

## **2.2.Fundamentación filosófica**

El proyecto de investigación está basado en el paradigma crítico-propositivo, es crítico ya que parte de una realidad ya existente en la sociedad, es decir de un problema ya identificado que puede ser cuestionado en torno a la realidad mediante un análisis del mismo. Considerando que la formación no sólo se centra en los espacios del centro gerontológico, sino también en el ambiente natural. Y es propositivo ya que busca plantear soluciones apropiadas del problema detectado en los centros gerontológicos cubriendo las necesidades del adulto mayor brindándoles una mejor calidad de vida.

El punto de partida de la reflexión que iniciamos, nos lleva a plantear dos cuestiones claves: por qué y para qué del análisis de la realidad. En efecto, el ser humano se plantea la necesidad de conocer la realidad de la que forma parte, desde el interés de mejorar las condiciones de su entorno, y tratar de dar solución a las dificultades y obstáculos que pueden alterar su cotidianidad. (Melero, 2011, pág. 2)

La investigación pretende recolectar información y datos que serán analizados, permitiendo alcanzar una reflexión por parte de la sociedad partiendo de la problemática del proyecto, lo cual llevara a buscar soluciones apropiadas según los requerimientos del usuario. Al realizar un análisis de la realidad se puede intervenir en la misma para mejorarla a través de su estudio, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

El alcance del envejecimiento es de tal envergadura que quizá deberíamos utilizar expresiones más comprensivas como la de sociedad envejecida.

Una expresión como esta reivindica la importancia del envejecimiento de la población, sirve para poner de manifiesto o reconocer que de todas las transformaciones estructurales que se están sucediendo en las últimas décadas en las sociedades más desarrolladas, el envejecimiento es una más. Y quizá, no sólo eso, porque algunas de esas transformaciones no podrían siquiera entenderse sin la concurrencia de esta otra que afecta a la infraestructura más básica de

cualquier grupo social, el cuántos somos y qué características básicas presentamos (Pérez Ortiz , 2014, pág. 1)

### **2.3.Fundamentación legal**

Se toma como referencia algunas leyes y normativas las cuales ayudarán a la sustentación de esta investigación.

#### **Constitución de la República del Ecuador**

##### **Título II**

##### **Capítulo Segundo**

##### **Sección Séptima**

##### **Salud**

**Art. 32.-** La salud es un derecho que garantiza el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir.

El Estado garantizará este derecho mediante políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales; y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva. La prestación de los servicios de salud se regirá por los principios de equidad, universalidad, solidaridad, interculturalidad, calidad, eficiencia, eficacia, precaución y bioética, con enfoque de género y generacional. (Constitución de la República del Ecuador, 2018, pág. 29)

En la Constitución de la República del Ecuador en su art 32. Habla sobre la salud como un derecho de los ciudadanos, ya que pretende brindar ambientes sanos, que mantengan un equilibrio entre lo natural y artificial con el fin de fomentar la sustentabilidad en los espacios. Aclarando varios puntos de inclusión en cuanto a que la salud y atención médica.

#### **Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES)**

##### **Norma Técnica de Población Adulta Mayor**

##### **2. Familia, comunidad y redes sociales**

###### **Estándar 1: Integración familiar y comunitaria**

Son aquellas actividades que fomentan el afecto, los cuidados especializados, la participación proactiva de la familia, la colaboración en programas sociales, culturales, en actividades de mantenimiento de las unidades de atención, como formas y mecanismos que procuran la corresponsabilidad familiar y comunitaria y contribuyen a disminuir el abandono de las personas adultas mayores. El fomento de la responsabilidad de inclusión también corresponde a los operadores integrantes del centro, para crear un entorno afectivo compensatorio para los adultos mayores en esta etapa de la vida (Norma Técnica de Población Adulta Mayor, 2014, pág. 14)

La norma Técnica de Población Adulta Mayor, Estándar 1, pretende fomentar la participación activa en el ámbito familiar del adulto mayor a través de diferentes programas sociales.

**Estándar 2: Espacios formativos para la comunidad**

En los centros gerontológicos residenciales y diurnos, espacios alternativos y atención domiciliaria se implementarán espacios formativos para la comunidad y/o los operadores de los servicios en los que se incorporan contenidos para la atención integral del adulto mayor y donde se promueve el envejecimiento positivo y la ciudadanía activa. Dentro de las temáticas para tener en cuenta para dicho proceso de formación se encuentran las siguientes:

- Participación y promoción del envejecimiento positivo y ciudadanía activa
- Participación del adulto mayor
- Derechos y deberes del adulto mayor
- Fortalecimiento de vínculos afectivos
- Protocolos de atención para adultos mayores
- Prevención y detección del deterioro cognitivo y físico
- Nutrición e hidratación Los talleres con familias y/o comunidad deberán tener una periodicidad de por lo menos una vez al mes. Contarán con instrumentos de registro, seguimiento y evaluación. (Norma Técnica de Población Adulta Mayor, 2014, pág. 15)

La norma Técnica de Población Adulta Mayor, Estándar 2, pretende que en las diferentes instituciones gerontológicas incorporen diferentes espacios alternativos en donde se promueva la participación, derechos y deberes de los adultos mayores.

**Estándar 7: Participación**

Las unidades de atención deben promover la participación de la persona adulta mayor en todas las actividades programadas para su integración e inclusión, cumpliendo acciones que impliquen su involucramiento en la toma de decisiones de la vida cotidiana como por ejemplo, elegir un lugar para ir de paseo: para ello se realizará una reunión que permita a los adultos mayores dar su opinión y llegar a un acuerdo. Se realizarán actividades orientadas a la colaboración de todos y todas, se premiará la mejor acción conjunta, se podrán abrir foros de opinión y debate, cines foro, presentaciones artísticas entre otros. (Norma Técnica de Población Adulta Mayor, 2014, pág. 16)

La norma Técnica de Población Adulta Mayor, Estándar 7, pretende que en las diferentes instituciones gerontológicas incorporen programas sociales en donde se promueva un envejecimiento activo y saludable.

**Estándar 11: Orientaciones para la prevención del deterioro cognitivo y físico.** “Las unidades de atención deberán incluir en todas sus acciones diarias

actividades que impidan el deterioro físico y cognitivo y fomenten la autonomía de las personas adultas mayores, para lo cual implementarán planes e instrumentos”. (Norma Técnica de Población Adulta Mayor, 2014, pág. 18)

La norma Técnica pretende que en las diferentes instituciones gerontológicas se fomente la participación e inclusión del adulto mayor en la sociedad a través de diferentes leyes y normas incorporadas por el Estado.

#### **Estándar 25: Orientaciones para la salud**

Los centros residenciales y diurnos y atención domiciliar, orientarán a los cuidadores, promotores y familias sobre la presencia de alteraciones que ocurren en el envejecimiento (cognitivo, sensorial, motor, socio afectivo y lenguaje), realizando seguimiento y registro de evolución del usuario.

(Norma Técnica de Población Adulta Mayor, 2014, págs. 24, 25)

La norma Técnica de Población Adulta Mayor, Estándar 25, pretende que en las diferentes instituciones gerontológicas se fomente en las familias y cuidadores a promover un envejecimiento activo de los adultos mayores a través de la estimulación física, sensorial, cognitiva y mental.

### **6. Ambientes seguros y protectores**

#### **Estándar 33: Características físicas de los centros gerontológicos residenciales y diurnos**

Los centros gerontológicos serán espacios con ambientes propicios para las actividades de atención, recreación, revitalización, integración y socialización de los adultos mayores, en un ambiente de seguridad, confianza, calidez, familiaridad, bienestar y libre de barreras arquitectónicas. Deben contar al menos con las siguientes características:

1. Espacios amplios y seguros con cerramiento y vigilancia;
2. Acceso vehicular para aprovisionamiento y emergencias;
3. Los centros gerontológicos residenciales y diurnos, en lo posible deben tener una sola planta y en caso de contar con más, deberán tener facilidades como rampas, gradas seguras, ascensores o montacargas;
4. Facilidades para la circulación con ayudas mecánicas y técnicas;
5. Los pisos deben ser de materiales antideslizantes, o contar con las protectores para prevenir caídas;
6. Puertas anchas de fácil manejo y que se abran hacia afuera;
7. Iluminación y ventilación natural, sin humedad;
8. Espacios para almacenamiento de alimentos fríos y secos;
9. Deben existir pasamanos en baños, inodoros, vestidores y espacios de traslado;
10. Las puertas deberán ser de un mínimo de 90 cm de ancho, para que puedan ser abiertas con una sola mano y el batiente de la puerta hacia afuera;

11. Los techos deben ser de material durable, resistente, impermeable y sin goteras; 12. Espacios verdes y patios que permitan el desarrollo de actividades de recreación. (Norma Técnica de Población Adulta Mayor, 2014, págs. 30, 31)

La norma Técnica de Población Adulta Mayor, Estándar 33, pretende que las diferentes instituciones gerontológicas brinden ambientes libres de barreras arquitectónicas y espacios seguros en donde se realicen actividades de recreación, rehabilitación, y socialización de los adultos mayores.

**Estándar 34: Características físicas del servicio de espacios alternativos de recreación, socialización y encuentro para personas adultas mayores**

Serán ambientes propicios para las actividades recreativas, de integración e interacción, libres de barreras arquitectónicas, que consideren las siguientes características:

1. Espacios ventilados, pisos que permitan la movilidad;
2. Deben contar con iluminación y ventilación natural;
3. Deben estar ubicados en la planta baja;
4. Contar con baterías sanitarias con agarraderas;
5. En el caso de servicios alternativos que no se desarrollen en espacios específicamente instalados para el efecto, como casas barriales, locales municipales, estadios, coliseos, u otros, las instalaciones deberán prestar todas las condiciones de calidad, accesibilidad y seguridad para el adulto mayor.

(Norma Técnica de Población Adulta Mayor, 2014, pág. 35)

La norma Técnica de Población Adulta Mayor, Estándar 34, pretende que se propicie a los adultos mayores de ambientes seguros y agradables con características espaciales que permitan realizar actividades recreativas y de socialización.

**Estándar 37: Espacio físico y equipamiento de los espacios alternativos de recreación, socialización y encuentro**

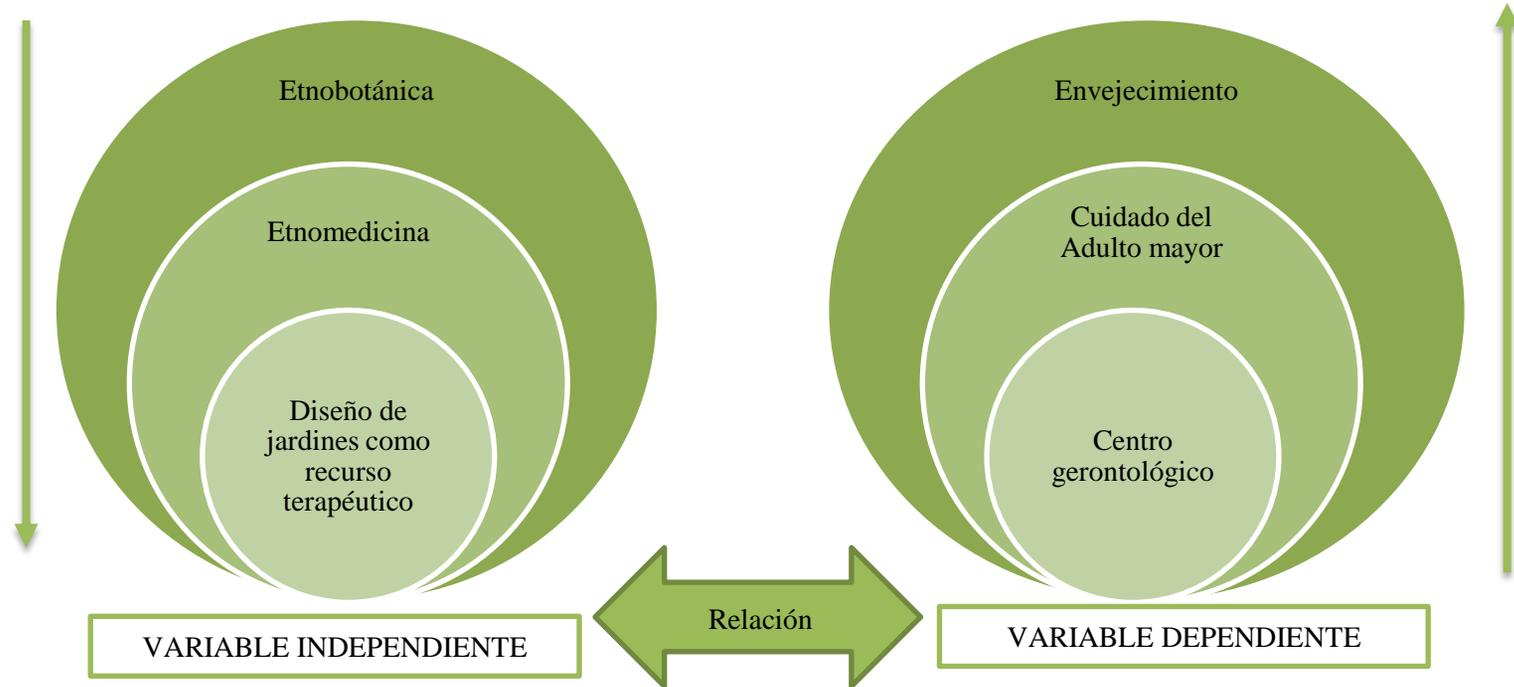
Los espacios en esta modalidad deberán cumplir con las siguientes especificaciones y características técnicas:

- Espacio de administración y recepción, que disponga de una mesa de despacho y recepción a las personas adultas mayores, que ofrezcan una bienvenida cálida y seguridad;
- El espacio de uso múltiple para actividades físicas, recreativas y culturales es entendido como multiuso donde llevar a cabo actividades ocupacionales como manualidades, juegos de mesa, expresiones artísticas en general; deberá contar con el equipamiento, mobiliario y materiales necesarios y suficientes de acuerdo con las actividades a realizar; considerar un espacio para el material didáctico;
- Espacio exterior con áreas verdes y patios para momentos de esparcimiento y descanso (Norma Técnica de Población Adulta Mayor, 2014, pág. 35)

La norma Técnica de Población Adulta Mayor, Estándar 34, pretende que los espacios interiores y exteriores de los centros gerontológicos cumplan con las necesidades físicas, recreacionales y biológicas del adulto mayor.

## 2.4. Categorías fundamentales

Supraordinación



*Gráfico 2: Categorías fundamentales.*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

## 2.4.1. Red conceptual de la variable independiente

Subordinación



Gráfico 3: Red conceptual variable independiente.

Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)

## 2.4.2. Red conceptual de la variable dependiente

Subordinación



*Gráfico 4: Red conceptual variable dependiente*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

## **2.5.Desarrollo conceptual de las variables**

### **Desarrollo conceptual de las variables independiente**

#### **Etnobotánica**

La etnobotánica se define como una ciencia interdisciplinaria en la que se utilizan a las plantas para satisfacer diferentes necesidades, ya sean en el ámbito material o en el espiritual. El uso de plantas en aspectos medicinales para curar diferentes afecciones se da en base a conocimientos ancestrales. (Gonzales de la Cruz, 2012)

Los humanos y las plantas han estado en estrecha relación desde muy antiguo. De este vínculo han surgido conocimientos tradicionales sobre los usos de las plantas, formas de relacionarse con la biodiversidad del entorno, e incluso ha influido en la toponimia y vocabulario locales. (Comunidad Valenciana, 2012)

El entorno natural sigue manteniendo un estrecho vínculo con los seres humanos a través de la flora, ya que con los conocimientos ancestrales se ha podido contribuir con diversos beneficios curativos a través de elementos naturales promoviendo el uso de plantas comestibles, medicinales, aromáticas, etc.

Esta rama de la botánica estudia la relación entre las personas y las plantas en la sociedad actual y antiguas, encardada de recopilar los conocimientos, tradiciones y saberes populares sobre la flor y sus diferentes usos. (Moya Marcalla, 2005, págs. 10-11)

Según Chávez (2019) “Las plantas han sido usadas desde tiempos inmemorables en múltiples actividades de la población, sus usos se han transferido de forma empírica por medio de costumbres o tradiciones, con el riesgo de perder valiosa información en el proceso” (pág. 23)

De esta manera se puede decir que la Etnobotánica es el estudio de la relación existente entre las plantas y el ser humano en ámbitos históricos, culturales y sociales en un contexto biótico. Ecuador se caracteriza por su biodiversidad, ya que cuenta con gran variedad en su flora siendo este un elemento de gran valor en el ámbito medicinal, y el conocimiento de su uso se ha transferido desde saberes ancestrales. En el país en la región Interandina y Amazónica se ha registrado entre 25.000 especies de plantas y según varios estudios se ha determinado que existen 400 plantas medicinales que son

utilizadas diariamente para sustituir a la medicina farmacológica. (Vásquez Soto, 2014, págs. 15-17)

### **Etnomedicina**

Es la unión de saberes espirituales y biológicos utilizados para diferentes rituales en donde se utiliza como principal elemento a las plantas al aprovechar sus propiedades para curar o prevenir diferentes enfermedades.

El Telégrafo (2016) define a la Etnomedicina como “un conjunto de conocimientos, aptitudes y prácticas basados en teorías, creencias y experiencias indígenas de las diferentes culturas, sean o no explicables, usados para el mantenimiento de la salud, así como para la prevención, el diagnóstico, la mejora o el tratamiento de enfermedades físicas o mentales”.

Los saberes adquiridos con el paso del tiempo en un contexto de desarrollo vivencial y aprendizaje se relacionan íntimamente a las plantas con el ser humano tomando en cuenta el medio ambiente a través de su cosmovisión y cultura. (Rengifo Salgado, 2010, pág. 26)

Por otro lado se puede mencionar que “La Etnomedicina es una especialidad de la antropología médica que estudia las medicina tradicional, especialmente las que carecen de fuentes escritas, con énfasis en los aspectos culturales, más que en los biomédicos.” (Salinas, García , & Velásquez, 2015, pág. 46)

Desde tiempos antiguos a la medicina natural se la práctica como un medio alternativo que a través de sus saberes ancestrales y técnicas antiguas, proporciona tratamiento y mejora de diferentes enfermedades a través de plantas y elementos naturales.

Según Naranjo & Coba (2003) “El país ecuatoriano posee centenares de plantas medicinales utilizadas por los pueblos aborígenes con fines médicos; en la actualidad han llamado la atención de los investigadores a fin de descubrir los posibles principios activos que justifican los usos terapéuticos”; en donde se incluyen diferentes técnicas en terapias físicas y cognitivas con el fin de beneficiarse a través de la naturaleza.

El uso de plantas medicinales para aliviar o sanar ciertas afecciones, ha sido importante porque: Es una práctica tradicional, que destaca en las poblaciones de bajos recursos económicos inicialmente, pero ahora con las características de ser muy útiles ha dejado de ser una moda para ser una opción de salud, es Humana

permite un acercamiento entre el paciente su médico y su familia, tiene bajos costos, permite que se valide a nuestros ancestros que nos transmitieron sus conocimientos y dejaron como legado sus prácticas, legitimando el conocimiento tradicional, muchas veces es hereditaria y permite involucrar a la sociedad en su conjunto en las prácticas. (Rengifo Salgado, 2010, pág. 27)

Las plantas son utilizadas como principal instrumento en la medicina natural o Etnomedicina para calamar y curar diferentes problemas en la salud de las personas, siendo una práctica tradicional que aún se practica por los pueblos aborígenes del país.

### **2.5.1. Diseño de jardines como recurso terapéutico**

#### **2.5.1.1. Jardines Terapéuticos**

Mulé (2015) define al Jardín terapéutico como: “un espacio exterior diseñado para fortalecer las necesidades físicas, psicológicas, sociales y espirituales de las personas internadas en una estructura sanitaria al afianzar el contacto con la realidad y el bienestar psicofísico”. (pág. 134)

Por ello se puede decir que:

No es un jardín cualquiera sino un jardín adaptado para hacer terapias en él. La actividad en el jardín se denomina en inglés Nature Assisted Therapy, y son terapias que se hacen en el exterior, dando importancia a la relación entre las personas y la naturaleza. (Marella , 2017)

Las terapias en jardines han tomado importancia con el paso del tiempo, ya que al crear un vínculo ser humano - naturaleza se logra mejorar la calidad de vida de las personas aportando con vitalidad y mejoras en el estado anímico. El punto de partida de este tipo de jardines consiste en “un diseño minucioso y de forma global, orientado al bienestar psíquico y físico del usuario”. (Un cuarto propio, 2014, pág. 1)

Briones (2010 ) en su blog “Jardines con Alma” menciona que “Es de vital importancia entender que estos jardines no curan el cáncer, o un brazo roto, pero facilitan la reducción del estrés, proveen un sitio para ejercicios de fisioterapia, horticultura-terapia, entre otras ventajas como la socialización de los usuarios”. Esto quiere decir que este tipo de jardines no curan enfermedades congénitas o degenerativas sino más bien ayuda a mejorar el estado anímico, disminuye el estrés de las personas apoyando para una pronta recuperación.



*Ilustración 1: Jardín terapéutico- Los sentidos en Coslada-España*

*Fuente: Coslada.com (2012)*

Según varias investigaciones se ha podido demostrar que el uso de escenas naturales favorece en el proceso de recuperación de alguna dolencia física, al disminuir considerablemente el estrés y fomentar pensamientos positivos. (Furgeson, 2015)

Por otra parte se puede decir que a diferencia de los jardines tradicionales, los jardines terapéuticos se caracterizan por utilizar diferentes técnicas estratégicas con el fin de estimular y rehabilitar al paciente de acuerdo a sus requerimientos físicos, psicológicos y emocionales. “Los Jardines terapéuticos en consecuencia, están íntimamente ligados a la dolencia, patología o trastorno que en ellos se pretende tratar y, es por esta razón, que cada uno de estos entornos debe ser meticulosamente diseñado teniendo en cuenta las necesidades particulares del paciente. ”

Cada diseño en las diferentes instituciones de recuperación o rehabilitación deben estar acompañados del trabajo conjunto de diferentes profesionales como diseñadores, paisajistas, terapeutas, psicólogos, trabajadores sociales, arquitectos, agrónomos, etc.

#### **2.5.1.1.1. Clasificación de jardines terapéuticos**

A los jardines terapéuticos se los puede clasificar de muchas maneras. Pero según Mulé (2015) los clasifica por el grado de actividad que se realiza en él.

Un jardín puede inspirar una serie de acciones que van desde la más completa pasividad hasta una actividad energética. Por esto a las actividades se las puede englobar en dos grupos: de uso activo y de uso pasivo.

**a. Jardines de uso pasivo - de restauración y contemplativos:**

Son jardines diseñados específicamente para fortalecer la observación, la meditación o efectuar rituales entre sus beneficios “Están enfocados en reducir el estrés y brindar un soporte emocional” (Mulé, 2015, pág. 145)

Lo que se pretende es reducir el estrés, apoyar en el equilibrio emocional, contribuir en el desarrollo cognitivo aumentar la sensación de bienestar. Diseñados a través de planificaciones con el propósito contribuir en la salud de las personas, su apoyo sobresale en el proceso de rehabilitación, curación, recuperación o tratamiento efectuado por profesionales que conocen el protocolo de la terapia.

- El poder admirar un jardín desde una cama a través de la ventana
- Sentarse en una banca y admirar la naturaleza
- Poder meditar, rezar, hacer una siesta
- Leer, comer, conversar, escribir

En este grupo podríamos incluir los que se llaman Jardines restaurativos, de meditación o rituales. Son espacios meramente contemplativos, con la principal función de reducir el estrés y dar un soporte emocional aumentando la sensación de bienestar.

**Jardines meditativos:** Generalmente es un espacio pequeño, muy tranquilo, contemplativo y específicamente dedicado a la meditación, pero como lo dice su mismo nombre no incluye otra actividad. Para evitar el efecto pecera (sentirse encerrado en un acuario) sería preferible que no estuviese rodeado por habitaciones. (Mulé, 2015, pág. 145)



*Ilustración 2: Diseño de jardín meditativo*

*Fuente: Guía de jardín (2012)*

**Jardines contemplativos:** Cuando el espacio y el presupuesto son limitados. Se los puede gozar solo a través de la vista estando sentados en una zona interna. Generalmente, son también de muy poco mantenimiento; pero el sentido del olfato y del oído no pueden apreciar lo expuesto, en este sentido, se vuelve frustrante ya que el mensaje que dan es ‘mirar y no tocar’. (Mulé, 2015, pág. 145)



*Ilustración 3: Diseño de jardín contemplativo*

*Fuente: Gonzales (2011)*

### **Bases conceptuales de los jardines restaurativos**

Según varias investigaciones actuales Briones (2010) indica que “los beneficios regeneradores de los ambientes naturales parten de una serie de señales que sugieren un

proceso terapéutico que cumple con las tres hipótesis del medio ambiente como factor de cura”.

Este proceso terapéutico está compuesto por cuatro fases: la jornada, el despertar sensorial, la conciencia de uno mismo, la sintonía espiritual.

-La Jornada: invita a la exploración física y visual. Transiciones destacadas con vistas escondidas, cambiando la orientación, y abrigos de diferentes climas, luz y sombra, diversos grados de cerramiento para crear movimiento, y visión de alejamiento, intentando así cambiar las perspectivas dolorosas de los pacientes.

-Despertar sensorial: variedad de estímulos sensoriales no invasivos, y oportunidades para parar y disfrutar las sensaciones. Atención a fragancias y el viento, que normalmente no se notan. Esto trae conciencia al momento y reduce la necesidad de otra actividad mental conflictiva.

-Auto conciencia: aplicar el concepto de refugios y otras medidas protectoras para crear aéreas físicas y psicológica que estimulen la reflexión o curación.

-Sintonía espiritual: incorporar un sentido de preciosidad, a través de lo efímero, inusual e intrigante, o la conexión con otras especies (exóticos o domesticas) y alejar el problema presente extendiendo la presencia de uno mismo al futuro. Esas calidades ambientales facilitan un pensamiento analítico y evocan experiencias de transcendencia y conciencia del universo. (Briones, 2010 )

Experimentar todas las fases de la restauración proporciona el máximo beneficio, evocando un tranquilo estado de alerta. Cada fase individualmente puede ser más útil a específicas poblaciones y por lo tanto deberían ser enfatizadas en el diseño de jardines para estos usuarios. “De momento en los hospitales de cuidado intensivo, los usuarios de los jardines, particularmente necesitan librarse de la imagen institucionalizada de las construcciones y edificios médicos”. (Briones, 2010 )

Los pacientes u otros hospitalizados mismos que sean por un periodo corto de tiempo, sufren por la falta de control sobre su vida personal, por la falta de la familia y amigos y sufren de pasividad. Estos factores inhiben la habilidad del cuerpo en curarse.

### **b. Jardines de uso activo - de rehabilitación y terapéuticos**

Este tipo de jardines tienen como objetivo fomentar el desarrollo de habilidades físicas, cognitivas, sociales y psicológicas por medio de la interacción con plantas.

Los jardines de recuperación permiten al paciente experimentar y efectuar actividades físicas, intelectuales, sensoriales o de aprendizaje, proyectando la oportunidad de aprender, participar, educar, cuidar y superar desafíos físicos (Mulé, 2015), el principal beneficio es la reducción de violencia, impulso o furia; las personas

que se encuentran en contacto con los espacios verdes demuestran mayor sociabilidad, cordialidad, exteriorizan un mejor comportamiento ante la sociedad (pág. 7).

Estos jardines suelen ser utilizados en actividades: caminar, practicar ejercicios de rehabilitación con la ayuda del personal y/o aparatos fijos, jugar, recrear, ejercitar diferentes dinámicas deportivas, cultivar en huertos.



*Ilustración 4: Jardín de Rehabilitación-Huerto*

*Fuente: Bariloche(2015)*

### **Bases conceptuales de los Jardines de Rehabilitación**

Estos jardines son diseñados para proveer experiencias que incrementan o soportan los niveles más altos de funcionalidad y bien estar a las personas. Las personas comprometidas con la jardinería o con el mantenimiento rutinario de un jardín tienden a mejorar y reforzar las habilidades preexistentes, así como formar y renovar nuevas habilidades físicas y mentales. Esto se consigue a través de la participación en actividades solitarias y grupales y que pueden ser espontaneas u organizadas.

Los Jardines restaurativos normalmente son diseñados para personas con necesidades especiales. La edad, las habilidades físicas y cognitivas de los usuarios, y sus potenciales para mejorar y recuperarse son factores que influyen en la necesidad de un paisajismo apropiado. Estas necesidades mentales, físicas y psicológicas deben ser encontradas en el jardín. Adaptaciones medioambientales que se encuentran con las necesidades médicas, también son esenciales. (Briones, 2010 )|

Debe ser seguro física y psicológicamente. Debe proveer tres niveles de compromiso: actividades, oportunidades y desafíos. Evaluar estos componentes para la mejora física y psicológica.

#### **2.5.1.1.2. Potencialidades terapéuticas de los jardines**

Los jardines terapéuticos pretenden actuar sobre el usuario buscando la reducción del estrés y cooperar en su mejora física y espiritual, creando un espacio al aire libre para realizar ejercicios de fisioterapia y para facilitar la socialización, cuidando del mantenimiento y mejora de habilidades físicas del paciente, mediante la gratificación multi sensorial, vista, olfato, etc. junto con la integración social y el trabajo en grupo. (Maocho, 2011)

Como menciona Palmlöf Jardines “El uso de plantas y actividades de jardinería pueden convertirse en herramientas terapéuticas y de rehabilitación para mejorar la calidad de vida de las personas mayores dependientes”. (Palmlöf Jardines, 2016)

“El bienestar que brinda el contacto con cualquier espacio verde es casi inmediato. (...) los individuos se sientan cómodos estando en ellos y puedan así alcanzar un mejor estado físico, psicológico, social y espiritual”. (Benito, 2015)

Los diferentes estímulos percibidos por el entorno natural impulsan una mentalidad positiva, mejorando las oportunidades de desarrollo social, físico e intelectual.

#### **Físicos**

Según La Asociación Española de parques y jardines públicos (2010)

El jardín es un lugar excelente para el ejercicio físico. Hay que tener en cuenta que una cierta actividad física moderada realizada al aire libre reporta numerosos beneficios a la salud corporal: frena la atrofia muscular y favorece la movilidad articular, evita la descalcificación ósea, mejora la contracción cardíaca, aumenta la eliminación de colesterol, reduce el riesgo de formación de trombos e infartos, aumenta la capacidad respiratoria y la oxigenación de la sangre, equilibra el sistema nervioso, frena las insuficiencias hormonales, estimula los órganos de los sentidos, contribuye al equilibrio psicoafectivo y favorece la eliminación de los desechos de la sangre.

Los beneficios de la actividad física en un medio natural es que se reduce el riesgo de padecer enfermedades ya que el sistema inmunológico está mejor preparado para cualquier virus o infección.

Por otro lado según varios estudios se ha podido demostrar que los jardines, espacios verdes o entornos naturales logran que las personas sometidas a estrés por actividad física, se pudo comprobar que era más rápido el restablecimiento de tensión muscular al estar en un entorno natural.

Según todo esto, a la hora de diseñar un jardín terapéutico deberemos incluir zonas que permitan el ejercicio físico. En este sentido son adecuados los circuitos biodinámicos, los recorridos con aparatos de gimnasia convencional que permitan también correr y, por último, los caminos adaptados para montar en bicicleta y para pasear. No obstante, conviene aclarar que existe una gran diferencia entre un jardín terapéutico y un polideportivo al aire libre. Todas las actividades que facilitan la gimnasia y la actividad física deben estar perfectamente integradas en el jardín formando una unidad con él. (Asociación Española de parques y jardines públicos, 2010)

### **Psicológicos**

Según varios estudios se ha podido demostrar que los jardines terapéuticos pueden aportar a la salud mental de las personas, ya que se puede tratar a pacientes con problemas psiquiátricos y sus condiciones. Su aporte puede llegar a reducir sensaciones de estrés, ansiedad, demencia, depresión, también aporta al mejorar la calidad de sueño. (Lugo, 2019)

Según Pino (2012) El contacto con la naturaleza disminuye los síntomas del estrés, (dolores de cabeza, irritabilidad, tensión muscular, retraimiento, entre otros) apoya en el bienestar y promueve la participación en la comunidad; las adaptaciones de actividades efectuadas en jardines, las técnicas de cultivo y el material vegetal se constituye en elementos que benefician en la curación mental, la recreación, la interacción social, la estimulación sensorial, la reorganización cognitiva y el entrenamiento de la función motora.

El estar en contacto con la naturaleza y manipular los elementos naturales como las plantas, hierbas, árboles y respirar aire fresco permite crear una atmósfera tranquila y relajada en donde se puede realizar actividades de meditación, y por ende al evocar recuerdos, haciendo trabajar a la memoria. (Pino, 2012)

### **Cognitivos**

Las diferentes actividades de horticultura apoya a las personas en la recuperación de la fatiga cognitiva, mejora la atención y reflexión a largo plazo. El darle mantenimiento a diferentes entornos verdes se aplica como terapia ya que se manipula

los vegetales y elementos naturales, estimulando los sentidos y la memoria, permitiendo así que se desarrolle la capacidad de concentración, creatividad, lenguaje, interacción y comunicación. (Charles, 2018)

La jardinería apoya a las personas en la recuperación de la fatiga cognitiva, mejora la atención y reflexión a largo plazo; Martínez y Soto (2012) “cuidar de un espacio verde como terapia implica diseñar pasillos aplicando combinaciones de colores, la siembra de flores, árboles y otras actividades diferentes” (pág. 42) los jardines sensoriales estimulan los sentidos y la memoria; benefician en el desarrollo cognitivo, la capacidad de concentración, el uso del lenguaje, la interacción y la comunicación.

### **Multisensoriales**

Uno de los aspectos involucrados en este tipo de diseño es la estimulación de los sentidos que influirá en la selección de plantas y materiales con la intención de proveer experiencias para ver, oler, escuchar, tocar y degustar. Los jardines se pueden diseñar exclusivamente para albergar o exaltar uno de los sentidos, tal el caso de los jardines de fragancias, mientras que otros pueden ser diseñados para exaltar varios o todos los sentidos a la vez. (Jardines con alma, 2010)

### **Sentido del olfato**

Las plantas segregan aceites esenciales a través de sus hojas o de sus flores proporcionando emociones profundas y asociativas. Una fragancia determinada puede evocar memorias olvidadas. Un jardín que emana aromas diversos no solo puede proveer una variedad infinita de sensaciones, sino que puede ser significativa para aquellas personas no videntes o que presenten alguna disminución y/o afección visual. (Balabani, 2007).

Los aromas en un jardín son elementos indispensables, ya que le agrega una atmósfera distintiva inmediatamente. En días de invierno después de la lluvia, se activan aromas como el de la tierra mojada, de las hierbas comestibles como menta, albahaca o de árboles como Pinos o Acacias. Se esparcen con las brisas y complementan muy bien el jardín. Y por épocas más cálidas, las flores del Jasmín polyantha o Flor de la pluma (ambas trepadoras), les ayudarán a crear espacios como pérgolas o quinchos, decorados

con aromas dulces y permanentes, especial para las tardes que se alargan hasta la noche. (Armingol, 2017)

Al diseñar espacios que exalten el sentido del olfato, se debe pensar en utilizar plantas cuyas hojas y flores puedan deleitar con sus aromas en distintos horarios del día y a través de las cuatro estaciones del año. De la misma manera de debe tener en cuenta que algunas plantas presentan su perfume en contacto con el sol, mientras que otras solo nos entregan su perfume al cortarlas. Si el jardín será utilizado durante la noche, se podrá incluir plantas como *Cestrum nocturnum*, un arbusto de la familia de las Solanáceas cuyas flores amarillo verdoso esparcen su perfume durante el verano y al anochecer y que por esta característica recibe el nombre común de “dama de noche” y la planta trepadora *Ipomea alba* que, con sus hermosas flores blancas en forma de campana, esparcen su exquisito perfume durante la noche (Balabani, 2007)

### **Sentido de la vista**

Al diseñar jardines que exalten el sentido de la vista, temas importantes a tener en cuenta son el color, los contrastes producidos entre las luces y las sombras, las texturas, las formas generales de las plantas y los movimientos que en las mismas se generan.

Todos somos conscientes del maravilloso efecto que producen los colores sobre nuestro estado de ánimo. El uso del color en el jardín provee una estimulación visual y puede añadir puntos focales, acentos, unidad, ritmo, orden y balance. Flores, frutos, hojas y troncos de distintos colores y texturas son un recurso fundamental a la hora de estimular el sentido de la vista. Los colores cálidos como el amarillo, el naranja y el rojo se relacionan con el calor, el fuego y la sangre y tienen la propiedad de exaltar las emociones y promover la actividad, facilitando las posibilidades de recuperación y regeneración.

Los contrastes producidos por las luces y las sombras pueden ser utilizados para lograr efectos sutiles o drásticos como la luz del sol filtrándose entre las hojas de un árbol o el efecto que produce la densa sombra de un bosque en contraste con su límite, el abra. Variedades de texturas y formas, tanto en las hojas como en las flores, frutos y troncos podrán ser incorporados para estimular el sentido de la vista. Asimismo, al

momento de diseñar, deberá pensarse en la forma general de la planta, pudiéndose combinar formas redondas, columnares, péndulas, triangulares. (Balabani, 2007)

### **Sentido del tacto**

En espacios destinados a experimentar el sentido del tacto, los visitantes son incitados a tocar y explorar distintas texturas que presentan las hojas, las flores, los frutos y los troncos. Por ejemplo, la incorporación en este tipo de jardín de la *Stachys lanata* proporciona una textura aterciopelada al tacto. La *Stachys lanata* u “oreja de conejo” como se la conoce comúnmente, es nativa de las regiones caucásicas hasta Irán. Es una herbácea perteneciente a la familia de las Lamiáceas, cuyo follaje gris es muy suave dado que sus hojas simples de entre 5 a 10 centímetros de largo se encuentran cubiertas por densos pelos largos blanquecinos. El ágave, por el contrario, es una planta perteneciente a la familia de las Amarilidáceas que presenta hojas largas, fibrosas de forma lanceolada, color blanco azulado o grisáceo y cubiertas por espinas finas y agudas de casi 2 centímetros de largo a lo largo de todo su borde que terminan en el ápice en una aguja fina de aproximadamente 5 centímetros. Algunas plantas presentan una variedad de texturas. Tal el caso de las rosas que poseen flores muy delicadas al tacto, pero sus espinas son temibles. (Balabani, 2007)

Otras experiencias táctiles podrán ser provistas por la incorporación de agua, césped e infinidad de materiales como la grava, las piedras y accesorios como las esculturas etc. También existen formas de añadir el sentido del tacto a la experiencia de sus jardines. Por ejemplo, al incorporar senderos con plantas suaves como la *Stipa tenuissima* o las hierbas silvestres de los campos que tienen florcitas, se obtienen sensaciones maravillosas en recorridos y lugares de estar como para hacer un pic-nic o dormir una siesta al contacto del follaje. En cuanto a árboles, los Sauces con sus ramas pendulares dan esa suavidad al caminar bajo su copa. Es perfecto para una esquina, ya que además se logra un corta vista para el efecto visual cuando se recorre hacia el otro lado. (Armingol, 2017)

### **Sentido del gusto**

Se puede interactuar con diversos tipos de frutas, vegetales, hierbas y especies pueden incorporarse al planear un espacio destinado a la estimulación del sentido del gusto. Dentro de los frutales y dependiendo de la amplitud del espacio de que

dispongamos y su ubicación geográfica, podemos incorporar cítricos como el mandarino, el naranjo, el limonero, y el pomelo; frutos secos como el almendro, el avellano, el castaño y el nogal; frutos del bosque como el arándano, la mora, la frutilla, el sauco y la frambuesa; frutos de carozo que incluyen el ciruelo, el duraznero, el damasco, el cerezo y el guindo; frutos de pepita como el manzano, el peral y el membrillero y frutos tropicales como el banano, el guayabo, el mango y la papaya (Balabani, 2007)

Por otro lado al plantearse un diseño de una huerta se podría incluir los principales cultivos como la berenjena, el tomate y el pimiento que pertenecen a la familia de las solanáceas; el brócoli y el repollo pertenecientes a la familia de las crucíferas; arvejas y chaucha: familia de las leguminosas; ajo, cebolla y puerro: familia de las cebollas o liláceas; zapallito, zapallo, melón, pepino y sandía: familia de las cucurbitáceas; y verduras de hoja como la espinaca, la lechuga y la escarola entre otros.

Entre las principales hierbas aromáticas, se puede seleccionar, algunas de las especies más corrientes como la albahaca, el cedrón, el cebollín, el curry, el eneldo, el estragón, laurel, menta, melisa, orégano, perejil, romero, salvia y tomillo, entre otros. Este tipo de jardín puede ser aprovechado para proveer experiencias educativas como agricultura y nutrición. Además, se puede incluir un espacio para preparar, cocinar y degustar estos alimentos. (Balabani, 2007)

### **Sentido de la audición**

La estimulación sensorial realmente da un toque que engrandece cualquier jardín. Los sonidos pueden envolver todo el espacio o sectores especiales. Por ejemplo al utilizar un carillón de madera o metal pequeño, brindando sensaciones de quietud y relajación que combina perfectamente con las demás formas sensoriales. Esto es especial para zonas de contemplación y descanso. Una fuente de agua aporta otro tipo de sonido natural que pueden asociar a la piscina o en un patio de luz con plantas de humedad como Helechos y Papiros. El sonido de las hojas con el viento hace viajar al cerrar los ojos y escucharlo. Y en los caminos o senderos, el uso de cubresuelos de cáscara de nueces o las hojas en otoño se escuchan maravillosamente mientras caminamos. (Armingol, 2017)

Por otro lado según varias investigaciones que han sido realizadas sobre el efecto benéfico y regenerativo que producen los sonidos naturales sobre las células humanas y su campo energético. Se puede decir que dentro de los sonidos que encontramos o podemos generar en un jardín con el fin de obtener un efecto terapéutico sobre el ser humano, se encuentran la brisa atravesando palmeras, bambúes y gramíneas; grupos de semillas meciéndose con el viento; el sonido de las pisadas sobre un manto de hojas otoñales; el canto de los pájaros que buscan agua, alimento y refugio en el jardín; la caída del agua en una cascada y los móviles y esculturas construidos con distintos materiales como el metal, la madera y la caña (Balabani, 2007)

### **2.5.1.1.3. Terapias aplicables en jardines**

Los jardines son un ambiente natural en el que se pueden implementar un sin número de actividades que aporten en el bienestar del usuario aquí algunas terapias que se pueden realizar en este medio ya sea al utilizar los colores, olores, texturas de las plantas y elementos naturales.

#### **Cromoterapia**

El jardín: esta es un área donde los colores son reinas. Inconscientemente (o no), tendemos a preferir ciertos colores, que encuentran en nosotros más resonancia o "hablamos" más. Pensamos en el curso de la dicotomía colores cálidos (rojo, naranja, amarillo, marrón) / colores fríos (rosa, púrpura, azul), pero la cromoterapia va mucho más allá.

Cada color tendría efectos especiales en nuestra mente y nos satisfaría más o menos dependiendo de nuestro temperamento:

**Roja:** calidez, vitalidad, energía, rendimiento a corto plazo, envidia, dinamismo físico. En exceso, rojo cansado, irritado, hace agresivo.

**Naranja:** creatividad, equilibrio emocional, comunicación, anti inhibición, antidepresivo. En exceso: nerviosismo.

**Amarillo:** lucidez, alegría, entusiasmo, estimulante del espíritu, antidepresivo. En exceso: agresión, juicio apresurado.

**Verde:** calma, frescura, resto del cuerpo y la mente, regeneración. En exceso: depresión, debilitamiento.

**Azul:** apaciguamiento, relajación, lucha contra el insomnio, estrés, palpitaciones, migrañas. En exceso: melancolía.

**Púrpura:** calmante y equilibrio del sistema nervioso, lucha contra ansiedades, miedos. En exceso: tristeza.

**Magenta:** fusión, amor, sueño, sanación curativa, vínculo con los demás. En exceso: vulnerabilidad.

Dependiendo de su estado de ánimo, su estado de ánimo y sus emociones, puede elegir componer macizos de flores monocromos o jardineras, o en un camaieu del color de su elección, jugando en el floreciendo, pero también en el follaje: hojas rojas, amarillas y doradas, azuladas (Montero, 2019).



*Ilustración 5: Uso del color de las Flores en Cromoterapia*

*Fuente: Educagratis (2018)*

### **Aromaterapia – plantas**

La aromaterapia trabaja en el cuerpo y la mente con el uso de aceites esenciales extraídos de las plantas medicinales. Pueden clasificarse en tres categorías: las que vigorizan el cuerpo y aceleran el espíritu, las que tonifican, equilibran y regulan nuestras funciones corporales y sistemas de soporte de vida, y aquellas que tienen un efecto calmante, sedativo y tranquilizante.

Sabemos que algunas fragancias pueden evocar fuertes respuestas emocionales o psicológicas. Ellas afectan a las células de nuestra nariz, enviando mensajes al cerebro, que luego se estimula liberando hormonas y neuroquímicos que traen cambios curativos en el cuerpo, en nuestras reacciones psicológicas y emocionales.

Hay cientos de plantas medicinales que se pueden cultivar para ser usadas en la aromaterapia y probablemente hay muchas más con estas propiedades todavía sin descubrir. La lavanda, el sándalo y el eucalipto, son tres plantas medicinales cuyos aceites esenciales son usados en la medicina natural, principalmente en la aromaterapia. Estas nos ayudan a curar algunas afecciones de nuestro organismo (Nurguitio, 2015).



*Ilustración 6: Uso de Plantas medicinales en Aromaterapia al aire libre*

*Fuente: Agua de flores (2018)*

## **Fitoterapia**

Según Castro (2014), la Fitoterapia es un término acuñado por el médico francés Henri Leclerc a principios de siglo XX, un neologismo formado a partir de dos vocablos griegos: phytón (planta) y therapeía (tratamiento). Etimológicamente, por tanto, Fitoterapia se refiere al tratamiento de las enfermedades con plantas. Actualmente, la Fitoterapia se define como la utilización de los productos de origen vegetal con finalidad terapéutica, para prevenir, aliviar o curar un estado patológico, o con el objetivo de mantener la salud.

La eficacia se consigue sólo con el uso adecuado de los preparados fitoterápicos, tanto en lo que se refiere a las indicaciones como a la forma de administración. Es necesario disponer de medicamentos con calidad, seguridad y eficacia contrastados, así como de herramientas de información rigurosas y fiables para los profesionales sanitarios, además de proporcionarles la oportunidad de adquirir una formación sólida en fitoterapia.

También se utiliza tanto para el cuidado de la salud y mejora de la calidad de vida, como en la prevención y tratamiento de las enfermedades. Su principal campo de acción son las afecciones leves y moderadas, así como las enfermedades crónicas, siendo útil en la terapia buena parte de las afecciones tratadas habitualmente en atención primaria.

## Horticultura

La horticultura es el arte y la ciencia de cultivar flores, frutas, vegetales y plantas ornamentales para obtener de ellos frutos, flores, ornamentos o artículos de primera necesidad. En términos laxos, la horticultura es una parte esencial de la agricultura, pero permanece diferenciada. El hortelano y la horticultura se mueven en pequeños ámbitos y se dedican personal o particularmente a cada planta y cada fruto. En contraste, el agricultor piensa en términos de producción y rentabilidad.

La relación entre el hombre y las plantas es larga, ya que ha utilizado los recursos de la naturaleza para su supervivencia, iniciando como recolector, luego el surgimiento de la agricultura y la domesticación de las plantas hasta la elaboración de una gran variedad de productos necesarios como alimentos, bebidas, medicinas, tinturas, textiles, entre otros derivados de las plantas. La horticultura tiene su origen en el comienzo de la vida sedentaria del hombre. Etimológicamente, el término proviene del latín “hortus” significa huerto y “cultura” cultivo. En la actualidad, el campo de aplicación de la horticultura es muy amplio, va desde el estudio de las plantas, sus variedades y formas de cultivo hasta aspectos económicos, que incluyen la producción y mercadeo de los productos, además de los sociales e históricos (Sanchez, 2015).



*Ilustración 7: Terapia de Horticultura para adultos mayores*

*Fuente: Palmlöf Jardines (2016)*

## **Helioterapia**

Los rayos del sol tienen un gran efecto curativo, ya que aportan luz y calor, energía, vitalidad y ánimo. La importancia de la presencia del sol ha sido celebrada a lo largo de la historia. En la mitología de muchas culturas se encuentran representaciones del sol en forma de dioses. En la civilización egipcia existió un significativo culto al sol y se asoció su poder a varias deidades. Para algunas culturas, la tierra simboliza la madre naturaleza y el sol el padre universal. (Davila, 2019).

Según la Asociación Española de parques y jardines públicos, la helioterapia es la utilización de las radiaciones solares con fines terapéuticos. Para que esta actividad actúe realmente como una terapia es indispensable que sea sistemática y que el sol se reciba sobre el cuerpo. Los efectos beneficiosos producidos por la radiación solar en el organismo son los siguientes: activan las funciones metabólicas; tienen acción antiinflamatoria; ayudan a regenerar los tejidos dañados; estimulan las glándulas endocrinas, sobre todo tiroides y gónadas; facilitan la asimilación del calcio a través de la vitamina D, producida por el propio cuerpo al recibir los rayos UV y, por último, estimulan las terminaciones periféricas del sistema nervioso, especialmente las simpáticas, lo cual facilita las actividades intelectuales y aumenta la sensación de bienestar. El lugar destinado para esta terapia debe estar al abrigo de vientos, que pueden desplazar los fotones de los rayos rojos e infrarrojos reduciendo así el efecto beneficioso del sol. En el jardín terapéutico debe reservarse una zona para la práctica de esta terapia natural. Estará orientada al sur, protegida del viento y despejada total o parcialmente de vegetación arbórea. (2010)



*Ilustración 8: Actividades de helioterapia en jardín*

*Fuente: cuerpo mente (2018)*

## Tai chi

Este arte inigualable cumple una función terapéutica muy eficaz para prevenir las enfermedades, conservando y vigorizando la salud, y puede ayudar a numerosos terapeutas a descubrir una mayor comprensión de la unidad del cuerpo y el espíritu. Su práctica garantiza progresivamente un equilibrio psicosomático, logrando una mayor armonía con uno mismo y con nuestro entorno, permitiendo remediar los desequilibrios de las condiciones en que nosotros vivimos, producto del andar agitado y brusco, tanto a nivel exterior como interior. Su práctica desarrolla una energía que progresivamente se refina y aumenta la capacidad de estar activo con atención, flexibilidad y calma, (firme pero no tenso). Es notable la regulación de la energía. Esta armonización aumenta con la práctica y cada uno desarrolla en sí mismo el arte de la acción que se manifiesta no solamente en el ejercicio específico sino también en la vida cotidiana (Llerena, 2019).



*Ilustración 9: Actividades de Tai chi al aire libre*

*Fuente: Latinamerican post (2018)*

### 2.5.1.1.4. Elemento de jardín terapéutico

Para seleccionar las plantas para un jardín terapéutico se lo debe hacer en base a la variedad en olor, color, forma, textura, aporte gustativo, y el sonido.

Y se las puede clasificar por el efecto sensorial táctil, para la vista, sensorial para el sonido y por el sensorial por su olor. (Ballard, 2018)

Aquí una lista de plantas según su aporte según Ballard:

Plantas para sensorial táctil - para tocar, quizás escoja plantas como Euonymus Alatus por su corteza, Betula Jaquemontii corky para el tallo principal, Stachys alfombra de plata por sus hojas, Jazmín del Cabo, Cockscomb, hierba, pluma pluma Gay, Globe Amaranto, Hare's Tale hierba, orejas de cordero, Lily, Amor-mentira-sangrado, mullein, obediente, Amapola, Planta Pussy willow, Rosa malva, cola de ardilla hierba, Statice, Woolly tomillo, el ajenjo.

Plantas sensorial para la vista - Vista es principalmente el color, el movimiento y la forma de follaje y flores, trate de incluir plantas como Eucalytus Gunii o salix árboles que proporcionan tanto en color y movimiento.

Plantas sensorial para sonido: procede principalmente de viento que sopla a través del tallo y hojas, así como plantas de bambú y hojeados más grandes plantas funcionan bien en un jardín sensorial.

También intente animado de avena, Globos, flores, farolillos de plantas de bambú, honestidad o dinero Planta, hierba de la Pampa, Hierba de la perla.

Árboles para incluir sonido de abedul, pino y álamo.

Plantas sensoriales para el olfato y el tacto, son plantas con hojas aromáticas como Rosmarinus y hierbas como el bálsamo de limón o menta y lavanda.

(Ballard, 2018)

### **2.5.1.2. Diseño de Jardines**

Se refiere a definir el espacio, estética y funcionalidad de un espacio, para poderla hacer agradable y utilizable Al diseñar un jardín se requiere de gran énfasis en su elaboración y en su mantenimiento, para elegir también las especies vegetales según las necesidades del usuario y del espacio disponible, pensando en el equilibrio y la belleza del resultado final. La labor de diseño de los jardines permite aprovechar al máximo estas superficies e, incluso, crear un efecto de agrandamiento, a través de la correcta utilización de todos los elementos que componen estas zonas. (Bonells, 2018)

#### **2.5.1.2.1. Principios y elementos de diseño de jardín**

Tiene como propósito resolver problemas a través de la composición de los jardines con su organización espacial y funcional para el uso específico que se le va a dar al espacio. Para su composición es necesario utilizar los elementos visuales de manera correcta siendo estos el uso de forma, línea, textura y color.

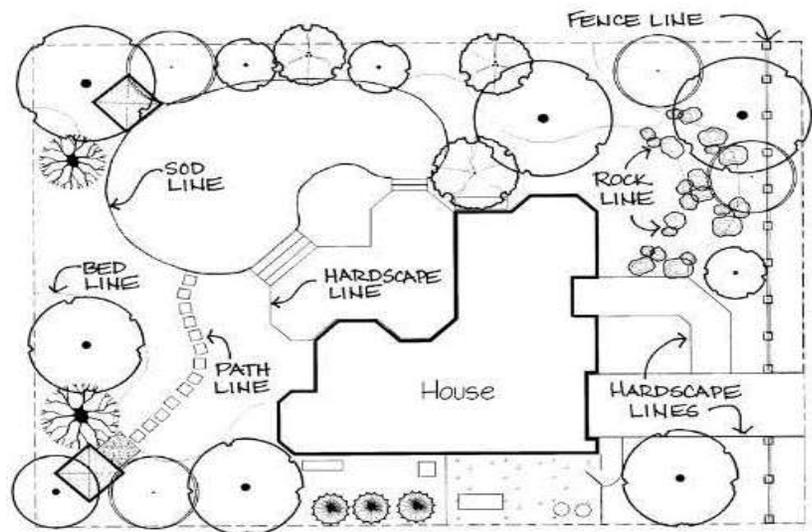
Y por otro lado el uso de principios compositivos siendo estos la proposición, orden, repetición y unidad de diseño se utilizan para crear espacios, conectarlos y hacerlos visualmente agradables al ojo. (Bonells, 2018)

## 1.- Elementos compositivos

Al hablar de elementos compositivos se refiere a las características visuales del espacio. Quizá el elemento más importante es la línea, ya que esta es de la parten diferentes formas y patrones a utilizar en el jardín.

### Línea

Al diseñar un jardín por la composición se forman líneas, ya sea por el contorno o la silueta de los materiales utilizados, con esta se puede crear formas, estas pueden ser rectas, curvas, verticales y horizontales. Al hablar de Líneas rectas se refiere a los bordes y al material del jardín lo que permite crear un carácter formal y simétrico al espacio. Por otro lado las líneas curvas dan un aspecto informal, más relajado asimétrico que simula las líneas de la naturaleza. En cuanto a las líneas verticales son las que incluyen altura a la composición y las horizontales son las que se encargan de dividir al espacio visualmente. (Bonells, 2018)

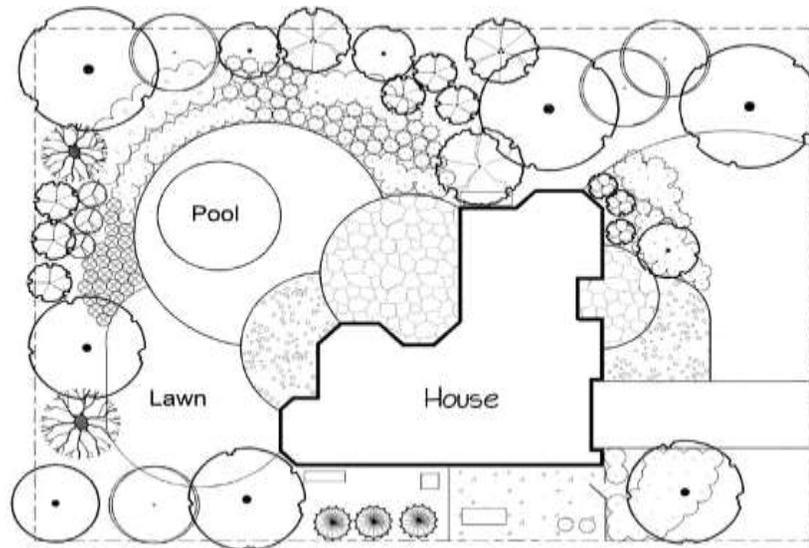


*Ilustración 10: Líneas formadas en el jardín*

*Fuente: Jardines sin fronteras (2018)*

### Forma

Al diseñar un jardín se define a la forma como el contorno del espacio, este se puede encontrar en el paisaje, plantas y elementos decorativos. Al hablar de formas geométricas se habla de formas circulares, cuadradas y polígonas, por otro lado están las formas naturalistas, las cuales hacen referencia a bordes orgánicos y fragmentados. (Bonells, 2018)



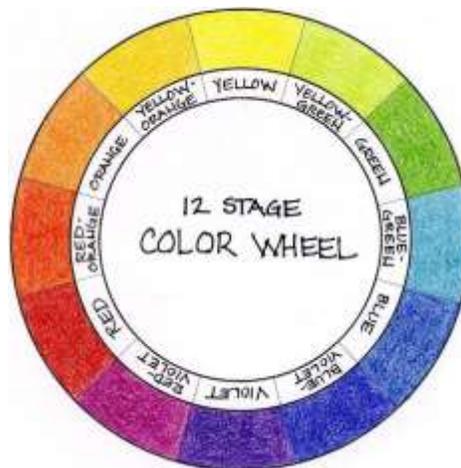
*Ilustración 11: Formas circulares en la composición del jardín*

*Fuente: Jardines sin fronteras (2018)*

## Color

Al hablar de color se puede hacer referencia a la característica más importante en los jardines ya sea que se lo utilice en el follaje, materiales, y demás elementos, pero este puede ser temporal por la floración o la época de las plantas.

Como menciona Bonells (2018) El uso del color se guía por la teoría del color (uso de la rueda de colores) para crear esquemas de color. Una descripción simple de la rueda de colores incluye los tres colores primarios: rojo, azul y amarillo; los tres colores secundarios (una mezcla de dos primarios) de verde, naranja y violeta; y seis colores terciarios (una mezcla de un color primario y secundario adyacentes), como el rojo-naranja.



*Ilustración 12: Rueda de color con 12 colores básicos*

*Fuente: (Hansen & Alvarez, 2010)*

Cuando se habla de la teoría del color se dice que la relación de los colores entre sí y cómo se deben utilizar en una composición. Los esquemas de color básicos son monocromáticos, análogos y complementarios.

Un esquema de color monocromático utiliza un solo color. En jardinería, esto generalmente significa otro color además del color verde en el follaje. Un color puede tener muchas variaciones claras y oscuras, lo que puede agregar interés. Por ejemplo, las variaciones de violeta pueden incluir lavanda, granate, lila y azul violeta (Hansen & Alvarez, 2010)



**Ilustración 13:** Esquema de color monocromático con variaciones de violeta

**Fuente:** (Hansen & Alvarez, 2010)

Los esquemas de color análogos incluyen de tres a cinco colores adyacentes en la rueda de colores, como rojo, rojo-naranja, naranja, amarillo-naranja y amarillo. Este esquema también incluye las versiones claras y oscuras de cada color, como rosa, amarillo pálido y rojo oscuro. Los colores están relacionados entre sí porque incluyen dos colores primarios mezclados para formar un secundario y dos colores terciarios, lo que significa que comparten propiedades comunes. (Hansen & Alvarez, 2010)



**Ilustración 14:** Esquema de color análogo con rojo a amarillo

**Fuente:** (Hansen & Alvarez, 2010)

Los colores complementarios son los que se encuentran uno frente al otro en la rueda de colores. Tienden a tener alto contraste entre ellos. Los conjuntos más comunes son violeta y amarillo, rojo y verde, y azul y naranja. Los colores complementarios se encuentran a menudo naturalmente en flores; Un par común es el amarillo y el violeta. (Hansen & Alvarez, 2010)



*Ilustración 15: Esquema de color complementario con naranja y azul*

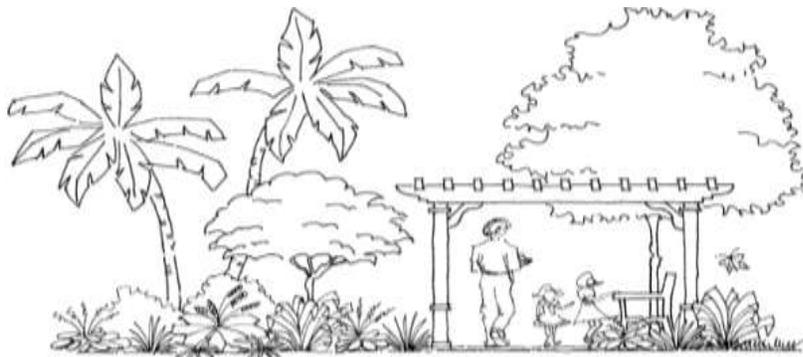
*Fuente:* (Hansen & Alvarez, 2010)

## **2. - Principios de diseño**

Según varias guías de diseño de jardines se puede decir que una buena composición se da por el uso correcto de su visualización a través de su proporción, orden, repetición y unidad.

### **Proporción**

Al hablar de Proporción se puede decir que esta es relativa ya que existe gran variedad de tamaño en los elementos que componen un jardín ya sean el espacio, los elementos decorativos y vegetales. Se debe tener en cuenta la escala humana para su uso adecuado. (Bonells, 2018)



*Ilustración 16: Proporción en plantas y hardscape*

*Fuente:* Jardines sin fronteras (2018)

## Orden

Cuando se habla de orden se refiere a la distribución espacial del jardín a través del equilibrio visual, esto se lo hace en base a un eje central, este puede ser simétrico o asimétrico. El equilibrio simétrico se logra cuando los mismos objetos (imágenes espejo) se colocan a ambos lados de un eje. Este tipo de equilibrio se utiliza en diseños formales y es uno de los conceptos de organización espacial más antiguos y más deseados. Esto se debe a que la mente, naturalmente, divide el espacio al asumir un eje central y luego busca una distribución uniforme de objetos o masa (peso visual). Muchos jardines históricos se organizan utilizando este concepto.

Por otro lado El equilibrio asimétrico se logra con el mismo peso visual de formas, colores o texturas no equivalentes en ambos lados de un eje. Este tipo de equilibrio es informal y generalmente se logra mediante masas de plantas que parecen tener el mismo peso visual en lugar de masa total. La masa se puede lograr mediante combinaciones de plantas, estructuras y adornos de jardín. Para crear equilibrio, las características con tamaños grandes, formas densas, colores brillantes y texturas gruesas parecen más pesadas y deben usarse con moderación, mientras que los tamaños pequeños, formas dispersas, colores grises o tenues y la textura fina parecen más ligeras y deben usarse en mayor cantidad. (Bonells, 2018)



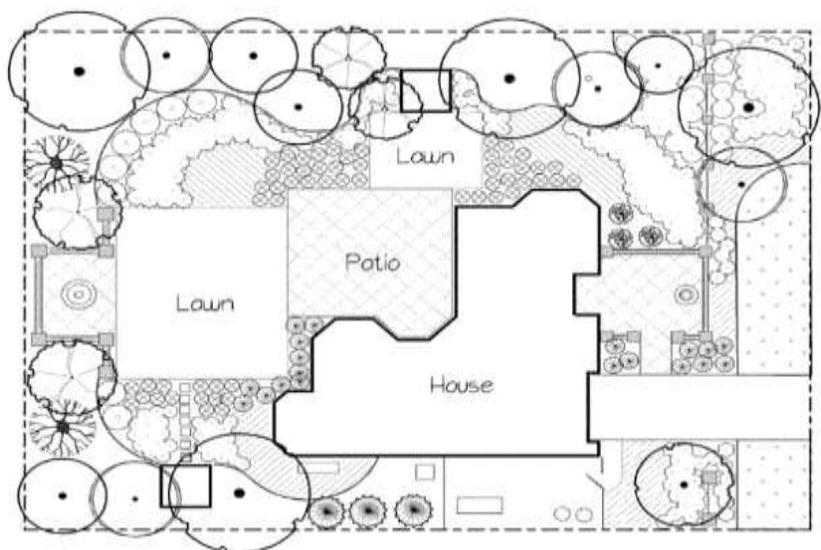
*Ilustración 17: Equilibrio simétrico alrededor de un eje*

*Fuente: Jardines sin fronteras (2018)*

## Repetición

Al hablar de repetición en el diseño de jardines se refiere a los elementos que lo constituyen o a sus características visuales como sus líneas, formas, texturas, esto permite crear ritmo. La repetición simple es el uso del mismo objeto en una línea o la agrupación de una forma geométrica, como un cuadrado, en un patrón organizado.

Esta puede hacer más interesante utilizando la alternancia, que es un cambio menor en la secuencia de forma regular, por ejemplo, utilizando una forma cuadrada en una línea con una forma circular insertada cada quinta casilla. La inversión es otro tipo de alternancia donde los elementos seleccionados se cambian, por lo que las características son opuestas a los elementos originales. Un ejemplo podría ser una fila de plantas en forma de jarrón y plantas piramidales en una secuencia ordenada. La gradación, que es el cambio gradual en ciertas características de una característica, es otra forma de hacer más interesante la repetición. Un ejemplo sería el uso de una forma cuadrada que gradualmente se hace más pequeña o más grande. La repetición no siempre crea un patrón; a veces es simplemente el uso repetido del mismo color, textura o forma en todo el paisaje. (Bonells, 2018)



*Ilustración 18: Repetición de formas cuadradas en el jardín*

*Fuente: Jardines sin fronteras (2018)*

## **Unidad**

Se logra al vincular elementos y características para crear un carácter coherente en la composición. La unidad a veces se denomina armonía, el concepto de todo lo que encaja. En comparación, los grupos dispersos de plantas y los ornamentos de jardín no relacionados son lo opuesto a la unidad. La unidad se logra mediante el uso de la dominancia, la interconexión, la unidad de tres (que se describe a continuación) y la simplicidad para organizar los colores, las texturas y la forma. Si bien los elementos constructivos y las plantas se pueden unificar mediante la combinación de características similares, también es importante crear cierta variedad para crear interés. La forma más sencilla de crear unidad es mediante el uso de un tema de diseño o un estilo de diseño. Los temas y estilos de diseño tienen un conjunto bien definido de características que han mantenido su popularidad a lo largo del tiempo porque son visualmente agradables para muchos. (Bonells, 2018)

### **2.5.1.2.2. Composición**

#### **2.5.1.2.2.1.Elementos Vegetales**

Se puede decir que la naturaleza ofrece una gran variedad de plantas, arbustos, arboles, etc. Por ello a la hora de diseñar un jardín se dificulta su elección. Así que estas pueden clasificarse en: plantas ornamentales, y medicinales o aromáticas. (Plantas de jardín , 2018)

### **1.- Tipos de plantas para jardín**

Al hablar de plantas ornamentales para jardín se ha podido destacar grupos de que son prácticas y fáciles en su mantenimiento estas son: arbustivas, herbáceas, tuberosas, bulbosas, aéreas, trepadoras, suculentas y cactus. (Plantas de jardín , 2018)

#### **a. Plantas arbustivas**

A estas plantas son las más comunes y se las conoce como arbustos, tiene como característica sus múltiples troncos ramificados de la misma planta, lo que permite darle una forma por su poda fácil. Las más comunes son:

*Tabla 1: Plantas Arbustivas más comunes*

*Fuente:* (Plantas de jardín , 2018)

Plantas arbustivas		
buddleja alternifolia	lavándula angustifolia	hamamelis
fucsias	euonymus fortunei	daphne adora
cornus alba	cytisis x kewensis	camellia

### b. Plantas herbáceas

En cualquier jardín las podemos encontrar y se las identifica por tener un tronco leñoso pero sus tallos blandos, utilizadas en medicina, y para condimentar.

*Tabla 2: Plantas herbáceas más comunes*

*Fuente:* (Plantas de jardín , 2018)

Plantas herbáceas		
albahaca	orégano	boca de dragón
el cilantro	amapola	caléndula silvestre
menta	manzanilla	cardo mariano

### c. Plantas Tuberosas

Su principal característica es que parten su desarrollo de un tubérculo, y las mayorías son comestibles.

*Tabla 3: Plantas Tuberosas más comunes*

*Fuente:* (Plantas de jardín , 2018)

Plantas Tuberosas		
Patatas	Jengibre Salvaje	alpinia roja
Begonia	zanahorias	vara de San José
Caladio	begonias tuberosas	Ranunculus

### d. Plantas Bulbosas

Son plantas con propósito Hortícola ya que sus bulbos crecen debajo de la tierra, Algunos de estos poseen flores como lo son:

**Tabla 4:** Plantas Bulbosas más comunes

**Fuente:** (Plantas de jardín , 2018)

Plantas Tuberosas		
Narcisos	Narcisos enano	Dalia
Tulipanes	azafran	Iris

#### e. Plantas aéreas

Se las conoce como Epifitas, y sus raíces crecen en el aire y no en la tierra, alimentándose de la corteza de los árboles. Estas pueden ser orquídeas, clavel de aire y barba de palo. (Plantas de jardín , 2018)

#### f. Plantas trepadoras

Se caracterizan por extenderse por diferentes lugares del jardín ya que ponen sus raíces en la tierra y se extienden de manera horizontal o vertical.

**Tabla 5:** Plantas Trepadoras más comunes

**Fuente:** (Plantas de jardín , 2018)

Plantas trepadoras		
Hiedra	Jazmines	Dama de noche
Glicina	Parra virgen	flor de la pasión
Abelia	Buganvilla	Hortensia trepadora

#### g. Cactus y suculentas

Se caracterizan por soportar largo tiempo sin agua, son resistentes y no necesitan tantos cuidados.

**Tabla 6:** Cactus y suculentas más comunes

**Fuente:** (Plantas de jardín , 2018)

Cactus y suculentas		
cactus	Euphorbia obesa	Crassulla perforata
Aloe vera	Flor de marmol	Alfileres de eva
mammillaria	Plectranthus verticillatus	Ferocactus

### 1. Plantas de jardín con flores

Sin duda es el recurso más llamativo al momento de diseñar jardines, pero requiero de cuidados ya que son delicadas pueden llegar a brindar frescura, buena vista y una fragancia única.

**Tabla 7:** Plantas Trepadoras más comunes

**Fuente:** (Plantas de jardín , 2018)

<b>Plantas con Flores</b>		
Amapola	dipladenia	magnolia
tulipanes	Rosa de jerico	zinnia
jacinto	Dama de noche	Petunias
Narciso	Gardenia	Azaleas
crisantemo	Margaritas	Flor de tigre
azucena	Rosa	Ave del paraíso
Cayena	hortensias	Girasol

## **2. Plantas de jardín para interiores o de sombra**

Las plantas de jardín que son resistentes a la sombra abarcan un gran número de especies con diferentes estilos y tamaños, muchas personas piensan que en esos espacios en donde el sol no puede llegar correctamente, están condenados a no tener ningún tipo de planta floral decorativa por falta de iluminación.

Pero para escoger una buena planta para la sombra solo se debe saber un poco sobre cuales son y los cuidados que estas necesitan, te mostramos algunas de las plantas de jardín para sombra que si puedes cuidar y disfrutar en tus espacios.

**Tabla 8:** Plantas de sombras más comunes

**Fuente:** (Plantas de jardín , 2018)

<b>Plantas de sombra</b>		
Azalea	cosmodum	duranta erecta
buxus	cotoneaster	hedera helix
semperviens	hortalis	hydrangea macrophylla
cissus	dracaena	lex aquifolium
Clivia	rubusta	hostas
Miniata	dracaena	Mastera deliciosa
Chlorophytum	warneckii	Buxus

## **3. Plantas Estéticas**

Existen variedad de plantas estéticas que son utilizadas para curar, prevenir enfermedades o satisfacer necesidades en la cocina; varias de ellas tienen un valor

agregado (limoneros o las naranjas son consumidas en jugos); mientras los árboles frutales que sirven como enredaderas (mora, granadilla).

Según Miranda (2014) “en el planeta tierra, existen 280.000 plantas vasculares, sin considerar que el hombre desde hace 150 años ha producido más de 150.000 variedades” (pág. 21)

La estética incluye las plantas utilizadas en decoración, cultivadas con el propósito de crear y embellecer jardines o decorar un espacio interior, por sus características (textura, flores, pétalos, fragancia, follaje, frutos y tallos) ha acrecentado el desarrollo económico de la sociedad, las áreas ajardinadas en las provincias y ciudades.

### Plantas estéticas- ornamentales comunes de la Región Andina

*Tabla 9: Plantas estéticas- ornamental común de la Región Andina*

*Fuente: Lista de plantas medicinales comunes en la Subregión Andina. Propuestas para su integración en los sistemas de salud.*

*Elaborado por: Vanessa Sánchez (2019)*

Nombre Científico	Nombre Común	Partes	Uso Tradicional	Imagen
<b>Rhododendron</b>	Azalea	Flores de colores vistosos	Cultivo en macetas, jardines	
<b>Fuchsia</b>	Aretes de fuego. Flor de arete Aretes colgantes	Flores de colores vistosos	Decoración de jardines por su crecimiento erecto o colgante.	
<b>Hibiscus rosa sinensis</b>	Cucarda Rosa china	Flores de colores vistosos amarillos, rojos, rosadas, naranjas	Cultivo por la belleza floral Utilizada como arbustos en paisajismo.	
<b>Solandra máxima</b>	Campana de oro	Flor amarilla Son olorosas de noche.	Arbusto trepador robusto	

<b>Bellis Perennis</b>	Coquetas	Flores de vistosos colores	Cicatrizantes Expectorante Las hojas jóvenes son comibles, (crudas o cocidas).	
<b>Antirrhinum majus</b>	Boquita de León Boca de dragón	Flores de distintos colores	Utilizada en jardineras	
<b>Chrysanthemum morifolium</b> <b>Dendranthema morifolium</b>	Crisantemo	Flores de colores blancas, amarillas, rosas etc.	Plantación en jardinerías	
<b>Dianthus caryophyllus</b>	Clavel	Flores de colores	Utilizada por su fuerte fragancia	

#### 4. Plantas aromáticas- medicinales

El hombre desde la antigüedad comenzó el uso de las plantas aromáticas- medicinales de una forma empírica, con el avance de la ciencia y el uso de la tecnología fue perfeccionando sus conocimientos, actualmente posee saberes vinculados con las propiedades curativas y terapéuticas que alivian dolencias Cáceres (1997) afirma:

El uso apropiado de las plantas medicinales, adoptan un sistema de curación y diferentes modos de aplicación; en la medicina alternativa y tradicional actúan como laxantes suaves, analgésico, bactericida en infecciones ofrece una mejoría sana, natural, confiable y segura; por su aspecto nativo no contiene químicos  
Las plantas naturales benefician en la salud, sus propiedades medicinales apoyan para combatir enfermedades, disminuye las infecciones respiratorias, previene el cáncer y los tumores al ejercer un estímulo sobre determinado órgano, tejido o sistema; en la actualidad la medicina natural popular se ha constituido en una actividad económica, lo que ha incrementado el cultivo, recolección, proceso y marketing. (pág. 22)

Las plantas son utilizadas en la medicina ancestral en todas sus partes (hojas, raíces, frutos) sobresale su valor terapéutico; al seleccionar la hierba incorrecta puede provocar efectos secundarios, debiéndose utilizar en forma variada y en pequeñas cantidades.

### Plantas aromáticas - medicinales comunes de la Región Andina

*Tabla 10: Plantas medicinales más comunes*

*Fuente: Lista de plantas medicinales comunes en la Subregión Andina. Propuestas para su integración en los sistemas de salud.*

Nombre Científico	Nombre Común	Parte	Uso Tradicional	Imagen
<b>Caléndula officinalis L.</b> (Asteraceae)	Botón de oro	Flores	Cicatrizante Antiinflamatoria Espasmolítico Dermatitis de pañal	
<b>Equisetum bogotense</b> (Equisetaceae)	Hierba de la plata o cola de caballo	Planta completa: Tallos Hojas partes aéreas	Diurética Astringente Cicatrizante Elimina cálculos urinarios, Anti-anémico Analgésico muscular Disentería	
<b>Eucalyptus globulus Labill.</b> (Myrtaceae)	Eucalipto	Hojas adultas sin pecíolo	Aparato respiratorio Antioxidante Hipoglucemiante Antimicrobiano.	
<b>Matricaria chamomilla L.</b> (Asteraceae)	Manzanilla	Flores	Antiinflamatorio Espasmolítico Sedante	
<b>Melissa officinalis L.</b> (Lamiaceae)	Toronjil	Toda la planta.	Catarro Gripe Fiebre problemas nerviosos dispepsia Presión arterial.	
<b>Plantago major L.</b> (Plantaginaceae)	Llantén	Raíz Hojas Espigas Flor Semillas	Desinflamatorio (piel, vías urinarias) Problemas respiratorios Gastritis Antiparasitario	

<b>Rosmarinus officinalis L. (Lamiaceae)</b>	Romero	Flores	Favorece la función del hígado, digestión apropiada. Alivia las gripes baja la fiebre Aplaca el dolor de cabeza	
<b>Salvia officinalis L. (Lamiaceae)</b>	Salvia	Toda la planta antes de florecer, hojas.	Usada para estados nerviosos, depresión, vértigo. Astringente, emenagogo. Trata la fiebre tifoidea, problemas del riñón e hígado.	
<b>Sambucus nigra L. (Adoxaceae)</b>	Saúco negro	Flores Hojas Fruto Corteza	Diaforético, diurético. Expectorante. Antirreumático. Resfrío común. Astringente, hemostático, cicatrizante.	
<b>Taraxacum officinale F.H. Wigg. (Asteraceae)</b>	Taraxaco	Planta	Diurética Depurativa Digestiva Infección de las vías urinarias.	
<b>Dittrichia viscosa</b>	Olivarda Mosquera Hierba pulguera	Hojas	Antinflamatorio Artritis Antibacteriana Antisépticas Elimina insectos Elimina bacterias	
<b>Ougainvillea spp.</b>	Bugambilia Santa Rita Trinitaria Flor de papel Enredadera de papel	Hojas	Enfermedades de la piel Sífilis Depurativo Diurética Circulación Herpes Enfermedades de la piel	
<b>Aerva sanguinolenta</b>	Escancel	Hojas Raíces Flores	Enfermedades: pulmones Resfriados Neumonía Enfermedades renales Infecciones de vejiga Depresión Cicatrización de heridas Diurético	

<b>Tanacetum parthenium (L.) Schultz-Bip</b>	Santa María	Hojas	Dolores menstruales Artritis Migrañas Nervios Histeria Decaimiento Diarrea Espantos plaguicida natural repelente de insectos	
--	-------------	-------	---	---

### 2.3.1.2.2. Materiales

Un jardín se encuentra conformado por plantas en diferentes texturas que cubren una parte de su superficie, también se utiliza el césped, por esta razón es importante combinar distintos materiales (madera, piedra, ladrillo o bloque, con arena, tierra, cemento, cascajos o corteza de pino).

Según la Comisión mundial de Naciones Unidas del Medio Ambiente y Desarrollo (2017) “la elección de los materiales requiere de una planificación que cumpla con criterios de sostenibilidad; puede utilizarse (hojas, ramas, troncos, gajos, hierba segada, malas hierbas, despojos de frutas y verduras, ceniza, residuo, restos de papel y cartón entre otros” (Pág. 49)

### Materiales Pétreos

En el medio se pueden encontrar una gran cantidad de sustratos, tales como:

*Tabla 11: Materiales pétreos*

*Fuente: Manual de diseño de jardines*

Nombre	Características	Imagen
<b>Grava Roja</b>	Su uso es práctico, reduce la humedad, controla las malas hierbas, presenta problemas al caminar.	
<b>Grava Gris</b>	Material versátil, atractivo con retención angular para las partículas de piedra.	

<b>Grava Amarilla</b>	Se oscurece con el pasar del tiempo. La sombra intensa aumenta el musgo o líquenes.	
<b>Laja De Colores</b>	Se pueden colocar uno encima de otro. El acabado es natural Puede ser colocado en interiores y exteriores como cubre muros.	
<b>Granito</b>	Roca ígnea, color plateado o gris. Los cristales son oscuros dando tonalidades rojizas.	

### 2.5.1.2.2.3. Instalaciones

Según la Comisión Mundial de Naciones Unidas del Medio Ambiente Y desarrollo (2017) “el riego y las instalaciones eléctricas con colocadas antes de iniciar con la construcción del jardín, requiere de un proceso, iniciando con el trazado de las tuberías del regadío e luminaria, las zanjas no deben generar molestias; tomando como referente la elección de los senderos se ubicaran las plantas. (Pág. 20)

#### **Estructuras de agua**

Permiten controlar y obtener agua dependiendo de la cantidad requerida para mejorar las condiciones del jardín; es necesario considerar las proporciones del terreno en la incorporación de las instalaciones.

**1.- Estanques:** son instalaciones permanentes, construidas en relación a las dimensiones del jardín, contiene peces o plantas acuáticas (opcional); las fuentes proporcionan vida y alegría al ambiente natural; sin embargo su mantenimiento puede laborioso. (Miranda, 2014, pág. 21)



*Ilustración 19: Ilustrativo de estanque en jardín de meditación*

*Fuente: Jardines sin fronteras (2018)*

**2.- Fuentes:** presentan diseños perfilados, siendo necesario incorporar una bomba para lograr el movimiento, sonido del agua y funcionamiento apropiado. (Miranda, 2014, pág. 21)



*Ilustración 20: Diseño de fuente de jardín*

*Fuente: Jardines sin fronteras (2018)*

**3.- Cascadas:** son excelentes para dar sonido al jardín, crean ambientes con mayor movimiento y fluidez. (Miranda, 2014, pág. 21)



*Ilustración 21: Diseño de jardín con mini cascada*

*Fuente: Jardines sin fronteras (2018)*

**4.- Paredes lloronas:** generan un sonido suave y delicado, con frecuencia son colocadas en las entradas de hoteles, casas o lugares comerciales; tienen como propósito llamar la atención de las personas. “Los muros o cristales donde se instalarán las paredes lloronas son construidas con materiales que resisten al agua y humedad” (Miranda, 2014, pág. 21)



*Ilustración 22: Diseño de una pared llorona en el interior*

*Fuente: Jardines sin fronteras (2018)*

**5.- Terrazas:** se encuentran en lugares elevados, espaciosos, iluminados y cálidos, la adecuación del piso y los muebles se vincula con la Pineda (2015)“es necesaria la fijación de una pendiente escalonada a 15cm de distancia en referencia al edificio adherido; debe instalarse un tejido compacto que impida la subida de la humedad; finalmente se considera el recorrido del sol” (Pág. 30)

En el diseño de una terraza, debe considerarse materiales, la forma, el área, el piso, los muebles, la protección e iluminación



*Ilustración 23: Diseño de jardín en terraza*

*Fuente: Jardines sin fronteras (2018)*

**6.- Escaleras y rampas:** se consiguen por medio de peldaños uniformes en alto y ancho para proporcionar seguridad.

Fernández (2011) Los pasamos, barandas o muros laterales se planifican dependiendo el diseño de los peldaños; las escaleras crean un acceso entre niveles; mientras las escalinatas solucionan problemas de pendientes, su construcción debe efectuarse con materiales que garanticen las condiciones de seguridad, comodidad y autonomía personal (Pág. 50)



*Ilustración 24: Ilustrativo de un diseño de jardín con escalones de piedra*

*Fuente: Jardines sin fronteras (2018)*

Las rampas se implementan para seguridad de personas con discapacidad, cuando la circulación es elevada, se requiere la construcción con materiales antideslizantes.

Escaleras y rampas escalonadas son utilizadas en terrenos desnivelados; son peldaños que facilitan la subida de pendientes en zonas céntricas del jardín con comodidad y seguridad; generalmente son empleadas en construcciones basadas en el plano horizontal.

**7.- Estructuras de madera en el jardín:** existe un sin fin de estructuras para equipar áreas verdes y confort a los espacios como por ejemplo pérgolas, plataformas, cercas, mobiliario, corta vientos y contenedores etc. (Miranda, 2014, pág. 21)



*Ilustración 25: Ilustrativo de jardinera de madera*

*Fuente: Jardines sin fronteras (2018)*

#### 2.5.1.2.2.4. Fundamentación Técnica

##### Mantenimiento

Según Durán (2013) Dentro del servicio de jardinería es muy común encontrar algunos aspectos comunes básicos para el cuidado de un jardín ya sea de una vivienda privada, en una comunidad, una urbanización u otros edificios y lugares públicos. Entre lo más importante esta:

-Eliminar las malas hierbas: se trata de un sistema de control y eliminación de las malas hierbas. Algunos de los sistemas que se utilizan para controlar las malas hierbas es la instalación del riego por goteo, cubrir el suelo con corteza de pino o grava o colocar una malla anti hierba con la que mantener a raya las plantas durante una temporada

-Uso de Mulch: También conocido como acolchonamiento de suelo, sirve para reducir la aparición de malas hierbas, y mejorar la apariencia del jardín como la salud d los sustratos.



*Ilustración 26: Ilustrativo de varios tipos de Mulch*

*Fuente: Manual de vermicompostaje (2016)*

-Abonado del jardín: todos los tipos de plantas necesitan ser alimentadas, el abono hace referencia a cualquier elemento que mejora la calidad de la tierra y es utilizado para nutrir a las plantas, se pueden utilizar abonos orgánicos bien compostados o granulados de liberación lenta. Entre los tipos de abonos orgánicos más comunes: Turba, Compost, Estiércol, Humus de lombriz, Abono verde, Guano, Harinas de huesos o Cenizas. Entre los abonos químicos destacan los simples (nitrogenados, fosfatados y potásicos) y los abonos compuestos que tienen dos o más tipos de nutrientes.



*Ilustración 27: Abono para plantas de Humus de lombriz*

*Fuente: Manual de vermicompostaje (2016)*

-Control de las plagas: Las plantas pueden adquirir enfermedades o parásitos y suele depender de la calidad de las plantas y las condiciones de luz, suelo, alimento y riego que se realicen por parte de las empresas de jardinería. Una buena empresa de cuidado de jardín tiene que saber cómo controlar las plagas.

-Cuidado y mantenimiento de césped: los jardines, sobre todo aquellos en lugares públicos, requieren de un mantenimiento al detalle del césped. Por ejemplo, es importante que no se deje crecer demasiado y no se corte más de un tercio de golpe. El riego tiene que tener una frecuencia que depende de la temperatura y la humedad de la propia zona. La eliminación de las malas hierbas y airear el césped es otro de los procedimientos que consiguen mantener el césped en buen estado.

-Poda de árboles y arbustos: es necesario hacer una poda cada año, es muy importante que el procedimiento y los cortes que se realicen en el árbol sean correctos. Las podas de mantenimiento se hacen con el objetivo de sanear la copa del árbol de ramas secas, torcidas o que no reciben la luz necesaria. (Durán , 2013)

### **Sistemas de riego**

Según Durán (2013) el riego garantiza el cuidado de plantas, árboles, flores y arbustos. Expertos han asegurado que las mejores horas para regar el jardín son las del amanecer o el atardecer ya que el agua se evapora más lentamente. Los sistemas de riego que existen en jardinería son:

-Riego con aspersores: este sistema de riego tiene un alcance de hasta 6 metros que puede variar según la presión y el tipo de boquilla. Pueden dividirse en dos tipos: los aspersores emergentes que son aquellos que surgen del suelo cuando comienza el sistema de riego y vuelven a desaparecer una vez que haya finalizado y los aspersores móviles -los que están acoplados en un extremo de una manguera convencional y que se mueven de un lado a otro. (Durán , 2013)



*Ilustración 28: Ilustrativo de riego con aspersores*

*Fuente: Agromaster (2015)*

-Riego con difusores: estos tienen un alcance menor a los aspersores y son más pequeños, aunque tengan similitudes. Los difusores suelen tener un tornillo con el que modificar el alcance, siempre son emergentes y se utilizan para zonas pequeñas y estrechas. (Durán , 2013)



*Ilustración 29: Ilustrativo de riego con difusores*

*Fuente: Agromaster (2015)*

-Riego por goteo: estos se colocan al pie de cada planta y pueden integrarse directamente en la tubería o colocarlos posteriormente. Los goteros que se pinchan llamados goteros de botón suelen ser muy prácticos para los jardines en los cuáles las plantas no estén colocadas cerca una de otras. Gracias al riego por goteo se puede ahorrar agua y mantener un nivel de humedad constante, pero evitando el encharcamiento. Se puede colocar aguas ligeramente salinas mezclando sales minerales con el nivel de agua adecuado o aplicar fertilizantes disueltos. (Durán , 2013)



*Ilustración 30: Ilustrativo de riego por goteo*

*Fuente: Agromaster (2015)*

-Riego subterráneo: este sistema de riego es un servicio de jardinería que se utiliza para césped. Consiste en pequeñas tuberías perforadas enterradas en la superficie entre 5 y 50 centímetros que se quiere mantener. Con este sistema de riego se pierde menos agua al no estar expuesto al aire ganando estética en la zona al no verse las tuberías en el jardín. (Durán , 2013)



*Ilustración 31: Ilustrativo de riego subterráneo*

*Fuente: Agromaster (2015)*

-Riego con cintas de exudación o tuberías porosas: se forma una franja en la que continuamente hay humedad. Este sistema de riego es utilizado en lugares de cultivo en línea y menos visto en jardines. Son muy utilizados en el suelo arenoso. (Durán , 2013)



*Ilustración 32: Ilustrativo de riego con cintas de exudación*

*Fuente: Agromaster (2015)*

-Riego con manguera: es el sistema más barato y que no requiere de una instalación previa, pero conlleva de más tiempo de dedicación. Con la manguera se sabe cuánta cantidad de agua se está echando a la planta y de las técnicas más utilizadas. Además, se puede cubrir una mayor extensión, aunque conlleve cierto tiempo regarlo todo. (Durán , 2013)



*Ilustración 33: Ilustrativo de riego con manguera*

*Fuente: Agromaster (2015)*

## **Iluminación**

La luz indirecta es la técnica más usada ya que crea ambiente tanto en el interior como en el exterior de las estancias. Con el uso de iluminación indirecta en ambientes exteriores conseguimos diferenciar distintos espacios y zonas únicamente con la luz, ya que iluminan y decoran de forma simultánea. Entre estas están:

-Appliques: Estos se las utiliza especialmente en las terrazas o zonas de descanso, pueden generarse formas decorativas a través de appliques de pared, dirigiendo su luz en varias direcciones, ya sea de forma directa o de manera indirecta en la pared generando luces y sombras que forman figuras geométricas (Bojorquez, 2017)



*Ilustración 34: Iluminación con appliques para pared*

*Fuente: Casa y Diseño (2017)*

- Balizas: son luminarias instaladas a ras de suelo, que proyectan normalmente la luz hacia abajo. Su uso más frecuente es para iluminar caminos o lugares de paso en el jardín, pero también pueden aplicarse como elemento decorativo en plantas u objetos como tinajas o figuras para destacarlos. “Las balizas pueden ser de luz tradicional o LED, y podemos encontrarlas con multitud de diseños que van desde los más clásicos tipo poste, hasta los más vanguardistas y sofisticados”, explica Mariano Del Val, jefe de Producto de Exterior y Ventiladores en Sulion (2016)



***Ilustración 35: Iluminación con balizas***

***Fuente: Casa y Diseño (2017)***

-Pinchos de jardín: Estos están fijados al suelo directamente, permiten iluminar todo tipo de vegetación o paredes. “Aunque estos focos crean una luz directa, si se ponen hacia un elemento concreto crean un efecto de luz difuminada hacia el resto del espacio”, asegura Del Val (2016)



***Ilustración 36: Iluminación con pinchos de jardín***

***Fuente: Casa y Diseño (2017)***

-Empotrables de suelo: Su uso permite una iluminación muy especial desde abajo y decorativa, además crea un ambiente relajante para las noches de verano. Normalmente construidas con materiales resistentes (acero inoxidable), estas luminarias están especialmente diseñadas para soportar presiones y humedades altas, debido a que están en zonas expuestas al paso. (Bojorquez, 2017)



*Ilustración 37: Iluminación con empotrables en el suelo*

*Fuente: Casa y Diseño (2017)*

-Plafón: Son muy convenientes en entradas, para iluminación de presencia, o en zonas donde necesitamos luz directa como sobre las mesas para cenar. Con tecnología LED o luz tradicional, los diseños son muy diversos y se adaptan a todos los estilos decorativos. (Bojorquez, 2017)



*Ilustración 38: Iluminación con plafón*

*Fuente: Casa y Diseño (2017)*

-Proyectores: Son un recurso muy utilizado para iluminar fachadas y zonas ajardinadas son los proyectores de líneas decorativas. En el mercado se encuentran disponibles con sensor de presencia y sin él. El uso con sensor de presencia, es muy útil

para instalaciones en las que no se quiere usar interruptor, y el encendido y apagado se hace automático al paso de las personas. (Bojorquez, 2017)



*Ilustración 39: Iluminación con proyectores*

*Fuente: Casa y Diseño (2017)*

### **2.5.1.3. Humanización de Diseño**

La infraestructura y el diseño arquitectónico hospitalario ha venido cambiando en el tiempo cubriendo las necesidades del momento; primero como un lugar de atención masiva donde no se hacía ningún tipo de clasificación de los enfermos, después se agruparon por edad, género y se pensó más en el control de infecciones, con el tiempo se desarrollaron nuevos servicios lo cual permitió, que este tipo de entidades se empezaran a visualizar como centros de conocimiento científico, además de ser un centro de atención favoreciendo con ello que las condiciones arquitectónicas cambiaran; actualmente se busca ofrecer servicios de salud de calidad y seguros, dos componentes que se entrelazan con la humanización; triada que al momento de diseñar se convierten en la base del mismo y premisa de diseño arquitectónico.

Siendo así que para esta época se habla de la psicología arquitectónica como la humanización de los espacios físicos en donde, según Pellitteri G (2015), al planificar la construcción de un edificio hospitalario se tiene que considerar lo físico y las necesidades psicológicas de las personas (los enfermos en particular). Señala a su vez que reconociendo los procesos interactivos que se producen entre el hombre y el medio ambiente, pensando en el concepto de humanización, el diseño y distribuciones

espaciales deben responder a las necesidades del paciente con relación al sentido de la aceptación y familiaridad, respeto de la privacidad, confort sensorial y la facilidad de orientación entre otros.

Otros autores como Schweitzer, Gilpin y Frampton (2004) indican que la planificación y diseño arquitectónico pensado en servicios de salud humanizados inciden en la calidad ambiental y el bienestar del usuario. Nagasawa (2000) propone que el objetivo de "ambientes de hospital más humanos" se refiere a diseños pensados en propiciar entornos de salud que reduzcan el nivel de estrés que puede ser muy alto para los pacientes y el personal asistencial, debido al contacto diario con enfermedad, dolor y (en algunos casos) muerte; promover y aumentar el bienestar y la calidad de vida de los usuarios del hospital. Cedrés de Bello (2002) refiere que con el fin de favorecer una percepción humanizada del establecimiento de salud y promover un proceso de identificación del usuario con los símbolos, los mensajes, y los significados que el aspecto de la edificación le puede comunicar; el diseño del ambiente físico, el sistema organizacional y el modelo de atención, se deben basar en el contexto cultural y ambiental en el que se desarrollan los usuarios. Esto para mencionar algunos autores, pero en conclusión todos coinciden en que el diseño debe partir de las necesidades y características del paciente (físico, psicológico y espiritual).

### **Diseño centrado en el usuario**

En la actualidad se observa una serie de productos, accesorios, y servicios diseñados para ser atractivos, marcar tendencia, convertirse en símbolo de estatus social, servir a fines comerciales y saciar un sentimiento de lujo en el usuario, las ideas que formulan un diseño se basan en estadísticas y predicciones de marketing sobre los estándares actuales y futuros de lo que se considera está o estará de moda permitiendo que los diseños generen más necesidad que soluciones, sin embargo, desde que se planteó la palabra "diseño" se designó como tal que una de las características que la acompañarían serían: solucionar un problema o una necesidad real, impactar de forma positiva en los medios sociales y culturales, ser innovador y tomar en consideración las necesidades que puede presentar una persona, debido a los diferentes intereses por los que se concibe un diseño, la disciplina como tal se ha fragmentado en lo que hoy en día

se consideran estilos, tendencias, posturas o filosofías, entre ellas intentado conservar los valores iniciales del diseño está el Diseño centrado en el usuario.

Considerando que de por si su nombre denota cuál es su objetivo principal, el diseño centrado en el usuario plantea una filosofía la cual coloca a las personas como base de todo proceso por el cual atraviesa una idea o concepto para poder realizarse y materializarse, de modo que el diseño centrado en el cliente considera exitoso un producto o servicio al constatar que cada aspecto, forma, o característica cubre las necesidades o futuras necesidades de los usuarios (Garreta Domingo & Mor Pera, 2011). La ergonomía, es la disciplina que más se aproxima al uso y aplicación de principios del diseño centrado en el usuario ya que esta considera aspectos como las capacidades y limitaciones físicas y mentales de una persona para generar sistemas, productos y ambientes adecuados para su ocupación. Al considerar un centro psiquiátrico humanista es imposible no pensar en la necesidades de los usuarios refiriéndose tanto a pacientes como personal médico, familiar y toda persona que desempeñe una función, es así que conocer la condición médica y social de los pacientes, la labor que desempeña cada médico, especialista o trabajador así como la forma en como la familia interactúa con el paciente provee de datos que permitirá generar diseños que sacien sus necesidades y eleven su nivel de calidad de vida.

### **Necesidades de usuario**

Cada ser humano posee diferentes necesidades entre la cuales están las humanas y las personales.

-Necesidades humanas: todo ser vivo es poseedor de un sistema de órganos funcionales los cuales necesitan satisfacer ciertos requerimientos para su óptimo funcionamiento, como la sensación de frío que es un indicador de que el cuerpo necesita calor para regular su temperatura corporal, pero solo el ser humano presenta exigencias más allá de las necesidades físicas de comer, beber y dormir. El ser humano presenta otros requerimientos además de fisiológicos, presenta necesidades espirituales y cognitivas. El psicólogo humanista

Abraham Maslow diseñó el modelo de necesidades humanas enmarcándolo en un triángulo de 5 niveles sobre el cual se fundamenta la teoría de Maslow que sugiere

que solo cuando se satisfacen las necesidades más básicas finalmente se aspira alcanzar necesidades superiores. (Rus, 2019)

-Necesidades personales: el espacio dentro del diseño arquitectónico adquiere sentido y propósito cuando cumple su función principal que es la satisfacción de las necesidades personales de sus ocupantes, es por ello que las necesidades espaciales van de la mano con la actividad humana. Es imprescindible determinar la actividad a realizarse dentro de un espacio y demás aspectos que la complementan, el mobiliario correcto, la cantidad de luz necesaria hasta los detalles y acabados que impregnan el espacio. Friedrich (1969) considera: que el espacio no se reduce a las simples relaciones geométricas que fijamos como si, limitados al simple papel de espectadores curiosos o científicos, nos encontrásemos fuera del espacio. Vivimos y actuamos dentro del espacio y en él se desarrolla tanto nuestra vida personal como la vida colectiva de la humanidad.

## **Desarrollo conceptual de la variable dependiente**

### **2.5.2. Centro gerontológico**

Se trata de instituciones que cuentan con servicios de acogida para la atención y cuidado ofrecidos a personas adultas mayores de 65 años o más que requieren de protección especial en forma temporal o definitiva, que no pueden ser atendidos por sus familiares; personas adultas mayores que carezcan de un lugar donde residir de forma permanente, que se encuentran en situación de abandono, falta de referentes familiares, pobreza y pobreza Realidad de centros gerontológicos. (Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2014)

Según el MIES (2014) los centros y servicios de atención para la población adulta mayor que operan bajo la rectoría del Ministerio de Inclusión Económica y Social, procuran funcionar a través de la implementación de servicios multimodales siendo estos: residencia, atención diurna, atención en espacios alternativos y atención domiciliaria, de tal manera que se logre optimizar el uso de los recursos existentes para el servicio y atención de una mayor población de adultos mayores, en sus más diversas necesidades.

Residenciales: son servicios de acogida para la atención y cuidado ofrecidos a personas adultas mayores de 65 años o más que requieren de protección especial en forma temporal o definitiva, que no pueden ser atendidos por sus familiares; personas

adultas mayores que carezcan de un lugar donde residir de forma permanente, que se encuentran en situación de abandono, falta de referentes familiares, pobreza y pobreza extrema, en condiciones de alto riesgo y que manifiesten su voluntad de ingresar.

Atención diurna: son servicios de atención que durante el día se brindan a las personas adultas mayores, y están concebidos para evitar su institucionalización, discriminación, segregación y aislamiento; constituyen además, un complemento en la vida familiar, social y comunitaria; enfocados en el mantenimiento de las facultades físicas y mentales del adulto mayor para prevenir su deterioro, participar en tareas propias de su edad, promover la convivencia, participación, solidaridad y relación con el medio social.

Espacios alternativos de revitalización, recreación, socialización y encuentro: Son espacios concebidos para el encuentro y socialización de los adultos mayores que puedan trasladarse por sus propios medios. En estos espacios, se realizarán actividades recreativas, de integración e interacción, tendientes a la convivencia, participación, solidaridad y relación con el medio social y promoción del envejecimiento positivo y saludable. (Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2014)

### **2.5.2.1.Contexto**

Situación del adulto mayor en Ecuador: El envejecimiento de la población mundial, es un fenómeno que marcará el siglo XXI. A escala global, cada segundo 2 personas cumplen 60 años y al momento existen 810 millones de personas en el mundo mayores de esa edad. En nuestro país existen 1.049.824 personas mayores de 65 años (6,5% de la población total).

El Gobierno de la Revolución Ciudadana implementa políticas públicas basadas en la defensa de los Derechos y en el reconocimiento al valor de la población adulta mayor, cuya participación aumentará progresivamente. En el año 2020 será del 7,4%. Para el año 2054 se prevé que representen el 18% de la población. Para las mujeres la esperanza de vida será mayor con 83,5 años comparado con los 77,6 años de los hombres. En este período de vida, existen mayores limitaciones para acceder a recursos de subsistencia y se incrementan las necesidades de atención. (MIES, 2019)

Desde el Ministerio de Inclusión Económica y Social se considera al envejecimiento como una opción de ciudadanía activa. Se promueve un envejecimiento positivo, para una vida digna y saludable, a través de su participación y empoderamiento junto a la familia, la sociedad y el Estado. Su atención se da a través de 14 Centros de atención directa del MIES. Por otra parte también tiene 428 convenios de cooperación con instituciones públicas y privadas en todo el país para atender a personas adultas mayores a través de diversas modalidades de atención.

**Tabla 12:** Listado de Centros Gerontológicos de Atención Directa del MIES

*Fuente: MIES (2014)*

<b>CENTROS GERONTOLÓGICOS DE ATENCIÓN DIRECTA MIES</b>			
<b>Zonas</b>	<b>Nombre del centro</b>	<b>Distrito</b>	<b>Modalidad brindada</b>
1	Centro Gerontológico San Lorenzo	San lorenzo	Residencia-diurno
2	Centro Gerontológico Cayambe	Cayambe	Residencia
3	Centro Gerontológico – Patate	Patate	Residencia, diurno, espacios alternativos y visitas domiciliarias
4	Centro Gerontológico Guano	Guano	Residencia, diurno, espacios alternativos y visitas domiciliarias
5	Centro Gerontológico – Portoviejo.	Portoviejo	Residencia, diurno, espacios alternativos
6	Centro Gerontológico-Santo Domingo de los Tsáchilas	Santo domingo	Residencia, diurno, espacios alternativos y visitas domiciliarias
7	Centro Gerontológico – Pedernales.	Pedernales	Residencia, diurno, espacios alternativos y visitas domiciliarias
8	Centro Gerontológico – Milagro.	Milagro	Residencia, diurno, visitas domiciliarias
9	Centro Gerontológico – Guaranda.	Guaranda	Residencia
10	Centro Gerontológico – Babahoyo.	Babahoyo	Residencia-diurno
11	Centro Gerontológico – Quevedo.	Quevedo	Residencia-diurno
12	Centro Gerontológico – MIESpacio	Cuenca	Espacios alternativos
13	Centro Gerontológico – Zaruma	Piñas	Residencia, espacios alternativos y visitas domiciliarias
14	Centro Gerontológico – Huaquillas		Espacios alternativos y atención domiciliaria

### **2.5.2.2. Adulto Mayor**

Se ha definido al adulto mayor a las personas que cruzan la edad de 60 años en adelante. En el Ecuador habitan 940.905 personas que son mayores a los 65 años, es decir que en el país este grupo social es el 6,5% de la población en general. (Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2014)

Los adultos mayores son símbolo de estatus, prestigio y fuente de sabiduría, por lo general son tratados con mucho respeto y se les identifica por ser maestros o consejeros en ciertas sociedades, debido a su larga trayectoria. Aunque esto difiere según cada cultura, porque en algunos países la condición de vida de un adulto mayor se torna muy difícil debido a que pierden oportunidades de trabajo, actividad social y en el peor de los casos son excluidos o rechazados (Santaba, 2016).

Por otro lado Quishpe (2014), afirma que el adulto mayor pasa por una etapa del ciclo vital considerada como la última, lo cual provoca la culminación de proyectos de vida para hacer posible el disfrute pleno del diario vivir. Al adulto mayor se lo puede asociar con la etapa productiva, la cual ha dado fin. La etapa de la tercera edad se la relaciona con historias, anécdotas, conocimientos, leyendas y experiencias de la vida, las cuales son transmitidas de generación a generación. Esta edad se la puede considerar como una de las mejores de la vida o la etapa de oro, de la cual la mayoría de personas llegarán a ser parte, por lo que el estilo de vida de cada persona puede definir el bienestar de la misma en dicha etapa.

#### **2.5.2.2.1. Características fisiológicas, psicológicas y sociales del adulto mayor**

Según Abella (2018) en su estudio “Características psicofisiológicas de las personas mayores y aspectos a considerar en su mejora de la condición física” menciona que “El envejecimiento conlleva diferentes cambios ya sean Fisiológicos, Psicológicos, emocionales y sociales.” (pág. 2)

##### **Características fisiológicas**

Se suele definir el envejecimiento como un proceso de deterioro donde se suman todos los cambios que se dan con el tiempo en el organismo y que conducen a alteraciones funcionales y hasta la muerte. Estos cambios desde el punto de vista morfológico, psicológico y bioquímico, se caracterizan por una pérdida progresiva de la

capacidad de adaptación y reserva del organismo, que va a producir una mayor vulnerabilidad del sujeto ante las relaciones externas (daños potenciales a su salud, amenazas a la satisfacción de sus necesidades, deterioro funcional). Desde una visión del ámbito fisiológico, el envejecimiento conlleva cambios en los sistemas cardiovascular, respiratorio, metabólico, motriz, etc. Que a su vez van a interaccionar sobre las capacidades psicológicas, que merman las capacidades de resistencia y agilidad de los ancianos, con los consiguientes perjuicios para su autonomía y calidad de vida.

En cuanto al Sistema cardiovascular hay una disminución del gasto cardiaco debido a la rigidez de las arterias. La sangre almacenada eleva la presión capilar y hace que aumente la cantidad de líquido que pasa hacia el tejido intersticial, formándose edema. La presión arterial sistémica se eleva. Por otro lado disminuye el flujo sanguíneo cerebral, aumentan la resistencia periférica y se hipertrofia la pared del ventrículo izquierdo. Por ende la presión arterial del adulto mayor sin patologías agregadas es igual a la del adulto maduro lo mismo que la frecuencia cardiaca. Los ancianos son más propensos debido a los cambios antes descritos a tener hipotensión postural y arritmias.

Por otro lado la pérdida de masa ósea y muscular relacionada con la edad es un fenómeno universal y parece asociado inevitablemente al envejecimiento, conduciendo en muchas personas a la osteoporosis y a la disminución de la masa muscular con la consiguiente disminución de fuerza. Especialmente se observa que la masa ósea disminuye a partir de la cuarta década de la vida en la mujer y algo más tarde en el hombre.

Así mismo a lo largo de todo el ciclo vital, el aparato respiratorio es vulnerable a las lesiones provocadas por múltiples infecciones, contaminantes ambientales y reacciones alérgicas. Estos factores son aún más nocivos que el proceso de declinación funcional, el cual es parte normal del proceso de envejecimiento. El mecanismo de la respiración en los ancianos tiene como característica el hecho de que la inspiración se basa más en el diafragma y requiere un mayor esfuerzo, sobre todo cuando está en posición decúbito dorsal.

A demás con la edad, la agudeza de los sentidos decae, las personas mayores de 65 años son propensas a tener problemas de visión especialmente en la oscuridad, las

cuales pueden ser parcialmente corregidas a través del uso de lentes u operaciones en el caso de las cataratas. Los problemas de audición son más comunes que los de visión; las personas de edad tienen dificultades para seguir una conversación cuando interfieren ruidos tales como televisión, radio u otras conversaciones. (Abella, 2018)

### **Características psicológicas**

A nivel psíquico se produce un envejecimiento de las capacidades intelectuales que se inicia hacia los 30 años y se incrementan en la vejez. Existe pérdida de la capacidad para la resolución de problemas, se va alterando la capacidad de lenguaje y expresión y se producen alteraciones en la memoria, tal como hemos indicado en el apartado de características físicas en las modificaciones del sistema nervioso. Suele padecer amnesia focalizada en el tiempo. Su auto concepto varía siendo bajo en muchos de ellos, principalmente cuando se jubila, a no ser que tenga trabajo y actividades que hacer. Al tener mucho tiempo libre, si no está bien regulado y organizado, su deterioro puede ser más rápido. Las actividades de todo tipo le suelen dar una fortaleza en la confianza en sí mismo y el deterioro físico y psíquico se vuelve más lento. Una rutina o un trabajo continuo le dan la posibilidad de mantener un mejor nivel de rendimiento para sus actividades y con ello una fortaleza en la que le permite confiar sobre sus capacidades. (Abella, 2018)

### **Características sociales**

Los cambios en el aspecto social hace referencia al papel del anciano en la comunidad donde encontramos que algunos lo consideran una carga y otros una persona que merece mucho respeto. El papel que va a desempeñar en la sociedad, en la que solo se valora al hombre activo que es capaz de producir y generar riquezas, se modifica con la jubilación, realizando ahora tareas de tipo hobby o tareas de ayuda social, como participante en asociaciones de tipo cultural y social, no habiendo una definición sociocultural del conjunto de actividades que serían específicas de los ancianos lo que podría generar en ellos sentimientos de inutilidad y poco reconocimiento social. (Abella, 2018)

#### **2.5.2.2.2. Categorización de adultos mayores (Según sus capacidades físicas)**

##### **Activos Independientes**

Para los adultos de este grupo de edades, la actividad física consiste en actividades recreativas o de ocio, desplazamientos (por ejemplo, paseos caminando o en bicicleta), actividades ocupacionales (cuando la persona todavía desempeña actividad laboral), tareas domésticas, juegos, deportes o ejercicios programados en el contexto de las actividades diarias, familiares y comunitarias.

Estas directrices son válidas para todos los adultos sanos de más de 65 años. También se aplican a las personas de esas edades con ENT crónicas. Las personas con determinados problemas de salud, como enfermedades cardiovasculares y diabetes, pueden tener que tomar más precauciones y consultar al médico antes de intentar alcanzar los niveles recomendados de actividad física para los adultos mayores (Castro, 2014).

##### **Convalecientes**

Se los llama convalecientes a este grupo de adultos mayores ya que tras una enfermedad aguda y una hospitalización estos requieren de un período de convalecencia. Luego de un período de fragilidad física asociado a un envejecimiento biológico normal que, poco a poco, exige más ayuda.

Esto se puede dar a causa de una enfermedad degenerativa de la que ya existían algunas evidencias. Una de las situaciones más comunes y difíciles comienza cuando las personas mayores, que viven en su propio domicilio con niveles relativamente altos de independencia y autonomía funcional, se preocupan, al igual que sus familiares, por el hecho de vivir solos en sus condiciones de fragilidad, así como por algunos sucesos puntuales (por ejemplo, una caída). (Caiza, 2018).

##### **Dependientes**

Puede decirse que una persona mayor es dependiente cuando presenta una pérdida más o menos importante de su autonomía funcional y necesita la ayuda de otras personas para poder desenvolverse en su vida diaria. Por lo general, las causas de la dependencia de una persona mayor son múltiples y varían de forma notable según los casos. La dependencia de una persona mayor puede obedecer a múltiples causas y, de hecho, casi siempre viene condicionada por más de una. Entre los factores que pueden

determinar la dependencia de una persona mayor podemos diferenciar los físicos, los psicológicos y los que proceden del contexto (Cooper, 2015).

### **2.5.2.2.3. Necesidades y requerimientos del adulto mayor**

#### **Socioeconómico**

Los factores que determinan la vulnerabilidad y el nivel de funcionalidad en la vejez son: falta de apoyo familiar, salud, economía, relaciones afectivas, viudez), Mismos que contribuyen al mantenimiento o pérdida de la funcionalidad del adulto mayor, por ello el estatus económico y social obtenido en la vida adulta por el puesto de trabajo que se desempeñó, tiene repercusiones en la jubilación y pensión, para prevenir complicaciones de cara a la jubilación del adulto mayor), Convirtiéndose en una situación de vulnerabilidad social y económica de la población adulta mayor en caso de no contar con apoyos familiares, sociales, o económicos suficientes, constantes y adecuados (Villa, 2015).

#### **Integración a la sociedad**

La adultez mayor está considerada como un periodo en el que la persona experimenta numerosos cambios, que si bien dependen del estilo de vida, y del sistema social y familiar, influyen continuamente en las diversas áreas de funcionamiento. En algunos contextos, la adultez mayor se ha asociado a la pérdida constante de capacidades (principalmente relacionadas con el aspecto físico); en estos casos, los estereotipos de la cultura occidental frente al envejecimiento han llevado a que las personas experimenten cierto temor frente a la llegada de esta etapa de desarrollo, que puede llevar incluso hasta el aislamiento social. De esta manera se resalta la importancia de la existencia de los sistemas de apoyo social, familiar y de la salud (Villa, 2015).

#### **Atención geriátrica**

Dado que los adultos mayores tienden a presentar numerosos trastornos y pueden tener problemas sociales o funcionales, utilizan una cantidad desproporcionadamente elevada de recursos para el cuidado de su salud. Los ancianos tienen más probabilidades de consultar con varios profesionales sanitarios y de cambiar de una institución a otra. La prestación de una atención completa e integrada en instituciones sanitarias específicas, lo que se denomina continuidad de la atención, es, por ende, muy importante

en esta población. La comunicación entre los médicos de atención primaria, los especialistas, otros profesionales de la salud y los pacientes y miembros de sus familias, en particular cuando un paciente se traslada, resulta fundamental para asegurar que el paciente reciba la atención apropiada en todos los ámbitos. Los registros de salud electrónicos pueden ayudar a facilitar la comunicación (Parra, 2014)

### **Terapias para el adulto mayor**

El área de terapia preventiva se encarga de la prevención, el mantenimiento y la atención de las áreas cognitivas, físicas y emocionales de los adultos mayores. Estas actividades ayudan a fortalecer la autoestima y mejorar la calidad de vida de las personas de la tercera edad, con independencia física, mental, cognitiva y psico-emocional, evitando el sedentarismo y la postración. (Davalos, 2012).

Según Media (2013) las terapias se pueden dar a través de programas de estimulación cognitiva, actividades diarias para conseguir un aumento en la calidad de vida del adulto mayor siendo estas terapias físicas, ocupacionales y recreacionales, terapia sensorial, motriz, entre otras

-Ubicación temporo-espacial: Se trata de una actividad básica diaria, para fomentar la Orientación en Tiempo y Espacio de nuestros usuarios, además de estimular la memoria a corto plazo, lectura de comprensión, reflexión y socialización.

-Activación y terapia física: varía de acuerdo a las necesidades específicas de cada uno de nuestros Usuarios, impartida por nuestro equipo de especialistas en ésta disciplina. Se desarrollan las siguientes áreas: Fuerza, Equilibrio, Movilidad y Flexibilidad Corporal.

-Estimulación Cognitiva: Se basa en actividades conductuales e intelectuales que buscan mantener y estimular diferentes procesos neuropsicológicos, con el fin de mantener y mejorar las habilidades necesarias para la realización de las actividades de la vida diaria, mantener las habilidades intelectuales (atención, memoria, lenguaje, habilidades motoras, funciones ejecutivas, cálculo) conservadas el máximo tiempo posible con la finalidad de preservar su Autonomía. También conservar y estimular la conexión entre diferentes áreas cerebrales. Por otro lado disminuir alteraciones de conducta y mejorar la calidad de vida de los pacientes.

-Gimnasia cerebral: Consiste en una serie de ejercicios que estimulan distintas áreas del cerebro y funciones, mediante actividades de concentración, coordinación, selección, lenguaje, atención, memoria y percepción.

-Taller de Memoria: El objetivo es preservar la autonomía de la persona que padece un trastorno de memoria, enseñándole a utilizar sus propios recursos, promoviendo el aprendizaje a través de la utilización de técnicas para estimularla.

-Taller de Reminiscencias: Se trata de utilizar eventos del pasado como punto de contacto e interés para con el presente, mediante técnicas como: preguntas sobre hechos anteriores, actividades de dibujo, pintura y collage, manipulación de objetos y música de su juventud.

-Actividades Lúdicas: La serie de actividades generan una distracción y diversión adecuada, estimulante y relajante para los participantes, logrando una disminución de presencia de síntomas depresivos.

Manualidades: Fomenta las actividades básicas e instrumentales de la Vida diaria, el manejo de psicomotricidad Fina, Gruesa, y la Socialización.

-Musicoterapia: La Música en sus diversas aplicaciones fomenta la comunicación, genera en alto grado emociones positivas, mejora las funciones cognitivas y conductuales.

-Pintura: Se la utiliza como herramienta y símbolo de expresión y manifestación de sentimientos.

### **Calidad de vida en el adulto mayor**

El garantizar una vida de calidad a las personas mayores es un nuevo reto que seguirá cobrando importancia en el contexto de la cooperación internacional y en las agendas nacionales en la mayoría de los países durante las próximas décadas. En el plano individual, las personas que ya cumplieron 50 años podrían llegar a cumplir 100; por ende, es urgente reflexionar sobre la calidad de vida que se quiere tener en la vejez y tomar medidas encaminadas a proteger la salud y bienestar en el futuro (Haro, 2016).

La calidad de vida puede definirse como el criterio a través del cual se juzga en qué medida las circunstancias de la vida aparecen como satisfactorias o insatisfactorias y necesitadas de mejora. (Dorsch, 1985)

A continuación se describen ocho áreas importantes para determinar la calidad de vida en el anciano, así como también en cualquier persona adulta. (Reig, 1994)

### **2.5.2.3.Espacio Físico**

#### **2.5.2.3.1. Antropometría del adulto mayor**

La antropometría se refiere al estudio de las dimensiones y medidas humanas con el propósito de comprender los cambios físicos del hombre a través de los años y su evolución racial. El arquitecto, como creador y diseñador de espacios a ser utilizados generalmente por el hombre, debe tener en cuenta esta ciencia, pues es para uso del hombre que se diseñan estos espacios. Esta ciencia es muy importante en arquitectura, pues el hombre vive relacionado su figura con el espacio que lo rodea y además busca estar en los espacios que lo hagan sentir cómodo, en un ambiente agradable con relación a su escala y no como en la antigüedad, cuyos espacios eran diseñados para intimidar y/o impresionar y no se tomaba en cuenta la escala humana. Otro punto a mencionar es que en arquitectura se busca la funcionalidad del espacio y dar respuestas a las necesidades de diseño de la persona. (Arqhys, 2012).

Para Panero (1983) las dimensiones del cuerpo humano que influyen en el diseño de espacios interiores son de dos tipos esenciales: estructurales y funcionales. Las dimensiones estructurales, denominadas estadísticas, son las de la cabeza, tronco y extremidades en posiciones estándar.

Las dimensiones funcionales, llamadas a veces dinámicas, tal como sugiere el término, incluyen medidas tomadas en posiciones de trabajo o durante el movimiento que se asocia a ciertas actividades. Específicamente según la información se puede extraer en cuanto al adulto mayor lo siguiente:

-Los ancianos de uno y otro sexo tienden a ser más bajos que los jóvenes. Esta diferencia puede explicarse basándose en que las personas más viejas pertenecen a generaciones más tempranas y estudios recientes confirman que por lo general, las dimensiones del cuerpo humano están aumentando. También insinúan que esta reducción puede deberse a una supervivencia relativa de individuos bajos y delgados, especulación extremadamente interesante.

-Las medidas de extensión tomadas en personas de edad son menores que entre la gente joven. Existe considerable variabilidad en el grado en que la extensión empeora

por causa de la artritis o limitaciones en el movimiento de las articulaciones. Esto es particularmente aplicable en la extensión vertical para asir. (Panero, 1983, p. 47).

#### **2.5.2.3.2. Ergonomía del adulto mayor**

La ergonomía es una disciplina cuyo objetivo es la combinación entre personas y tecnología para que su trabajo sea en completa armonía, diseñando y manteniendo los productos, puestos de trabajo, tareas, equipos, etc. en acuerdo con las características, necesidades y limitaciones humanas. En todas las aplicaciones su objetivo es común: se trata de adaptar los productos, las tareas, las herramientas, los espacios y el entorno en general a la capacidad y necesidades de las personas, de manera que mejore la eficiencia, seguridad y bienestar de los usuarios. (Añazco, 2012).

Se ha desarrollado cambios radicales en lo social, político, cultural y en lo demográfico, y esta transición demográfica inició el descenso de la mortalidad, por lo que nuestra pirámide poblacional sufrió una inversión, ya que la cantidad de personas de mayor edad ha aumentado gradualmente y la de los infantes tiende a disminuir. Esta información es importante ya que la cantidad de adultos mayores conforman un segmento importante de población trabajadora, y la edad está asociada a cambios en la fuerza muscular, resistencia, flexibilidad, postura y movilidad. La fuerza muscular puede disminuir hasta un 40% arriba de los 40 años de edad, disminuye igualmente la fuerza y la resistencia, con dificultades para mantener la estabilidad postural y una mayor vulnerabilidad hacia las lesiones agudas o acumulativas. Es por ello, que los adultos mayores están expuestos a lesiones musculo-esqueléticas tales como: tendinitis, Síndrome del Túnel del Carpo, Ganglión, Hombro Doloroso y Lumbalgias.

Existe poca o nula información en México acerca de la Ergonomía en los adultos mayores, por lo que deberían de existir condiciones de diseño pensando en estas personas tales como diseñar estaciones de trabajo adecuados a personas adultas quienes presentan disminución en sus capacidades visuales y auditivas, diseñar herramientas adecuadas a su fuerza y destreza, mejorar las condiciones ergonómicas ambientales en su beneficio tales como la iluminación, condiciones termo-higrométricas, sonidos de gran magnitud y las vibraciones, sin olvidarnos de los factores psicosociales que afectan a dichos trabajadores (Gallo, 2019).

### **2.5.2.3.3. Diseño Universal**

El diseño universal es un paradigma del diseño relativamente nuevo, que dirige sus acciones al desarrollo de productos y entornos de fácil acceso para el mayor número de personas posible, sin la necesidad de adaptarlos o rediseñarlos de una forma especial.

Se debe tener en cuenta algunas características del espacio físico para que pueda utilizar el adulto mayor.

Los centros gerontológicos serán espacios con ambientes propicios para las actividades de atención, recreación, revitalización, integración y socialización de los adultos mayores, en un ambiente de seguridad, confianza, calidez, familiaridad, bienestar y libre de barreras arquitectónicas. Deben contar al menos con las siguientes características:

1. Espacios amplios y seguros con cerramiento y vigilancia
2. Acceso vehicular para aprovisionamiento y emergencias
3. Los centros gerontológicos residenciales y diurnos, en lo posible deben tener una sola planta y en caso de contar con más, deberán tener facilidades como rampas, gradas seguras, ascensores o montacargas
4. Facilidades para la circulación con ayudas mecánicas y técnicas
5. Los pisos deben ser de materiales antideslizantes, o contar con los protectores para prevenir caídas
6. Puertas anchas de fácil manejo y que se abran hacia afuera
7. Iluminación y ventilación natural, sin humedad
8. Espacios para almacenamiento de alimentos fríos y secos
9. Deben existir pasamanos en baños, inodoros, vestidores y espacios de traslado
10. Las puertas deberán ser de un mínimo de 90 cm de ancho, para que puedan ser abiertas con una sola mano y el batiente de la puerta hacia afuera.

Por otro lado las características físicas del servicio de espacios alternativos de recreación, socialización y encuentro para personas adultas mayores Serán ambientes propicios para las actividades recreativas, de integración e interacción, libres de barreras arquitectónicas, que consideren las siguientes características:

1. Espacios ventilados, pisos que permitan la movilidad;
2. Deben contar con iluminación y ventilación natural;

3. Deben estar ubicados en la planta baja;
4. Contar con baterías sanitarias con agarraderas;
5. En el caso de servicios alternativos que no se desarrollen en espacios específicamente instalados para el efecto, como casas barriales, locales municipales, estadios, coliseos, u otros, las instalaciones deberán prestar todas las condiciones de calidad, accesibilidad y seguridad para el adulto mayor (MIES, 2019).

## **2.6.Hipótesis**

“El diseño de jardines aplicado como recurso terapéuticos en Centros gerontológicos incide un envejecimiento saludable del adulto mayor”

## **2.7.Señalamiento de variables**

### **2.7.1. Variable independiente**

Diseño de jardines como recurso terapéutico

### **2.7.2. Variable dependiente**

Centros gerontológicos

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

El presente proyecto de investigación utiliza una metodología a través del diseño, la cual produce enfoques y propuestas, llegando a un fin social, a través de una solución conceptual.

Por otra parte se maneja una de las teorías contemporáneas del diseño, basándome en el método del diseño centrado en el usuario, ya cual está fundamentada en la creación de productos resolviendo los intereses y las necesidades del usuario. (Norman, 1988).

#### **3.1. Enfoque investigativo**

##### **Cualitativo:**

El enfoque cualitativo examina una realidad social, siendo así un Conjunto de prácticas interpretativas que hacen al mundo visible. Como afirma Hernández Sampieri (2014) “El enfoque se basa en métodos de recolección de datos no estandarizados ni predeterminados completamente. Tal recolección consiste en obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes (sus emociones, prioridades, experiencias, significados y otros aspectos más bien subjetivos).” (pág. 8)

Por ello este enfoque investigativo es propio de las ciencias humanas ya que es caracterizado por determinar costumbres, hábitos, tradiciones y otras variables, que mayormente no se pueden cuantificar. Al momento de recolectar la información esta debe ser sin opiniones ni juicios sino tal y como es obtenida, seguidamente se identificará e interpretará su significado, por lo tanto es abierto, naturalista, inductivo, holístico, interactiva, y humanista. (Cotán Fernández, 2016)

Durante el desarrollo de la investigación se recopilará datos vinculados con los parámetros de interés sobre las necesidades terapéuticas de los adultos mayores en centros gerontológicos, posteriormente serán analizados e interpretados.

Además, el enfoque permitirá obtener información concerniente a las potencialidades terapéuticas que existe en el diseño de jardines y como estas aportan en la estimulación, recuperación, e interacciones de los adultos mayores y como contribuyen en un envejecimiento saludable.

### **3.2.Modalidad básica de la investigación**

La presente investigación se sustenta en las siguientes modalidades.

#### **Investigación bibliográfica –Documental**

La investigación bibliográfica documental permite la localización, aplicación, y profundización de varios enfoques teóricos, creando y conceptualizando criterios de diferentes autores sobre temas determinados, teniendo como principal objetivo sustentar la parte teórica de la investigación. (Herrera, Medina , & Naranjo , 2004)

Se basa en libros, revistas, tesis de grado, informes estadísticos, artículos científicos, documentos académicos etc. Contribuyendo con información y permitiendo realizar un análisis en base a diferentes puntos de vista de varios autores.

Las fuentes bibliográficas contribuirán en la indagación, análisis y argumentación de información; tomando en cuenta diferentes criterios sobre aspectos terapéuticos de los jardines, también temas relacionados con el bienestar emocional y estimulación del adulto mayor.

#### **De campo**

La investigación de campo es aquella que permite obtener información concisa de una realidad permitiendo un análisis más a fondo de la problemática, con la finalidad de explicar, y comprender su naturaleza, sus causas y efectos, utilizando métodos específicos. Efectuando una exploración en manera directa en el lugar donde ocurre el problema. Lo cual beneficia a obtener de mejor manera datos para llegar a una solución óptima. Para recopilar la información de campo se pretende realizar un análisis de usuario, en este caso los adultos mayores, y del espacio en el que se desenvuelven con el fin de determinar sus necesidades terapéuticas, a la vez que se realiza entrevistas a profesionales especialistas en el cuidado y tratamiento de los adultos mayores, para obtener datos reales sobre la problemática existente.

### **3.3.Nivel o tipo de investigación**

#### **Nivel exploratorio**

Este nivel de investigación permite obtener una referencia general sobre la problemática detectada, la cual parte de una realidad determinada. La información que provee esta investigación da el punto de partida para un conocimiento superficial del

tema, lo cual brinda datos generales que permitirán avanzar en la investigación del presente proyecto de forma más rigurosa acerca del contexto en base al problema que surge en la vida real.

López (2018) considera: “La investigación exploratoria, (denominada formativa) admite conocer, aprender y ampliar los saberes para concretar el problema a investigar”; en el presente trabajo se manejará el nivel exploratorio debido la necesidad de familiarizarse con el jardín terapéutico y sus beneficios en el adulto mayor.

### **Nivel descriptivo**

Este tipo de investigación pretende describir situaciones o eventos que parten del tema del presente proyecto, además que consiste en llegar a conocer en detalle actividades, costumbres, tradiciones, entre otros; del grupo objetivo de la investigación. La información que se obtiene en este nivel permite realizar un posterior análisis en base a los datos obtenidos, así mismo se logra identificar de forma más específica el comportamiento del usuario dentro del entorno detectando de mejor manera las necesidades y requerimientos del adulto mayor para su terapia y bienestar emocional.

## **3.4.Población y Muestra**

### **Población**

En la investigación por su enfoque cualitativo, se aplicará el muestreo no probabilístico, se identificará la población y muestra a través de la selección de varios expertos en los ámbitos de Diseño de jardines terapéuticos, Medicina Natural, Gerontología, Psicología clínica, y Encargados del cuidado del adulto mayor; también un grupo de adultos mayores selecto por recomendación médica; se efectuará un seguimiento minucioso empleando métodos de indagación etnográfica: entrevistas, observación, taller de estimulación de los sentidos en adultos mayores; los cuales aportarán con información que beneficiaran a la hora de realizar la propuesta de diseño.

Según el criterio de (Hernández Sampieri, 2014) “No es necesario un enfoque cualitativo que determine la población definida sujetándose a números examinados por métodos estadísticos. El aporte que se requiere son datos basados en las características, las cualidades y la experiencia que el investigador obtuvo al realizar la investigación“ (pág. 10)

## Muestra

El Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES) promueve un envejecimiento positivo, para una vida digna y saludable, a través de su participación y empoderamiento junto a la familia, la sociedad y el Estado. Actualmente cuenta con 428 convenios de cooperación con instituciones públicas y privadas en todo el país para atender a personas adultas mayores a través de diversas modalidades de atención.

En la Zona 3 (Tungurahua, Chimborazo, Cotopaxi y Pastaza), se atiende a 6.854 adultos mayores, a través de 89 centros de atención gerontológica en convenio con los gobiernos descentralizados municipales, parroquiales y organizaciones sociales; y 2 centros de atención directa en Guano y Patate. (Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2018)

En el Cantón de Patate- Tungurahua se encuentra el centro gerontológico CAIAM- Patate en el residen 31 adultos mayores, de los cuales por recomendación médica fueron seleccionadas 10 personas, 3 hombres y 7 mujeres los cuales se encuentran en condiciones para responder y realizar actividades físicas. Este grupo de adultos mayores es la muestra en la que se basó para realizar un taller, específicamente se enfocó en obtener diferentes respuestas a estímulos sensoriales que se puede obtener al interactuar con diferentes plantas y elementos naturales. Esto se realizará con la finalidad de dar respuesta a ciertas incógnitas de investigación de los ítems de cada variable. Para lo cual se desarrollará una bitácora de campo para documentar las actividades y respuestas del taller. También se realizaran fichas de análisis donde se pueda recopilar toda la información pertinente que aporte al tema de estudio. Para finalmente analizar y discernir todos los datos obtenidos.

*Tabla 13: Selección de participantes del taller de estimulación*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019).*

<b>Adultos mayores</b>	<b>Número de participantes</b>	<b>Total de participantes</b>
Hombres	3	<b>10</b>
Mujeres	7	

Por otra parte se realizaron entrevistas a profesionales en diferentes ámbitos: entre ellos personas expertas en el ámbito de diseño de jardines realizando entrevistas vía internet a Monique Briones y Karin Palmölf Agrónomas especialista en Jardines Terapéuticos, Por otro lado en persona se le realizaron a Ernesto Sánchez Ingeniero con

conocimientos sobre diseño u mantenimiento de jardines y a Iván Coral medico Homeópata especializado en medicina Natural.

Por otro lado colaboraron con información personas expertas en el cuidado y tratamientos del adulto mayor, Como lo es Diego Bernardini Médico gerontólogo su entrevista fue online, también se tuvo el apoyo de personal del centro gerontológico CAIAM-Patate, ahí se recopilo información con ayuda de Su coordinadora Alejandra Villegas Psicóloga Clínica, al igual que de Diana Ulloa y Jorge Urbina cuidadores y talleristas de los adultos mayores. También se realizó una entrevista personal a Daniel Gavilanes Psicólogo clínico.

*Tabla 14: Selección de profesionales*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019).*

<b>Tipo de profesional</b>	<b>Número de entrevistas</b>	<b>Total de entrevistas</b>
Medico gerontólogo	1	
Encargado del cuidado del adulto mayor	2	
Psicólogo	2	<b>9</b>
Homeópata	1	
Especialistas en Diseño de jardines	3	



**Monique Briones**  
**Agrónoma especializada en**  
**paisajismo**

**De Sao Paulo, Brasil.**

---

### **ESTUDIOS**

Estudió **Ingeniería Agronómica** en la UNESP – Universidad de Estadual Paulista. **Especializada en paisajismo** por la ESALQ USP – Escola Superior de Agricultura “Luiz de Queiroz” y por el IBRAP – Instituto Brasileiro de Paisagismo.

### **INVESTIGACION Y PROYECTOS**

En 2002 hace prácticas de la carrera en la Universidad Politécnica de Valencia realizando el proyecto de un jardín para el Ayuntamiento de Beniganin en Valencia. También ha presentado programas de paisajismo y jardinería para el Canal Decasa. Últimamente viene realizando proyectos de paisajismo en todo el territorio español, Londres, China, Argelia, Marruecos y Sao Paulo.

### **EMPLEO**

Actualmente es gerente de la empresa La Paisajista – Paisajismo y Diseño de Jardines, ubicada en Madrid y autora del blog de La Paisajista ([www.Jardinesconalma.com](http://www.Jardinesconalma.com)), donde publica artículos sobre el mundo del paisajismo e intenta de todas las maneras, hacer con que la profesión del paisajista sea más valorada. Una lucha constante.

Además de ser columnista de la revista brasileña de paisajismo “Paisajismo em Foco”.

---



**KARIN PALMLÖF**

**Agrónoma especializada en  
Jardines terapéuticos**

**De Suecia**

---

### **ESTUDIOS**

Se licencia como ingeniero agrónomo en Uppsala – Ultuna (Universidad sueca de agricultura). Después de cursar el Máster en paisajismo en la Politécnica de Madrid, Karin funda el estudio de paisajismo Buxus 2002, centrado en proyectos singulares para paisajismo urbano y residencial. En el 2008, Karin recibe el certificado de diseño de Jardines Terapéuticos (Healthcare Garden Design) por la Escuela de Chicago (USA) [Escuela Joseph Regenstein – Chicago]

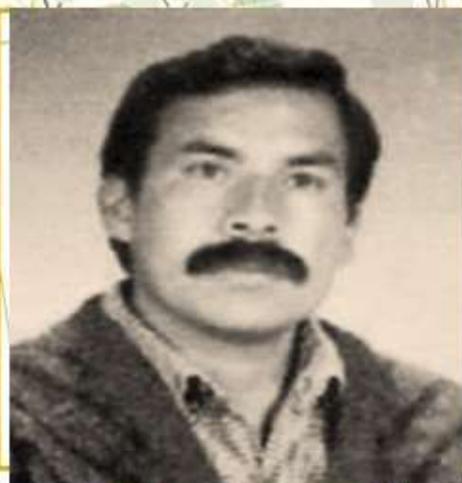
### **INVESTIGACION Y PROYECTOS**

Entre sus ejecuciones de Jardines Terapéuticos, buxus2002, destacan: Proyecto en el centro de rehabilitación del norte (CRN). Oporto (Portugal). Jardines terapéuticos para lesiones medulares, daño cerebro-vasculares y traumatismo craneo cefálico. Proyecto en el Centro Estatal de Referencia Nacional de Alzheimer, Un jardín terapéutico para personas con Alzheimer.

### **EMPLEO**

En 2013 crea un concepto nuevo para actividades exteriores para jóvenes con trastornos del espectro del autismo en colaboración con el master de psiquiatría ambiental de la Universidad de Agricultura, Alnarp, Suecia. Y actualmente tiene una empresa de Jardines Terapéuticos PALMLÖF

---



**ERNESTO SÁNCHEZ**

**Ing. Agrónomo**

**De Ambato-Ecuador**

---

### **ESTUDIOS**

Estudió Ingeniería Agronómica en la UTA – Universidad Técnica de Ambato.

### **EXPERIENCIA LABORAL**

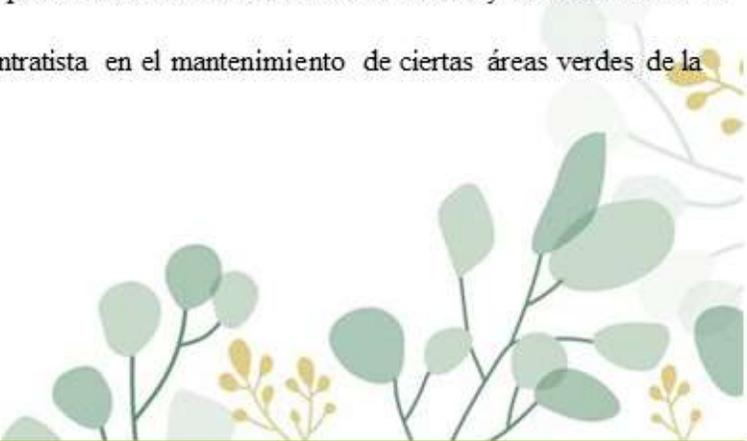
Tiene 20 años de experiencia con el cultivo y reproducción de plantas.

Trabajo 12 años en plantaciones florícolas en producción de rosas de calidad.

En la Ciudad de Ambato estuvo a cargo de la restauración del vivero municipal, en donde trabajo dos años a cargo de la crianza y reproducción de plantas.

Actualmente es gerente de su empresa JARDECOS dedicada al diseño y mantenimiento de jardines y manejo de plantas.

Se encuentra trabajando como contratista en el mantenimiento de ciertas áreas verdes de la ciudad de Ambato.





**IVÁN CORAL**

**Médico general -Homeópata**

**De Ecuador**

---

### **ESTUDIOS**

Es médico general graduado de la Universidad de Central del Ecuador.  
Estudió medicina Biológica y Naturalismo en la Universidad de León.

### **EXPERIENCIA LABORAL**

Tiene experiencia en atención Primaria, Medicina General, Terapia Neural, Medicina Biológica y Naturismo, Ozonoterapia, Fitoterapia, Autohemoterapia, Homeopatía Complejista, Plasmaterapia.



## **DIEGO BERNARDINI**

**Médico de familia, Gerontólogo  
y doctor en medicina**

**De Argentina**

---

### **ESTUDIOS**

Es médico de familia graduado de la Universidad de Buenos Aires, Argentina.

Es Master en Gerontología y es Doctor en Medicina por la Universidad de Salamanca, España.

Posee un postgrado en Formación Docente Pedagógica por la misma institución y otro en Cooperación al Desarrollo por la Organización de Estados Iberoamericanos.

Además, cuenta con formación y entrenamiento en medicina familiar, geriatría, salud pública, rehabilitación, educación médica en Estados Unidos, Reino Unido y Suiza.

### **EXPERIENCIA LABORAL**

Trabajo en la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y el Banco Mundial en Washington DC, USA.

Es profesor de postgrado en España, México y Argentina. Fue profesor visitante en la Universidad de Malaya, Kuala Lumpur, Malaysia en 2014 y Coordinador de proyectos del International Longevity Center en Brasil en 2015.

Es Director Médico de la filial queretana de la Federación Mexicana de Diabetes y Director Académico del Seminario Internacional de Diabetes así como del Simposio Internacional de Gerontología y Geriatría de la ciudad de Querétaro, México.

---



**ALEJANDRA VILLEGAS**

**Psicóloga Clínica  
Coordinadora del Centro  
Gerontológico Caiam Patate**

**De Tungurahua -Ecuador.**

---

**ESTUDIOS**

Estudio Psicología Clínica en la Universidad Central de Ecuador

**EXPERIENCIA LABORAL**

Actualmente es psicóloga Clínica y coordinadora del centro gerontológico CAIAM –Patate CZ3 en MIES - Ministerio de Inclusión Económica y Social - Ecuador





**DIANA ULLOA**

**Encargada del cuidado del  
adulto mayor**

**De Tungurahua -Ecuador.**

---

**ESTUDIOS**

Técnica en enfermería

**EXPERIENCIA LABORAL**

Actualmente lleva el cargo de facilitador técnico del Centro Gerontológico CAIAM -Patate.  
Y se encuentra a cargo del cuidado y chequeo médico de los adultos mayores.





**JORGE URBINA**

**Encargada del cuidado del  
adulto mayor**

**De Tungurahua -Ecuador.**

---

**EXPERIENCIA LABORAL**

Actualmente lleva el cargo de facilitador técnico del Centro Gerontológico CAIAM -Patate. Y se encuentra a cargo del cuidado de los adultos mayores y es el tallerista de las actividades lúdicas, y recreativas.





**DANIEL GAVILÁNEZ**

**Psicólogo Clínico**

**De Tungurahua -Ecuador.**

---

### **ESTUDIOS**

Realizo sus estudios en la universidad técnica de Ambato y obtuvo su título en Psicología clínica.

### **EXPERIENCIA LABORAL**

Fue docente en la Universidad Técnica de Ambato.

Trabajo en el Centro de Recuperación Cradvin.

Actualmente es psicólogo Clínico en la Unidad Técnica de Adopción CZ3 en MIES - Ministerio de Inclusión Económica y Social – Ecuador.



### 3.5.Operacionalización de variables

**Variable independiente:** Diseño de jardines como recurso terapéutico

Concepto	Dimensión	Indicador	Ítems	Instrumentos y técnicas
Al hablar de diseño de jardines como recurso terapéutico, se refiere al diseño de espacios naturales y verdes que se encargan de la estimulación, el desarrollo cognitivo, las habilidades y destrezas del ser humano al crear un vínculo entre el ser humano y la naturaleza con el fin de aprovechar las propiedades y beneficios terapéuticos de las plantas y así obtener un bienestar emocional y mental.	Medio natural	Vínculo con la naturaleza	<p>¿Cuáles son el beneficio de la naturaleza en la vida de una persona?</p> <p>¿Qué importancia tiene el vínculo del ser humano con un medio natural?</p> <p>¿Qué impacto tiene un jardín en el aspecto psicológico de una persona?</p>	<p><b>-Entrevista:</b> Especialista en jardines terapéuticos y Homeópata</p>
	Bienestar y salud	Uso de las plantas	<p>¿Qué tipo de plantas son óptimas para su uso terapéutico?</p> <p>¿Qué plantas aromáticas recomienda para uso terapéutico en jardines?</p> <p>¿Qué plantas ornamentales recomienda para el diseño de un jardín terapéutico?</p> <p>¿De qué manera se pueden combinar las plantas para aprovechar sus propiedades curativas?</p> <p>¿Qué tipo de plantas son recomendables para su manipulación en centros hospitalarios y cuales no están permitidas?</p>	<p><b>-Entrevista:</b> Especialista en jardines terapéuticos y Homeópata</p> <p><b>-Entrevista:</b> Médico-Gerontólogo y encargado de cuidado del adulto mayor</p>

		Aspecto Psicológico-emocional	<p>¿Qué aspectos psicológicos atraen a un jardín y el estado emocional en un medio natural?</p> <p>¿De qué manera el estar en contacto con la naturaleza ayuda a mejorar el estado emocional?</p> <p>¿Cómo se estimula los sentidos y emociones a través de los jardines terapéuticos?</p> <p>¿De qué manera se puede estimular los sentidos utilizando plantas y elementos naturales y que respuestas se obtiene?</p>	<p><b>-Entrevista:</b> Especialista en jardines terapéuticos Y Psicólogo</p> <p><b>-Taller de estimulación sensorial:</b> Adulto mayor</p>	
		Diseño	Métodos	<p>¿Cuál es la metodología que debe ser utilizada para tener un óptimo diseño de jardines terapéuticos?</p> <p>¿Qué estrategias son importantes para diseñar jardines terapéuticos?</p>	<p><b>-Entrevista:</b> Especialista en jardines terapéuticos</p>
			Elementos y materiales	<p>¿Qué elementos naturales se puede incluir en el diseño de jardines terapéuticos?</p> <p>¿De qué manera se pueden combinar los elementos naturales para estimular los sentidos?</p> <p>¿Qué materiales y sistemas se puede emplear para el diseño de jardines en interiores?</p>	<p><b>-Entrevista:</b> Especialista en jardines terapéuticos</p>
			Zonas	<p>¿Qué zonas puede tener un jardín terapéutico?</p> <p>¿Qué actividades se puede implementar dentro de esas zonas?</p>	<p><b>-Entrevista:</b> Especialista en jardines terapéuticos</p>

*Tabla 15: Operacionalización variable dependiente*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019).*

**Variable independiente:** Centros gerontológicos

Concepto	Dimensión	Indicador	Ítems	Instrumentos y técnicas
<p>Los centros gerontológicos son Instituciones en las que personas mayores viven temporal o permanentemente, cuentan con el apoyo de un grupo de especialistas que proporcionan atención médica y los cuidados necesarios permitiendo al adulto satisfacer sus necesidades, con el fin de tener un envejecimiento saludable.</p>	Adulto mayor	Necesidades	<p>¿Qué necesidades físicas tiene un adulto mayor?</p> <p>¿Cuáles son las necesidades terapéuticas de un adulto mayor?</p> <p>¿Qué necesidades psicológicas tiene un adulto mayor?</p>	<p><b>-Entrevista:</b> Médico-Gerontólogo, Psicólogo y Encargados del cuidado del adulto mayor</p>
		Actividades	<p>¿Qué actividades son las más apropiadas para que realice un mayor adulto?</p> <p>¿Cómo influyen las actividades grupales en los adultos mayores?</p> <p>¿Que actividades puede realizar un adulto mayor en un espacio abierto y rodeado de naturaleza?</p> <p>¿Por qué es importante que los adultos mayores realicen actividades al aire libre?</p>	<p><b>-Entrevista:</b> Médico-Gerontólogo, Psicólogo y Encargados del cuidado del adulto mayor</p> <p><b>-Observación</b></p>
		Tipos	<p>¿Qué tipo de terapias debe recibir un adulto mayor en centros gerontológicos?</p> <p>¿Qué terapias son indispensables para un adulto mayor?</p> <p>¿Por qué el uso de diferentes terapias es de vital importancia en la salud y bienestar de las personas de la tercera edad?</p>	<p><b>-Entrevista:</b> Médico-Gerontólogo y Encargados del cuidado del adulto mayor</p>

	Terapias		¿Qué tipos de estimulación necesita un adulto mayor?	<b>-Observación</b>
		Espacio	¿En qué espacio físico reciben terapias el adulto mayor en centros gerontológicos? ¿Qué terapias diarias de los adultos mayores se puede incluir en un jardín?	<b>-Entrevista:</b> Médico- Gerontólogo y Encargados del cuidado del adulto mayor <b>-Observación</b>
		Tiempo- horarios	¿Qué tiempo duran los tratamientos y actividades terapéuticas del adulto mayor? ¿En qué horarios recibe terapia un adulto mayor? ¿Cuántas veces por semana se realizan las actividades?	<b>-Entrevista:</b> Médico- Gerontólogo y Encargados del cuidado del adulto mayor <b>-Observación</b>
	Espacio físico	Aspecto espacial	¿Qué necesidades tiene el adulto mayor a comparación con otros usuarios en un medio físico? ¿En qué espacios físicos se recomienda que el adulto mayor reciba terapia? ¿Qué tipos de espacios utiliza en centros gerontológicos para estimular física y psicológicamente a los adultos mayores? ¿De qué manera afecta a los adultos mayores no tener un espacio donde puedan socializar?	<b>-Entrevista:</b> Médico- Gerontólogo y Encargados del cuidado del adulto mayor <b>-Observación</b>

*Tabla 16: Operacionalización variable independiente.*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019).*

### 3.6. Técnicas e Instrumentos

La presente investigación toma en consideración la etnografía como instrumento para determinar las características del usuario (adulto mayor), la cual permite detectar y registrar acciones de comportamiento dentro de un contexto real, permitiendo conocer sobre los siguientes aspectos:

- Identificar las necesidades y requerimientos del adulto mayor
- Conocer las diferentes barreras arquitectónicas que impiden o dificultan realizar diferentes terapias o actividades
- Conocer y aplicar diferentes normas que amparen al usuario
- Consigue comunicación verdadera
- Acercar a otras culturas, al conocer tendencias, rasgos, hábitos y costumbres. (Rodríguez Morales, Belloda Pereda, Morales Zaragoza, López Ornelas, & Martínez de la Peña, 2014, pág. 53)

La etnografía revela información sobre la realidad de las personas en diferentes contextos. Por otro lado en la investigación también es preciso utilizar otras técnicas e instrumentos que faciliten la recopilación de información específica de los especialistas y los usuarios de la posible propuesta; desde el enfoque investigativo; los recursos metodológicos que se emplearán son:

*Tabla 17: Técnicas e instrumentos*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019).*

<b>TÉCNICA</b>	<b>INSTRUMENTO</b>
<b>Entrevista</b>	Cuestionario
<b>Observación</b>	Ficha de observación, análisis de fotografías.
<b>Experimentación</b>	Bitácora de campo, y fichas de resultados

### **ETNOGRAFÍA**

Las técnicas e instrumentos aplicados en el trabajo investigativo fueron seleccionadas mediante el método etnográfico, interviniendo en la búsqueda de información a través de interrogantes aplicadas al principal grupo objetivo. El instrumento será aplicado con la finalidad de conseguir información sobre las necesidades terapéuticas de los adultos mayores en centros gerontológicos y cómo influye un ambiente natural en su bienestar emocional.

### **TÉCNICA 1: Entrevista**

Se realiza la recolección de información a través de una entrevista a personas con un amplio conocimiento en cuanto al mundo de la medicina natural, diseño de jardines, terapia física y emocional y gerontología.

**Instrumento:** Cuestionario semi-estructurado

**Recursos:** grabaciones de audio y video, fichas analíticas

### **TÉCNICA 2: Observación**

La técnica de la observación será: directa, estructurada, individual, participante y de campo; promoverá el análisis de los requerimientos terapéuticos de los adultos mayores en centros gerontológicos a través del análisis de las diferentes actividades y terapias que realizan diariamente.

**Instrumento:** Se utilizara Fichas de observación para documentar imágenes y gráficos vinculados con la utilización del espacio, (características, limitaciones y requerimientos); a partir de los datos obtenidos se analizará el desenvolvimiento adulto mayor en su entorno, como en los espacios abiertos, (comportamiento, relación con los demás, atención, comprensión).

**Recursos:** Fotografías y videos: La recopilación de recursos visuales acogerán la escenificación de los espacios utilizados en su desarrollo, instrumentos que serán registrados y analizados para utilizarse en la investigación.

### **TÉCNICA 3: Experimentación**

La experimentación en el diseño es una estrategia actual de diferenciación y es una herramienta que permite evidenciar la relación entre diferentes variables de diseño y retroalimenta en tiempo real los resultados del proceso a la estrategia de desarrollo mejorando así su desempeño dentro del proceso de creación dándole vitalidad, asegurando la supervivencia a través de la forma, los materiales y los conceptos.

La técnica de la incluye la descripción y la comparación de cómo reaccionar los adultos mayores a diferentes estímulos sensoriales con plantas y elementos naturales

**Instrumento:** Bitácora de campo, Fichas de análisis de resultados

**Recursos:** Anotaciones, Fotografías y videos.

## **Instrumentos de recolección de información**

*Tabla 18: Formato de Cuestionario de Entrevista 1*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

---

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE DISEÑO ARQUITECTURA Y ARTES**  
**CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS**

---

**FORMATO DE ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA**

**Dirigido a:** Especialistas en diseño de jardines terapéuticos :

Monique Briones, Karin Palmlöf y Ernesto Sánchez

**Objetivo:** Establecer una entrevista con el fin de aclarar puntos específicos que aporten al tema de investigación “Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos ”

¿Cuáles son el beneficio de la naturaleza en la vida de una persona?

¿Qué importancia tiene el vínculo de la naturaleza con el ser humano?

¿Qué impacto tiene un jardín en el aspecto psicológico de una persona?

¿Qué plantas son óptimas para su uso terapéutico?

¿Qué plantas aromáticas recomienda para el uso terapéutico en jardines?

¿Qué plantas ornamentales recomienda para el diseño de un jardín terapéutico?

¿De qué manera se pueden combinar las plantas para aprovechar sus propiedades curativas?

¿Qué zonas puede tener un jardín terapéutico?

¿Cómo se estimula los sentidos a través de los jardines terapéuticos?

¿Qué aspectos psicológicos, atraen de un jardín?

¿Qué tipo de plantas son recomendables para su manipulación en centros hospitalarios?

¿Qué elementos naturales se puede incluir en el diseño de jardines terapéuticos?

¿De qué manera se pueden combinar los elementos naturales para estimular los sentidos?

¿Qué materiales se puede emplear para el diseño de jardines interiores?

¿Qué actividades se puede implementar dentro de esas zonas para adultos mayores?

¿Cuál es la metodología que debe ser utilizada para tener un óptimo diseño de jardines terapéuticos?

¿Qué estrategias son importantes para diseñar un jardín terapéutico?

---

---

**UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE DISEÑO ARQUITECTURA Y ARTES**  
**CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS**

---

FORMATO DE ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

**Dirigido a:** Médico gerontólogo y cuidadores de adultos mayores:

Diego Bernardini, Jorge Urbina y Diana Ulloa

**Objetivo:** Establecer una entrevista con el fin de aclarar puntos específicos que aporten al tema de investigación “Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos ”

¿Cuáles son las necesidades terapéuticas de un adulto mayor?

¿Qué necesidades físicas tiene un adulto mayor?

¿Qué necesidades psicológicas tiene un adulto?

¿Qué tipos de estimulación necesita un adulto mayor?

¿Qué terapias son indispensables para un adulto mayor?

¿Qué terapias cree que son las más apropiadas para que reciba un adulto mayor en centros gerontológicos?

¿Por qué el uso de diferentes terapias es de vital importancia en la salud y bienestar de las personas de la tercera edad?

¿Qué actividades son las más apropiadas para un mayor adulto?

¿De qué forma las relaciones personales en los adultos mayores ayudan al bienestar emocional?

¿En qué espacios físicos se recomienda que el adulto mayor reciba terapia?

¿Qué terapias diarias de los adultos mayores se puede incluir en un jardín?

¿Qué tiempo duran los tratamientos terapéuticos del adulto mayor?

¿En qué horarios recibe terapia un adulto mayor?

¿Qué necesidades tiene el adulto mayor a comparación con otros usuarios en un medio físico?

¿Qué tipos de espacios utiliza en centros gerontológicos para estimular física y psicológicamente a los adultos mayores?

¿De qué manera afecta a los adultos mayores no tener un espacio donde puedan socializar?

---

*Tabla 20: Formato de Cuestionario de Entrevista 3*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

---

**UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE DISEÑO ARQUITECTURA Y ARTES**  
**CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS**

---

**FORMATO DE ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA**

**Dirigido a:** Psicólogo clínico:

Alejandra Villegas y Daniel Gavilanes

**Objetivo:** Establecer una entrevista con el fin de aclarar puntos específicos que aporten al tema de investigación “Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos ”

¿Qué aspectos psicológicos atraen a un jardín y el estado emocional en un medio natural?

¿De qué manera el estar en contacto con la naturaleza ayuda a mejorar el estado emocional?

¿Cómo se estimulan los sentidos y emociones a través de los jardines terapéuticos?

¿Cuáles son las necesidades terapéuticas de un adulto mayor?

¿Qué necesidades psicológicas tiene un adulto mayor?

¿Cómo influyen las actividades grupales en los adultos mayores?

¿Qué actividades puede realizar un adulto mayor en un espacio abierto y rodeado de naturaleza?

¿Por qué es importante que los adultos mayores realicen actividades al aire libre?

---

Tabla 21: Formato de Cuestionario de Entrevista 4

Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)

---

**UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE DISEÑO ARQUITECTURA Y ARTES**  
**CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS**

---

**FORMATO DE ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA**

**Dirigido a:** Homeópata – medicina natural: Iván Coral

**Objetivo:** Establecer una entrevista con el fin de aclarar puntos específicos que aporten al tema de investigación “Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos ”

¿Cuáles son el beneficio de la naturaleza en la vida de una persona?

¿Qué beneficios tiene el ser humano con el vínculo de la naturaleza?

¿Qué impacto tiene un jardín en el aspecto psicológico de una persona?

¿Qué tipo de plantas son óptimas para su uso terapéutico?

¿Qué plantas aromáticas recomienda para uso terapéutico?

¿De qué manera se pueden combinar las plantas para aprovechar sus propiedades curativas?

¿De qué manera el estar en contacto con la naturaleza ayuda a mejorar el estado emocional?

---

Tabla 22: Formato Ficha de Observación de un día en la vida de un adulto mayor

Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)

---

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE DISEÑO, ARQUITECTURA Y ARTES**  
**CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS**  
**ARQUITECTÓNICOS**

---

**FICHA DE OBSERVACIÓN**

**Objetivo:** Analizar las actividades y terapias que se realizan en el centro gerontológico CAIAM-Patate para determinar cuáles son las necesidades terapéuticas del adulto mayor dentro del establecimiento.

**Provincia:** Tungurahua

**Cantón:** Patate

**Observador:** Vanessa Sánchez

**Administración:** Alejandra Villegas

**Fecha:** Mayo del 2019

**Fotografía:** Vanessa Sánchez

Fotografía

Indicador

Análisis

---

*Tabla 23: Formato Bitácora de Campo del taller dedicado al adulto mayor*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

<b>BITACORA DE CAMPO</b>		
<b>TEMA:</b> Estimulación de los sentidos de los Adultos mayores		
<b>Provincia:</b>	<b>Cantón:</b>	
<b>Observador:</b>	<b>Administración:</b>	
<b>Fecha:</b>	<b>Hora de inicio:</b>	<b>Hora de Finalización:</b>
<b>Objetivo:</b>	<b>Participantes:</b>	
<b>ACTIVIDAD 1</b>		
Objetivo:		
Materiales:		
Fotos:		
Desarrollo de la actividad:		
Conclusión:		
<b>ACTIVIDAD 2</b>		
Objetivo:		
Materiales:		
Fotos:		
Desarrollo de la actividad:		
Conclusión:		
<b>ACTIVIDAD 3</b>		
Objetivo:		
Materiales:		
Fotos:		
Desarrollo de la actividad:		
Conclusión:		
<b>ACTIVIDAD 4</b>		
Objetivo:		
Materiales:		
Fotos:		
Desarrollo de la actividad:		
Conclusión:		

### 3.7. Plan de recolección de la información

Tabla 24: Plan de recolección de información

Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
¿Para qué?	Para conocer las necesidades terapéuticas de los adultos mayores e identificar las potencialidades terapéuticas en el diseño de jardines.
¿De qué personas u objetos?	-Especialistas en el campo -Adultos mayores en centros gerontológicos
¿Sobre qué aspectos?	-Relación entre personas de la tercera edad/ naturaleza -Estimulación de los sentidos a través de medios naturales -La interacción del adulto mayor con el medio natural -Terapia física, ocupacional y recreativa, psicológica o mental -Diseño de jardines terapéuticos
¿Quién?	Investigadora: Vanessa Estefanía Sánchez Briceño
¿A quiénes?	-Gerontólogos -Cuidadores e instructores para talleres para adultos mayores -Psicólogos -Especialistas en el diseño de jardines -Especialistas en Medicina alternativa y terapias naturales.
¿Cuándo?	Periodo académico (Marzo-Agosto 2019)
¿Dónde?	País : Ecuador Provincia : Tungurahua Cantón : Patate
¿Cuántas veces?	Las necesarias
¿Cuáles técnicas de recolección?	-Etnografía -Entrevista -Observación -Experimentación
¿Con que instrumentos?	-Entrevistas a especialistas-cuestionario -Fichas de observación -Bitácora de campo -Fichas de análisis de resultados

### **3.8. Plan de procesamiento de la información**

Después de recolectar la información se procede a organizarla, clasificarla y eliminar errores para tener como resultado información veraz y relevante que permitirá cuantificar las relaciones de las variables.

La información recolectada será procesada primeramente mediante un análisis crítico de la información recolectada mediante la interpretación de datos de la siguiente manera:

**Entrevista a especialistas:** Esta técnica se tabulará mediante cuadro comparativo entre los comentarios emitidos por los entrevistados.

**Observación:** La tabulación de fichas de observación se hará mediante un cuadro de comparación entre palabras y gráficos similares encontrados en los requerimientos y necesidades terapéuticos de los adultos mayores en los centros gerontológicos.

**Taller:** La información obtenida se tabula mediante tablas explicativas destacando los resultados cualitativos para identificar la posible solución a problemáticas encontradas.

Finalmente se realizara la triangulación de datos bibliográficos y de la investigación de campo.

## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1. Análisis del aspecto cualitativo

##### 4.1.1. Resultados de entrevistas

*Tabla 25: Análisis de entrevistas*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

Preguntas	Profesionales	Opinión de Entrevistados	Análisis interpretativo
¿Cuáles son el beneficio de la naturaleza en la vida de una persona?	Monique Briones	Según un sinnúmero de estudios realizados el estar en contacto con la naturaleza tiene beneficios físicos, psicológicos y sociales en las personas. Otro de los beneficios y quizá el más importante que nos puede llegar a ofrecer la naturaleza es algo tan sencillo como poder disfrutar de su belleza, pero con un gran poder ya que al mirar la diversidad existente de plantas, animales y elementos naturales, la simple contemplación de la perfección de la creación de Dios, constituye una de las medicinas y placeres más reconfortantes para el ser humano.	Desde la antigüedad la naturaleza ha sido fuente de refugio, vestimenta, alimento, etc. para el ser humano, por otro lado al estar en contacto con este medio se consiguen diferentes beneficios para las personas ya que aporta de manera positiva en la salud.
	Karin Palmlöf	Al estar en contacto con la naturaleza el principal beneficio para el ser humano es que ayuda a mejorar la salud, ya que al respirar aire menos expuesto a contaminantes atmosférico, el estado de ánimo cambia, reduciendo así el estrés, también ayuda a mejorar el humor, ya que se libera endorfinas y oxitócinas. Además aumenta la productividad de las personas y genera una sensación de bienestar.	
	Ernesto Sánchez	La naturaleza es una verdadera obra de arte, digna de admirar por su belleza y gran diversidad. Desde tiempos antiguos ha brindado grandes beneficios al ser humano desde refugio, alimentación, vestimenta, etc. Actualmente al medio natural se lo aprovecha como un ingreso económico en la agricultura, ganadería, pesca. Por otro lado el estar en constante contacto con un medio natural ayuda en la salud de las personas en varios aspectos como: psicológicos, fisiológicos, cognitivos, sociales y espirituales.	
	Iván Coral	Existen muchos estudios que comprueban que la naturaleza trae muchos beneficios al ser humano como en la salud de las personas, no necesariamente al obtener ungüentos, infusiones, pastillas o medicamentos de las plantas, sino va más allá de eso ya que el estar en contacto con la naturaleza nos cura desde adentro, por ejemplo disminuye el estrés al estar en un medio que genera tranquilidad en medio de la agotadora rutina diaria, también ayuda	

		al sistema haciendo que las personas sean menos propensas a enfermedades, además de generar un bienestar en el estado emocional ya que hace producen diferentes hormonas que provocan felicidad.	
<b>¿Qué importancia tiene el vínculo del ser humano con un medio natural?</b>	Monique Briones  Karin Palmlöf  Ernesto Sánchez  Iván Coral	<p>Al estar en contacto con la naturaleza provoca que las personas se sientan felices y lo más importante vivas, esa sensación de bienestar es indispensable por ello dar un paseo por un parque, el campo o bosque, sentir la hierba rozar los pies, mirar las copas de los árboles moverse por el viento, oler el aroma de las flores, el cantar de la ave; creo que es el mejor remedio existente ya que el tener ese vínculo con la naturaleza y al desconectarte de la rutina diaria se logra crear un efecto terapéutico.</p> <p>El cuerpo humano se beneficia de distintas maneras al pasar tiempo en un medio natural mejorando tanto la salud mental como la física, por eso los expertos recomiendan terapias que tienen que ver con naturaleza.</p> <p>Por otro lado el estar rodeados de espacios naturales ayuda a mejorar el estado emocional ya que disminuye el estrés, ansiedad, y niveles de agresividad.</p> <p>Es importante tener un vínculo con la naturaleza ya que al pasar tiempo en este medio no se limitan al aspecto meramente físico de nuestra salud. Según muchos estudios, pasar más tiempo en contacto con la naturaleza activa determinadas regiones de nuestro cerebro que son las encargadas de producir hormonas como la serotonina y la dopamina.</p> <p>Así mismo, la presencia de estas sustancias contrarresta los efectos de otras sustancias como el cortisol, conocida como la hormona del estrés. Debido a esto, pasar tiempo en contacto con la naturaleza, nos ayuda a contrarrestar el estrés y la ansiedad, consiguiendo paz y tranquilidad mental, por lo que la naturaleza también se presenta como uno de los mejores elementos a la hora de garantizar nuestra salud psicológica.</p> <p>El vínculo existente entre el ser humano y la naturaleza es tan importante como el hecho de entablar relaciones con otras personas. Ya que se ha demostrado que desde hace millones de años el hombre sea relacionado de manera estrecha con el entorno que lo rodea, creándose así una necesidad emocional y congénita de estar en contacto con otros seres vivos ya sean plantas o animales. Y actualmente todos necesitamos encontrar esa satisfacción de deseo vital, al encontrar paz y tranquilidad ya sea en un pequeño jardín o parque o en un inmenso bosque.</p>	El estar en contacto con la naturaleza aporta a las personas en su salud, siendo en aspectos físicos ya que el estar en contacto con un ambiente tranquilo natural esto motiva a realizar diferentes tipos de actividades físicas, psicológicas ya que se al estar sometido a diferentes estímulos sensoriales se segregan diferentes sustancias químicas en el cuerpo que aportan la mejor del estado emocional y finalmente se fomenta el vínculo socio afectivo que permite una sensación de bienestar.
<b>¿Qué impacto tiene un jardín en el aspecto psicológico de una persona?</b>	Monique Briones  Karin Palmlöf	<p>Los jardines tienen un impacto positivo a nivel psicológico de un ser humano ya que interviene en su comportamiento, elevando la autoestima, el auto dependencia, la percepción de uno mismo, disminuyendo los pensamientos negativos y conductas agresivas.</p> <p>El estar en contacto con la naturaleza por medio de los jardines estos ayuda a sentirnos bien</p>	Tiene un impacto positivo ya que un entorno natural proporciona al ser humano cambios favorables en las estructuras cerebrales.

	Ernesto Sánchez	<p>con nosotros mismo y con el entorno que nos rodea.</p> <p>Provoca cambios en el ser humano tanto en lo mental como en lo emocional. Los principales puntos positivos para el cerebro al estar en contacto con la naturaleza son:  Aclara ideas y despejar la mente, a mí me pasa que cuando necesito tomar una decisión lo hago meditando con aire puro.  Por otro lado según muchos estudios los jardines y lugares naturales mejoran el humor y ayudan en la recuperación del estado de ánimo.</p>	Este hecho previene el cansancio y la fatiga mental, haciendo que exista una mejora considerable en el rendimiento cognitivo, trabajando la memoria y concentración.
	Iván Coral	<p>Tiene un impacto positivo ya que un entorno natural proporciona al ser humano cambios favorables en las estructuras cerebrales.</p> <p>Este hecho previene el cansancio y la fatiga mental, haciendo que exista una mejora considerable en el rendimiento cognitivo, trabajando la memoria y concentración.</p>	
<b>¿De qué manera el estar en contacto con la naturaleza ayuda a mejorar el estado emocional?</b>	Iván Coral  Alejandra Villegas	<p>El vínculo con la naturaleza no solo aporta en la salud física de las personas sino en la mental y emocional, ya que según estudios el contacto con un medio natural activa algunas zonas del cerebro que se encargan de producir hormonas como la dopamina, serotonina, que son las encargadas de hacernos sentir felices, y disminuye el estrés y ansiedad.</p> <p>Según muchos estudios el estar en contacto con la naturaleza mejora el ánimo de las personas, ya que se ayuda en la reducción de miedo, ira y estrés.</p>	El contacto con un medio natural activa algunas zonas del cerebro que se encargan de producir hormonas como la dopamina, serotonina, que son las encargadas de hacernos sentir felices, y disminuye el estrés y ansiedad.
<b>¿Qué plantas son óptimas para su uso terapéutico?</b>	Monique Briones  Karin Palmölf  Ernesto Sánchez  Iván Coral	<p>Depende de la terapia que se quiera dar, pero las que yo recomiendo son las plantas aromáticas y medicinales. Plantas que puedan de alguna manera estimular los sentidos y emociones.</p> <p>Aquellas plantas que brindan una textura, color, forma diferente e interesante son un gran aporte para la experiencia sensorial del jardín.</p> <p>Las más adecuadas son las plantas aromáticas. Pero se puede hacer combinaciones incluyendo frutales, y ornamentales.</p> <p>Todas aquellas aquellas que tienen un algún fin curativo ya sean Las plantas medicinales o hierbas curativas. De las cuales se pueden utilizar partes específicas o extractos ya que contienen sustancias con propiedades que benefician al organismo.</p>	Las más adecuadas son las plantas aromáticas. Pero se puede hacer combinaciones incluyendo frutales, y ornamentales. Que aporten con el color, textura, aroma e incluso con su sabor.
<b>¿Qué plantas medicinales-</b>	Monique Briones	<p>Aquellas que son una fuente de sabor, aroma, y medicina natural por ejemplo:  Perejil, cilantro, cebollín, albacá, menta, tomillo, perifollo, orégano, romero, eneldo, salvia,</p>	Que sean una fuente de sabor, aroma, y medicina

<p><b>aromáticas recomienda para el uso terapéutico en jardines?</b></p>	<p>Karin Palmlöf Ernesto Sánchez  Iván Coral</p>	<p>caléndula, lavanda, etc.</p> <p>Laurel, levístico, malva ,caléndula, alcaparra, Angélica, hinojo, el lúpulo, mostaza, orégano, caléndula, genciana, diente de león, borraja, milenrama, lavanda, melisa, artemisa, comino, acedera, ajenjo, manzanilla,, enebro, genciana, y muchas más.</p> <p>Aquellas que producen aromas suaves y agradables, como la manzanilla, el cedrón, toronjil, hierba buena, manzanilla, romero, tomillo, lavanda, orégano, albacá, perejil, y por otro lado las que tiene un olor más fuerte como la ruda, eucalipto, matico, marco. Ya que estos aromas van a producir diferentes sensaciones en el cuerpo y en la mente.</p> <p>Existen infinidad de plantas aromáticas medicinales y estas se las ocupan dependiendo de la sustancia activa de la planta y afección a tratar. Estas se las puede clasificar en :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Analgésicas: ayudan a reducir el dolor: té, verbena, clavo de olor.</li> <li>-Antibióticas: Reducen la proliferación de microorganismos: ajo, cebolla, una de gato, te, jengibre, clavo de olor, romero, canela.</li> <li>-Sedantes y relajantes: actúa sobre el sistema nervioso: lúpulo, lavanda, amapola, valeriana.</li> <li>-Diuréticas: estimulan cantidad de orina que se elimina: cola de caballo, brezo, ortiga, laurel, cardo santo, etc.</li> <li>-Astringentes: actúan como antiinflamatorio y actúan sobre las mucosas extrayendo el líquido acumulado: cardo, canela, salvia, orégano, té negro, nogal, guaraná, manzanilla, nopal, sauce.</li> <li>-Digestivas: mejoran el sistema digestivo: anís, comino, manzanilla, tomillo.</li> <li>-Diaforéticas: aumentan la sudoración: álamo negro, bardana, tilo, manzanilla.</li> <li>-Antidiabéticas: regulan el nivel de azúcar en sangre: cardo santo, canela, artemisa, stevia, chía, bardana, sábila.</li> <li>-Expectorantes: facilita la eliminación de mucosidad: malva, llantén, eucalipto, menta.</li> <li>-Cardiotónicas: fortalecen el corazón: borraja, lirio, albarrana.</li> <li>-Anti diaforéticas: reducen la sudoración excesiva: lavanda, roble, nogal.</li> <li>-Hepatoprotectoras; Favorecen al hígado: sábila, romero, hierbaluisa, cardo, cúrcuma.</li> <li>-Antiinflamatorias: Reducen inflamación: borraja, cúrcuma, jengibre, verbena, laurel, arándano, alfalfa.</li> <li>-Laxantes: Ayudan a expulsión de heces: Malva, sábila, lino, ajonjolí, menta, hierva luisa.</li> <li>-Vulnerarias: ayudan en la reparación de tejidos dañados: sábila, cola de caballo, jengibre, romero, caléndula, rosas miniatura.</li> <li>-Coleréticos: Ayuda a producir y eliminar la bilis del hígado: romero, cardo santo, orégano, tamarindo, hierbabuena.</li> </ul>	<p>natural por ejemplo: Perejil, cilantro, cebollín, albacá, menta, tomillo, perifollo, orégano, romero, eneldo, salvia, caléndula, lavanda, laurel, levístico, malva ,caléndula, alcaparra, Angélica, hinojo, el lúpulo, mostaza, orégano, caléndula, genciana, diente de león, borraja, milenrama, lavanda, melisa, artemisa, comino, acedera, ajenjo, manzanilla,, enebro, genciana, y muchas más.</p>
<p><b>¿Qué plantas ornamentales</b></p>	<p>Monique Briones</p>	<p>Se pueden utilizar un sinnúmero de plantas ornamentales en el diseño de un jardín terapéutico. El uso de árboles y arbustos como: naranjo, cerezo, almendro, cedro, pino, tilo</p>	<p>El uso de árboles y arbustos como: naranjo, cerezo,</p>



	Iván Coral	<p>interna o externa.</p> <p>-Interna: Uso de diferentes plantas en decocción, infusión, jarabe, jugo y macerado.</p> <p>-Externa: Baños preparados con plantas en infusión, concentrados o esencias, enjuagues bucales y gárgaras, maniluvios, pediluvios, cataplasmas, compresas, colirios, y enemas.</p>	
¿Qué zonas puede tener un jardín terapéutico?	<p>Monique Briones</p> <p>Karin Palmlöf</p> <p>Ernesto Sánchez</p>	<p>Zonas en las que se estimulen los sentidos, la vista, el olfato, el tacto, e incluso el gusto, también zonas que incentiven a la actividad física.</p> <p>Al diseñar jardines terapéuticos yo manejo 4 zonas cada uno abarca actividades y terapias específicas. El diseño de cada zona está basado en las necesidades de las personas. La primera zona se trata de un huerto en donde las personas pueden interactuar con las plantas en distintas posiciones como de pie y sentados, esto se lleva a cabo gracias al diseño de jardineras de madera colgantes a diferentes alturas. Teniendo como objetivo el estímulo motriz y la crear relaciones sociales.</p> <p>La segunda zona está diseñada para que los usuarios reciban estimulación sensorial, esto quiere decir que en el espacio se van a realizar actividades como oler, escuchar, tocar y ver, con el fin de obtener relajación y sensación de bienestar.</p> <p>La tercera zona está dedicada a diferentes terapias de reminiscencia, estimulando los recuerdos con olores y sabores a través del jardín.</p> <p>Y por último esta la zona dedicada al paseo, para estimular la orientación de las personas En donde se realizan actividades de fuerza, coordinación y equilibrio.</p> <p>En zonas que estén encargadas de estimular los sentidos como por ejemplo una zona dedicada a plantas medicinales y aromáticas, las cuales traigan un efecto relajante y desestresante por medio de aromas suaves y que a su vez traigan recuerdos, estimulando la memoria. Por otro lado se utilizar la manzanilla, lavanda, menta, romero, hierba buena, cedrón, etc. Y por otro lado olores más fuertes como la ruda, marco, matico, sábila, eucalipto creando a su vez otra zona en donde las personas además de oler puedan manipular las plantas para hacer contacto y hasta llegue a aliviar dolencias.</p> <p>Por otra parte en el jardín se puede crear una zona o huerto donde las personas puedan sembrar, regar, cosechar sus propios alimentos e incluso plantas medicinales como la hierba luisa, cedrón, menta, y estas sirvan para consumo en infusiones, tés o aguas medicinales, con el fin de ayudar a desintoxicar el organismo.</p> <p>Finalmente una zona del jardín donde este provisto de plantas con colores vistosos como rosas, clavel. Geranios, hortensias, girasoles, verbenas entre otros, que se encarguen de brindar unas visuales que generen alegría estimulando el sentido de la vista.</p>	Es importante incluir zonas en las que se estimulen los sentidos, la vista, el olfato, el tacto, e incluso el gusto, también zonas que incentiven a la actividad física.
¿Cómo se estimula los sentidos a través de los	Monique Briones	<p>Por lo general en todos los jardines se llega a estimular el sentido de la vista, ya sea al admirar el paisaje, el juego de colores de las plantas y de las flores, la interacción con los animales que habitan en el mismo entre muchas otras cosas. Por ello es importante la combinación adecuada de plantas que favorezcan las visuales dentro del medio natural. Por</p>	Se puede estimular a los sentidos de distintas maneras dentro de un jardín terapéutico. Involucrando la



<p><b>¿Qué aspectos psicológicos, atraen de un jardín?</b></p>	<p>Monique Briones Karin Palmlöf Ernesto Sánchez Alejandra Villegas</p>	<p>En si el estar en contacto con un medio natural atrae al ser humano ya que ese <b>vínculo con las plantas y diferentes elementos</b> le trae calma y tranquilidad.</p> <p>Atrae el hecho de sentirse en <b>contacto con la naturaleza</b>, sentir esa <b>paz y tranquilidad</b> que no se tiene en otros lugares.</p> <p>La <b>tranquilidad y paz</b> que emiten estos espacios, el encontrar una <b>conexión emocional</b> con la naturaleza.</p> <p>La paz y tranquilidad que producen los espacios</p>	
<p><b>¿Qué tipo de plantas son recomendables para su manipulación y cuales se debe evitar en centros hospitalarios?</b></p>	<p>Monique Briones Karin Palmlöf Ernesto Sánchez</p>	<p>Se puede incluir plantas aromáticas y medicinales, lo que se debe evitar es el uso de <b>plantas que contengan polen y produzcan alergias y problemas respiratorios</b>.</p> <p>La mayoría de plantas, pero hay que tomar en cuenta <b>evitar el uso de plantas espinosas</b> como rosas, y distintas clases de cactus y también plantas que al manipular o consumir sean <b>toxicas</b>, como lo son: las hiedras, potos, acebos, glicina, Laburno, etc.</p> <p>Se puede utilizar la mayoría de plantas, lo que se debe evitar es el <b>uso abusivo de flores</b> ya que por la producción de polen puede existir alergias y atraer insectos, también <b>hiedras venenosas</b> y plantas <b>que tengas espinos</b> o puedan causar algún daño físico.</p>	<p>Las plantas mas recomendables para su manipulación son plantas aromáticas y medicinales y evitar es el uso abusivo de flores ya que por la producción de polen puede existir alergias y atraer insectos, también hiedras venenosas y plantas que tengas espinos o puedan causar algún daño físico.</p>
<p><b>¿Qué elementos naturales se puede incluir en el diseño de jardines terapéuticos?</b></p>	<p>Monique Briones Karin Palmlöf Ernesto Sánchez</p>	<p>Al realizar un diseño de jardín se debe tomar en cuenta el <b>estilo</b> en el que será inspirado, pero por lo general se utilizan <b>pedras</b> de diferentes colores y tamaños, <b>macetas, cañas de bambú, pinos</b> y también jugar con <b>elementos que contengan agua</b> como estanques y cascadas.</p> <p>Los elementos dependen de la función que le quieras dar dentro del jardín como por ejemplo se puede utilizar <b>pérgolas</b> para jugar con la luz y sombra del lugar.</p> <p>También el uso de <b>pedras</b> como elemento de <b>separación</b>, para crear y diferenciar zonas.</p> <p>Por otro lado el uso del <b>agua</b> como elemento de <b>relajación</b> ya que crea ambientes tranquilos se la puede utilizar de diferentes formas como: cascadas, piscinas pequeñas, estanques, fuentes, etc.</p> <p>Elementos que complementen el uso de las plantas como por ejemplo: <b>El agua</b> que es un elemento fundamental para crear un espacio que <b>transmitan paz y tranquilidad</b>, el uso de <b>madera</b> en partes del piso, paredes, jardineras, pérgolas y mobiliario. Al igual que el uso de <b>pedras</b> en bordillos, en paredes, o incluso en el piso.</p> <p>El uso de <b>diferentes sustratos</b> en el piso juga un punto muy importante a la hora de diseñar un jardín.</p>	<p>Los elementos dependen de la función que le quieras dar dentro del jardín como por ejemplo se puede utilizar <b>pérgolas</b> para jugar con la luz y sombra del lugar.</p> <p>También el uso de <b>pedras</b> como elemento de <b>separación</b>, para crear y diferenciar zonas.</p> <p>Por otro lado el uso del <b>agua</b> como elemento de <b>relajación</b> ya que crea ambientes tranquilos se la puede utilizar de diferentes formas como: cascadas, piscinas pequeñas,</p>

			estanques.
<b>¿Qué materiales y sistemas se pueden emplear para el diseño de jardines interiores?</b>	Monique Briones Karin Palmlöf Ernesto Sánchez	<p>El sistema más conocido es el uso de jardines verticales en interiores, los sustratos que se utilizan comúnmente es el aserrín, fibra de coco, y viruta.</p> <p>La tendencia en estos momentos son los paredes verdes, estos se los puede implementar en diferentes formas, colores y texturas, dependiendo las necesidades del usuario.</p> <p>Jardines verticales, Macetas flotantes, macetas con imanes, cuadros verdes, terrarios pequeños.</p>	Jardines verticales, Macetas flotantes, macetas con imanes, cuadros verdes, terrarios pequeños.
<b>¿Qué actividades se puede implementar dentro de esas zonas para adultos mayores?</b>	Monique Briones Karin Palmlöf Ernesto Sánchez	<p>Deben ser actividades y terapias que ayuden a los adultos mayores en su estado físico como caminar, hacer ejercicios pasivos y de yoga, horticultura, y jardinería, en donde puedan estimularse físicamente. Por otro lado que beneficien a su estado mental, ya que deben realizar actividades en grupo que facilite la socialización y mantenga al usuario en un estado de tranquilidad.</p> <p>En la zona del huerto puede realizar horticultura y jardinería con las siguientes actividades: sembrar, regar, podar, cosechar, degusta y también la socialización entre participantes de las actividades.</p> <p>En la zona de estimulación sensorial se llevan a cabo actividades como oler, escuchar, tocar y ver, con el fin de obtener relajación y sensación de bienestar. Y diferentes terapias como cromaterpia, aromaterapia, fitoterapia, helioterapia, etc,</p> <p>En cuanto a la actividad de la zona de reminiscencia se tiene: oler, saborear, recordar, relajarse, meditar, caminar, orientarse con el fin de trabajar la memoria del ser humano.</p> <p>Finalmente la zona de paseo donde se realizan actividades de fuerza, coordinación y equilibrio.</p> <p>En el jardín para estimular los sentidos se pueden implementar diferentes dinámicas y actividades que incentiven el estímulo de la vista, el olfato, tacto, y gusto.</p> <p>En un espacio amplio se pueden implementar actividades en donde realicen actividad física como aeróbicos, rumba terapia, yoga, juegos populares entre otros.</p>	Las actividades que se pueden implementar para adultos mayores son: caminatas, ejercicios pasivos y de yoga, horticultura, y jardinería, en donde puedan estimularse físicamente. Por otro lado la horticultura y jardinería
<b>¿Cuál es la metodología que debe ser utilizada para tener un óptimo diseño de jardines</b>	Monique Briones Karin Palmlöf Ernesto Sánchez	<p>La metodología que yo uso es centrarse en el usuario, ya que cada diseño debe basarse en las necesidades y requerimientos de la persona que va a ser uso. En base a eso se eligen las zonas adecuadas, el uso de plantas y elementos correctos.</p> <p>El diseño universal es uno de los puntos más relevantes a la hora de crear un jardín terapéutico cubriendo las necesidades del usuario.</p>	La metodología que debe ser utilizada para tener un óptimo diseño de jardines terapéuticos son centrada en el usuario y diseño de experiencias.



	Ernesto Sánchez	<p>oscuros para iluminar y agrandar fondos.          Jardín con colores cálidos: amarillo, naranja, rojo y sus combinaciones. Llamen mucho la atención, provocan alegría.          Jardín con colores fríos: azul, verde, violeta y sus combinaciones, emanan tranquilidad y amplitud, se degradan en lugares oscuros.          Evitar el abuso de color, para no generar carga visual y estresar o agobiar al usuario. Al utilizar los colores de manera correcta se logra armonía en el jardín con contrastes suaves y fuertes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Examinar el terreno, tomar medidas y su orientación.</li> <li>-Analizar el clima, el suelo, pendientes y vegetación existente.</li> <li>-Organizar espacios por áreas de interés, usos y estancias, según las necesidades del usuario.</li> <li>-Definir los espacios de transición y recorridos.</li> <li>-Elegir elementos visibles y ocultos, creando diferentes zonas.</li> <li>-Diseñar y definir los elementos constructivos de jardín con especificaciones técnicas.</li> <li>-Diseñar un sistema de drenaje y riego adecuado.</li> <li>-Seleccionar plantas teniendo en cuenta diferentes criterios.</li> <li>-Elegir la decoración y mobiliario de acuerdo a las necesidades y gustos del usuario.</li> <li>-Poner énfasis en la iluminación artificial.</li> </ul>	
<p><b>¿Cuáles son las necesidades terapéuticas de un adulto mayor?</b></p>	<p>Diego Bernardini</p> <p>Jorge Urbina</p> <p>Diana Ulloa</p> <p>Alejandra Villegas</p>	<p>Intervienen diferentes factores como :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Factores físicos asociados con el deterioro natural del cuerpo por envejecimiento. Se debe dar tratamiento a enfermedades degenerativas, y terapia para evitar la disminución o pérdida total de las habilidades auditivas, visuales y motrices.</li> <li>-Factores psicológicos generados por trastornos de ánimo y alteraciones en la memoria.</li> <li>-Factores socio- culturales que tienen que ver aspectos económicos, familiares, sociales y espirituales.</li> </ul> <p>El adulto requiere de terapias que mejoren las deficiencias físicas, emocionales y psicológicas.</p> <p>Necesidades físicas, emocionales, sociales, psicológicas.</p> <p>Necesitan ser tratados por sus deficiencias o enfermedades físicas y por otro lado está el tratamiento psicológico, tratando de igual manera trastornos o enfermedades que afectan su estado emocional o mental.</p>	<p>El adulto mayor necesita terapias que detengan y prevengan el deterioro natural del cuerpo por envejecimiento. Se debe dar tratamiento a enfermedades degenerativas, y terapia para evitar la disminución o pérdida total de las habilidades auditivas, visuales y motrices.</p> <p>Por otro lado terapias que aporten en su estado psicológico y se de tratamiento a trastornos de ánimo y alteraciones en la memoria.</p> <p>Y finalmente terapias y actividades en el ámbito socio- cultural que tienen</p>

			que ver aspectos económicos, familiares, sociales y espirituales.
<b>¿Qué actividades son las más apropiadas para que realice un mayor adulto?</b>	Diego Bernardini	<p>Actividades que beneficien el estado físico, cognitivo, emocional y también fomenten el bienestar socio- relacional del adulto mayor.</p> <p>-Estado físico: con el fin de evitar el sedentarismo y aportar dinamismo y vitalidad a la persona. Favoreciendo la resistencia respiratoria y muscular. Por ejemplo actividades como: estiramiento, baile, gimnasia, aeróbicos, natación, caminata y ejercicios de respiración y relajación.</p> <p>- Estado psicológico-cognitivo: Con el fin de beneficiar las funciones cognitivas y plasticidad cerebral. Se puede dar a través de ejercicios de atención, razonamiento, memoria.</p> <p>-Estado emocional: A través de actividades que fortalezcan el autoestima, pueden ser por medio de psicoterapia.</p> <p>-Estado social-relacional: Con el fin de crear y fortalecer vínculos intrapersonales. A través de talleres grupales</p>	Las actividades apropiadas para que realice un adulto mayor son todas aquellas que beneficien el estado físico, cognitivo, emocional y también fomenten el bienestar socio- relacional del adulto mayor.
	Jorge Urbina	<p>Actividades físicas y recreativas</p> <p>-Actividades que estimulen la mente y la mantenga tranquila.</p> <p>-Actividades lúdicas y de entretenimiento</p> <p>-Actividades grupales</p>	
	Diana Ulloa	<p>Para promover un envejecimiento saludables tres tipos de Actividades como lo son las físicas, funcionales, técnicas y sociales.</p> <p>-Físicas: por medio de actividades activas y pasivas que permitan el bienestar y condición del cuerpo.</p> <p>-Funcionales: a través de juegos de mesa, y ejercicios de memoria, con el fin de promover el bienestar mental del adulto mayor.</p> <p>-Técnicas: a través de trabajos manuales, ejercicios lúdicos, en donde se estimule la motricidad fina y gruesa del adulto mayor.</p> <p>-Sociales: a través de programas por días festivos, agasajos, paseos y talleres en donde los adultos mayores puedan interactuar, socializar e integrarse entre ellos y con otras personas.</p>	
	Alejandra Villegas	Ejercicios de actividades físicas y de relajación.	
<b>¿De qué forma las relaciones personales en los adultos mayores</b>	Diego Bernardini	Al estar en contacto con otras personas los adultos mayores se mantienen activos, al cultivar diferentes tipos de relaciones estas producen sensaciones de plenitud y le dan un propósito a su vida. Evitando la soledad y enfermedades como la depresión, estrés y ansiedad.	Las relaciones personales en los adultos mayores ayudan al bienestar emocional ya que el estar en contacto con otras
	Jorge Urbina	La socialización y el vínculo afectivo aportan en su salud en general de los adultos mayores,	

<p><b>ayudan al bienestar emocional?</b></p>	<p>Diana Ulloa</p>	<p>ya que al existir un contacto con otras personas, provoca una mejora en el estado emocional y mental de la persona.</p> <p>Ayuda a mejorar la salud emocional y mental de los adultos mayores ya que la interacción con otras personas.</p>	<p>personas los adultos mayores se mantienen activos, al cultivar diferentes tipos de relaciones estas producen sensaciones de plenitud y le dan un propósito a su vida. Evitando la soledad y enfermedades como la depresión, estrés y ansiedad.</p>
<p><b>¿Qué terapias son indispensables para un adulto mayor?</b></p>	<p>Diego Bernardini Jorge Urbina Diana Ulloa</p>	<p>Todas la terapias son importantes para el ser humano, aun así las más importantes son las terapias físicas y psicológicas para mantener un bienestar. Adicionarme a estas se puede incluir la práctica de terapias alternativas y naturales.</p> <p>Terapias de estimulación cognitiva, terapia sensorial, motriz, terapias físicas, ocupacionales y recreacionales. Adicional a estas pueden recibir terapias alternativas que promuevan un aumento en la calidad de vida del adulto mayor.</p> <p>El adulto mayor necesita terapias enfocadas en el bienestar físico y emocional, para mantenerse activos en la última etapa de su vida.</p>	<p>Las terapias que son indispensables para un adulto mayor son de estimulación cognitiva, terapia sensorial, motriz, terapias físicas, ocupacionales y recreacionales. Adicional a estas pueden recibir terapias alternativas que promuevan un aumento en la calidad de vida del adulto mayor.</p>
<p><b>¿Por qué el uso de diferentes terapias es de vital importancia en la salud y bienestar de las personas de la tercera edad?</b></p>	<p>Diego Bernardini Jorge Urbina Diana Ulloa</p>	<p>Son importantes ya que la combinación de terapias mantiene activo el cuerpo y la mente de las personas mayores, permitiéndoles una mejora en su calidad de vida.</p> <p>Es importante ya que se mantiene activo el cuerpo y la mente del adulto mayor y previene e impide que haya un progreso en enfermedades tanto físicas como mentales.</p> <p>Es importante el uso de diferentes terapias para mantenerlos activos mental y físicamente, para prevenir y tratar diferentes enfermedades.</p>	<p>El uso de diferentes terapias es de vital importancia en la salud y bienestar de las personas de la tercera edad ya que estos mantienen activo el cuerpo y la mente de las personas mayores, permitiéndoles una mejora en su calidad de vida.</p>
<p><b>¿Qué tipos de estimulación necesita un adulto mayor?</b></p>	<p>Diego Bernardini</p>	<p>-Estimulación cognitiva: interviene la capacidad de atención, percepción, memoria, velocidad de procesamiento y razonamiento. -Estimulación sensorial: Intervienen los 5 sentidos, vista, olfato, oído, tacto y gusto. -Estimulación física: interviene el estiramiento fortalecimiento, equilibrio, flexibilidad y resistencia.</p>	<p>-Los adultos mayores necesitan de 3 tipos de estimación la primera cognitiva: En donde interviene la capacidad de</p>

	Jorge Urbina Diana Ulloa	Estimulación física y mental.  Estimulación, física, emocional y psicológica.	atención, percepción, memoria, velocidad de procesamiento y razonamiento. La segunda la estimulación sensorial: Intervienen los 5 sentidos, vista, olfato, oído, tacto y gusto. Y finalmente la estimulación física: interviene el estiramiento fortalecimiento, equilibrio, flexibilidad y resistencia.
<b>¿Qué terapias diarias de los adultos mayores se puede incluir en un jardín?</b>	Diego Bernardini Jorge Urbina Diana Ulloa	Yo recomendaría terapias de relajación como yoga, meditación, terapia con animales y también por ser un espacio abierto terapias en las que se realice ejercicios físicos como gimnasia y bailoterapia e incluso caminatas.  Horticultura, caminatas, juegos grupales, ejercicios físicos y de respiración.  -Terapias físicas y de gimnasia, como bailoterapia, y ejercicios físicos. -Terapias de relajación y estimulación emocional como yoga, taichí. -Terapias ocupacionales como: horticultura y jardinería. -Terapias con animales.	En un jardín se pueden incluir terapias de actividad física, de relajación, y ocupacionales.
<b>¿Qué tiempo duran los tratamientos y actividades terapéuticas del adulto mayor?</b>	Diego Bernardini Jorge Urbina Diana Ulloa	Depende de la terapia que se realice pero puede durar por lo general de media hora a una hora.  Una hora por terapia o actividad  Por lo general en centros gerontológicos las terapias y actividades de estimulación duran una hora por sesión.	Por lo general las terapias duran de media a una hora.
<b>¿En qué horarios recibe terapia un adulto mayor?</b>	Diego Bernardini Jorge Urbina Diana Ulloa	Depende de la terapia, pero lo más recomendable es que se haga en las mañanas y en las tardes, el ejercicio físico se recomienda en sesiones de 30 minutos.  Por lo menos se recomienda realizar algún tipo de terapia una vez al día para mantener el cuerpo y la mente activos.  En centros gerontológicos las terapias y actividades de estimulación se realizan en la mañana y en la tarde.	Los adultos mayores pueden recibir diferentes terapias dos veces al día, en la mañana y en la tarde.

<p><b>¿Qué necesidades tiene el adulto mayor a comparación con otros usuarios en un medio físico?</b></p>	<p>Diego Bernardini Jorge Urbina Diana Ulloa</p>	<p>Accesibilidad, seguridad, Iluminación, temperatura.</p> <p>Necesitan seguridad en los espacios físicos que se encuentren. Deben tener la temperatura adecuada, los pisos deben ser de un material antideslizante, evitar la aglomeración de muebles y que tengan esquinas puntiagudas para evitar accidentes.</p> <p>Debe existir accesibilidad a todos los lugares físicos. Contar con rampas para los ansianos que usan silla de ruedas Pisos que no tengan material resbaloso Pasamanos en baños y los lugares que lo requieran La iluminación debe tener la misma intensidad en todos los espacios. Evitar el ruido excesivo.</p>	<p>Los adultos mayores a comparación de los demás usuarios necesitan espacios con una iluminación y temperatura adecuada brindando confort.</p>
<p><b>¿En qué espacios físicos se recomienda que el adulto mayor reciba terapia?</b></p>	<p>Diego Bernardini Jorge Urbina Diana Ulloa</p>	<p>Los espacios deben ser accesibles y seguros. En donde los adultos mayores se puedan orientar, agradables a la vista y olfato, deben siempre estar limpios y ordenados.</p> <p>Espacios seguros, bien iluminados, con una temperatura adecuada y que cuente con el mobiliario que se requiere para cada actividad.</p> <p>En espacios amplios, seguros, bien iluminados y en general que cumplan con las necesidades de los adultos mayores.</p>	<p>Las personas de la tercera edad necesitan espacios aptos según sus necesidades, estos a su vez deben brindar seguridad y accesibilidad.</p>
<p><b>¿De qué manera afecta a los adultos mayores no tener un espacio donde puedan socializar?</b></p>	<p>Diego Bernardini Jorge Urbina Diana Ulloa</p>	<p>Los adultos mayores al no encontrarse en un medio donde puedan socializar y crear vínculos con otras personas tienen a aislarse, y padecer de trastornos psicológicos que resulten en depresión y pocas ganas de vivir.</p> <p>Provoca una rutina monótona donde no hay socialización, ni existen vínculos afectivos y puede provocar aislamiento, provocando una sensación de soledad.</p> <p>Puede llegar a afectar a su estado mental y emocional.</p>	<p>Al no contar con un espacio donde los adultos puedan socializar y crear diferentes vínculos afectivos estos se ven afectados tanto en su estado mental como emocional, ya que tienden a sentir depresión, ansiedad y soledad.</p>

#### **4.1.2. Análisis de la Observación**

El Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES) promueve un envejecimiento positivo, para una vida digna y saludable, a través de su participación y empoderamiento junto a la familia, la sociedad y el Estado. Actualmente cuenta con 428 convenios de cooperación con instituciones públicas y privadas en todo el país para atender a personas adultas mayores a través de diversas modalidades de atención.

En la Zona 3 (Tungurahua, Chimborazo, Cotopaxi y Pastaza), se atiende a 6.854 adultos mayores, a través de 89 centros de atención gerontológica en convenio con los gobiernos descentralizados municipales, parroquiales y organizaciones sociales; y 2 centros de atención directa en Guano y Patate. (Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2018)

Es por ello que el lugar en donde se aplicó la técnica de observación es en el Centro Gerontológico Caiam Patate, ubicado en la Provincia de Tungurahua, Cantón Patate, Barrio Bellavista. El terreno cuenta con 3000 metros cuadrados, de los cuales 200 metros cuadrados pertenecen a las áreas verdes y un patio de uso para los adultos mayores.

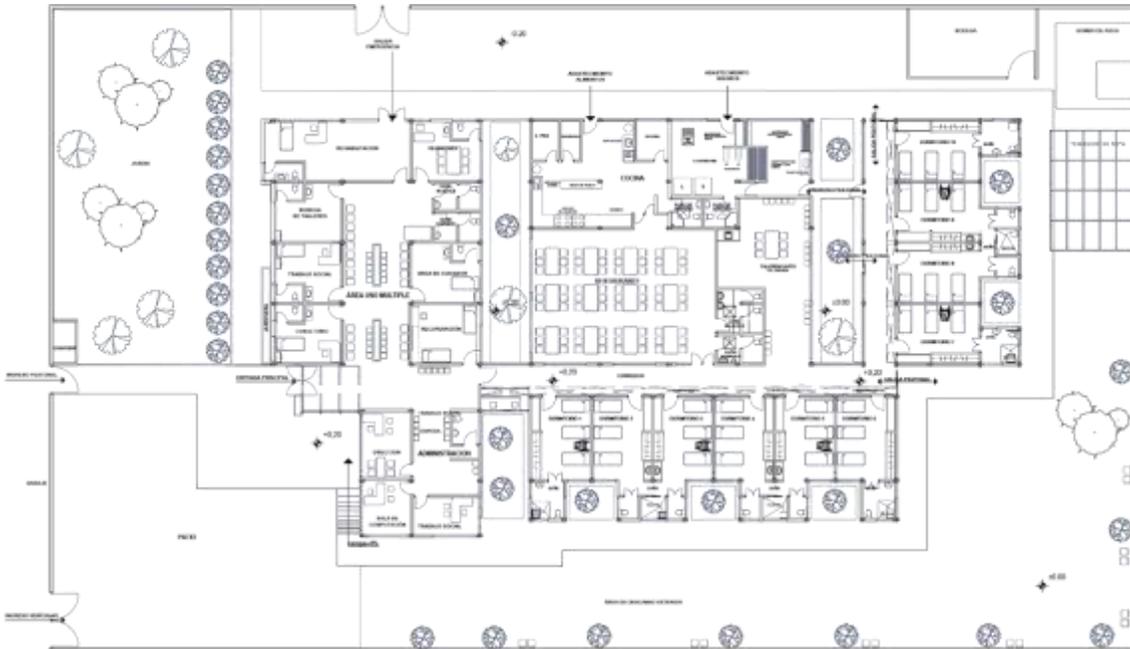
De lo observado se pudo recolectar la siguiente información:

##### **Áreas y espacios físicos:**

Esta unidad de atención dispone de las siguientes áreas y espacios físicos en donde se desenvuelven diariamente:

- Área de administración y recepción.
- Área de dormitorio para hombres y para mujeres
- Sala de descanso
- Área médica, enfermería y primeros auxilios
- Área de psicología y trabajo social
- Área de fisioterapia y rehabilitación.
- Área para talleres-terapia ocupacional y recreativa.
- Área de cocina y almacenamiento de alimentos.
- Área de alimentación-comedor
- Las sala de descanso.
- Área de servicios (lavado, planchado y secado se ropa).

- Bodegas- Espacio para material de aseo y materiales didácticos.
- Baño social: cuentan con un baño, lavabo, inodoro con pasamanos para seguridad.
- Baño completo en cada dormitorio: cuentan con un baño, lavabo, inodoro y ducha con pasamanos.
- Espacio exterior con áreas verdes y patio: seguros con cerramiento, no cuenta con pasamanos para sostenerse.
- Salida de emergencia y evacuación.



*Ilustración 40: Planta referencial del Centro gerontológico Caíam Patate*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

### **Características del Espacio físico:**

Los espacios tienen ambientes propicios para las actividades de atención, recreación, revitalización, integración y socialización de los adultos mayores, en un ambiente de seguridad, libre de barreras arquitectónicas. Cuenta con las siguientes características:

- La edificación es de una sola planta.
- Espacios amplios, seguros con cerramiento y vigilancia.
- Acceso vehicular para aprovisionamiento y emergencias.

- Facilidades para la circulación.
- Los pisos son de materiales antideslizantes.
- Puertas anchas de fácil manejo.
- Iluminación y ventilación natural, sin humedad aparente.
- Existen pasamanos en baños, inodoros, vestidores y espacios de traslado.
- Posee una cubierta resistente e impermeable.
- Posee amplios espacios verdes y un patio, pero no cuentan con pasamanos, el material no es regular.



*Ilustración 41: Jardín y espacio de esparcimiento del Centro Gerontológico*  
*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

Después de analizar la rutina diaria y el comportamiento de los adultos mayores del centro gerontológico Caiam Patate se pudo determinar que: Existen dos modalidades: la modalidad Residencial tratándose de 30 adultos mayores (37.5%) que viven en el centro gerontológico y su estancia es permanente, por otro lado está la modalidad Diurna que se trata de 50 adultos mayores (62,5%) que llegan al centro gerontológico para realizar actividades recreativas y terapéuticas programadas, pero su visita no es permanente ya que en la tarde regresan a sus hogares.

En la siguiente tabla se detallan el cronograma de actividades diarias realizadas por el grupo de adultos mayores residentes del centro gerontológico.

**Tabla 26:** Esquematización de actividades – Modalidad Residencial

*Elaborado por:* Sánchez Briceño Vanessa, (2019)

<b>Actividad</b>	<b>Horario</b>	<b>Responsable</b>
Levantarse y aseo del adulto mayor	06H00 a 07H30	Cuidadores
Registro de signos vitales	07H30 a 08H00	Cuidadores
Desayuno y toma de medicamentos	08H00 a 08H30	Personal de cocina y cuidadores
Actividades de estimulación cognitiva	09H00 a 10H00	Talleristas
Refrigerio	10H00 a 10H30	Personal de cocina y cuidadores
Actividades y estimulación física	11H00 a 12H00	Talleristas
Actividades lúdicas y recreativas	12H00 a 13H00	Talleristas
Almuerzo y toma de medicamentos	13H00 a 14H00	Personal de cocina y cuidadores
Descanso y registro de signos vitales	14H00 a 15H00	Cuidadores
Refrigerio	15H00 a 15H30	Personal de cocina y cuidadores
Actividades lúdicas y recreativas	15H30 a 16H30	Talleristas
Tiempo libre	16H30 a 17H30	Cuidadores y Talleristas
Merienda y toma de medicamentos	17H30 a 18H00	Personal de cocina y cuidadores
Preparación para descanso	18H00 a 19H00	Cuidadores
Descanso	19H00 a 06H00	Cuidadores

En la siguiente tabla se detallan el cronograma de actividades diarias realizadas por el grupo de adultos mayores de la modalidad Diurna del centro gerontológico Caiam Patate.

**Tabla 27:** Esquematización actividades– Modalidad Diurna

*Elaborado por:* Sánchez Briceño Vanessa, (2019)

<b>Actividad</b>	<b>Horario</b>	<b>Responsable</b>
Ingreso al Centro gerontológico	08H30 a 09H00	Cuidadores
Recepción y registro	09H00 a 09H20	Coordinador
Actividades de estimulación física	09H30 a 10H15	Cuidadores
Refrigerio	10H30 a 11H00	Personal de la cocina y cuidadores
Actividades básicas e instrumentales	11H00 a 12H50	Talleristas
Almuerzo y toma de medicamentos	13H00 a 14H00	Personal de la cocina y cuidadores
Actividades de estimulación cognitiva	14H00 a 14H30	Talleristas y cuidadores
Descanso y salida del centro gerontológico	14H30 a 15H00	Cuidadores

## DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES:

**-Levantarse y aseo del adulto mayor:** Actividad dirigida a las personas residentes, autónomas y a las que requieran apoyo de los cuidadores al levantarse de la cama, cambiarse de ropa y aspectos básicos de aseo e higiene personal, como la limpieza de cabello, piel, uñas, cavidades y objetos de uso personal y prótesis. En el caso de necesitar una ducha, esta es asistida para evitar accidentes. Con el fin de que tengan una buena presentación y mantener el estado de salud.



*Ilustración 42: Aseo del adulto mayor en el centro gerontológico*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

**-Registro de signos vitales:** El cuidador lleva un registro de signos vitales del adulto mayor: temperatura, pulso, y presión arterial, este procedimiento se lo lleva a cabo de manera preventiva. Esta observación puede dar a conocer diferentes problemas o afecciones, que los profesionales del centro gerontológico pueden intervenir y dar a conocer a los mismos pacientes y familiares.



*Ilustración 43: Toma de signos vitales del adulto mayor en el centro gerontológico*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

### **-Alimentación y toma de medicamentos:**

Debe garantizar que los adultos mayores tanto en la modalidad de residentes como diurnos reciban alimentos y líquidos, para cubrir sus necesidades nutricionales y prevenir enfermedades, se procura horario de cinco tiempos de comida, estas no deben pasar de las tres horas de la anterior. Semanalmente se realiza una planificación de los alimentos que se van a preparar de acuerdo a las necesidades nutricionales de cada usuario. Las personas con enfermedades como Parkinson, Alzheimer Diabetes, y cerebro- vasculares tienen necesidades especiales de alimentación que deben ser atendidas con prioridad. La dieta general de residentes y diurnos: Es equilibrada y ajustada a las necesidades de las personas del centro .Por otro lado también hay dieta especial de residentes: Es especificada por prescripción médica



*Ilustración 44: Adulto mayor alimentándose en centro gerontológico*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

**-Actividades de Estimulación cognitiva:** El grupo de adultos mayores es guiado por el psicólogo, o talleristas para realizar diferentes actividades grupales, en el grupo de personas que no posee ningún tipo de deterioro mental se realizan actividades de lectura y reminiscencia, por otro lado el grupo de participantes que sufre de algún tipo de demencia o trastorno realizan actividades más sencillas donde puedan identificar lugares, eventos y celebraciones. La actividad se lleva a cabo con el fin de estimular la

memoria, concentración y atención de los participantes y en donde ellos pueden dar su punto de vista sobre el tema, sus sentimientos y así crear diálogos y una socialización.



*Ilustración 45: Adulto mayor realizando actividades grupales*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

**-Actividades y Estimulación física:** Las actividades son guiada por el cuidador o tallerista en donde se pretende conseguir la participación activa del anciano a través de ejercicios que promuevan el movimiento de articulaciones y mantener el tono muscular. Se realizan, caminatas, rumba terapia, ejercicios de flexibilidad y mingas de los jardines cada quince días para mantener un enlace con la naturaleza y el mundo que los rodea.



*Ilustración 46: Actividades físicas del adulto mayor en el centro gerontológico*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

**-Actividades lúdicas y recreativas:** Se realizan actividades artísticas como como pintura, manualidades, musicoterapia, canto, ludo terapia, costura, cine, foros, los

adultos mayores son supervisados por los Talleristas, y en ocasiones son ellos quienes lideran y se motivan a participar.



*Ilustración 47: Adulto mayor realizando actividades lúdicas*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

- **Tiempo Libre:** Los adultos mayores son libres de elegir que realizar en ese lapso de tiempo como: ver tv, jugar, dialogar, dormir, pasear.



*Ilustración 48: Adulto mayor jugando villar en su tiempo libre:*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

- **Preparación para el descanso y descanso:** Los cuidadores se encargan de ayudar a los adultos mayores a, asearse, cambiarse de ropa y acostarse para dormir. Se

realizan rondas cada 2 horas por las habitaciones, en casos de adultos mayores dependientes necesiten algo o vayan a cambiar su postura corporal cada hora.



*Ilustración 49: Preparación del Adulto mayor para dormir*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

#### **-Personal del centro gerontológico:**

El equipo de talento humano del centro gerontológico residencial y diurno está constituido por las siguientes personas.

- Coordinador en área de administración responsable de la gestión del centro
- Profesional médico asignado por el Ministerio de Salud Pública.
- Psicólogo
- Terapista ocupacional
- Trabajador social
- Cuidadores con experiencia en la atención de personas adultas mayores con certificado de auxiliar de enfermería.
- Facilitador es el encargado de actividades manuales y artísticas.
- Auxiliar de limpieza y lavandería
- Cocinero



*Ilustración 50: Personal del centro gerontológico Caiam Patate*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

### **Conclusión:**

Diariamente los adultos mayores realizan diferentes tipos de terapias, estimulación, actividades físicas y de recreación que están programadas por un cronograma realizado por los encargados del centro gerontológico, con el fin de mantener un estado físico y mental adecuado. Se pudo observar y analizar su rutina de actividades y horarios.

Las actividades lúdicas, recreativas y de estimulación cognitiva se llevan a cabo en una sala en donde se acomodan las mesas y sillas según el número de personas, las actividades físicas se las realiza en el patio y también los adultos mayores realizan caminatas alrededor de la edificación, en torno a las áreas verdes. Su tiempo libre o de descanso lo pasan en los jardines, en la sala de ocio y en los pasillos del centro gerontológico. Determinando que 5 horas diarias son destinadas a terapias y actividades grupales e individuales de las cuales solo el 10 % involucran al individuo con un espacio abierto y con un entorno natural (patios y jardines). Y el 90% restante de actividades se realizan dentro de las instalaciones.

### 4.1.3. Análisis de taller sensorial

Se llevó a cabo un taller interactivo con un grupo de 10 adultos mayores residentes del Centro gerontológico Caiam Patate, los participantes fueron elegidos por recomendación médica. El propósito del taller es analizar que estímulos se obtiene del adulto mayor al exponerlo a diferentes olores, sabores, formas, texturas y colores de distintas plantas y elementos naturales por medio de varias actividades ya planificadas. También se recolecto información sobre las preferencias de plantas por su aroma, color, textura y sabor.

*Tabla 28: Bitácora de campo del taller de estimulación para adultos mayores.*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

<b>UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE DISEÑO, ARQUITECTURA Y ARTES CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS</b>	
<b>BITACORA DE CAMPO</b>	
<b>Objetivo:</b> Analizar que estímulos se obtiene del adulto mayor al exponerlo a diferentes olores, sabores, formas, texturas y colores de distintas plantas y elementos naturales.	
<b>Provincia:</b> Tungurahua	<b>Cantón:</b> Patate
<b>Observador:</b> Vanessa Sánchez	<b>Administración:</b> Alejandra Villegas
<b>Fecha:</b> Mayo del 2019	<b>Hora de inicio:</b> 10 am
<b>Participantes:</b> 10 Adultos mayores	<b>Hora de Finalización:</b> 1pm
<b>Tema:</b> Estimulación de los sentidos en Adultos mayores	

#### **ACTIVIDAD 1: ADIVINA QUE ES- OLFATEANDO**

**Objetivo:** Identificar que plantas agradan más por su aroma. Analizar que sensaciones se obtiene al mantener expuestos a los adultos mayores a los diferentes aromas de las plantas medicinales.

**Materiales:** Vasos de color blanco con plantas medicinales y aromáticas (perejil, hierba buena, menta, canela, eucalipto, marco, romero, lavanda, orégano, ruda etc.), cubierto por tela negra para que no se observe el contenido del interior del recipiente, pero si se perciba su aroma.



*Muestra de plantas aromática, para olfatear*

#### **Desarrollo de la actividad:**

Se organizó a las 10 personas en dos grupos de 5, y ellos escogieron un líder de grupo, para tener más dinamismo y competitividad al realizar la actividad.

A cada grupo se les entrego una muestra de cada planta aromática, para que cada uno lo olera y diera su

punto de vista a los integrantes de su grupo, explicando las características del aroma, si lo conocían, si saben para que es utilizado, si les traía algún recuerdo y si era de su agrado; Al finalizar con cada muestra los integrantes de grupo daban su opinión y llegaban a un acuerdo de cuál era la respuesta correcta. Esta actividad se realizó con cada una de las muestras de plantas.



*Adultos mayores olfateando muestra de plantas aromáticas*

**Resultados:** La actividad fue dinámica y entretenida para los adultos mayores ya que tuvieron un momento ameno, recordando experiencias, compartiendo y socializando con diferentes personas y muy importante con la actividad se estimuló de manera exitosa el sentido del olfato ya que en un 70% las muestras de plantas fueron identificadas solamente por su aroma, las plantas que más agradaron por su aroma fueron: cedrón, hierba buena, romero, menta, lavanda, manzanilla.

### **ACTIVIDAD 2: ADIVINA QUE ES- TOCANDO**

**Objetivo:** Identificar a través del tacto los diferentes elementos naturales que se podrían ocupar en un jardín. Analizar que experiencias, recuerdos o vivencias que obtiene al estar en contacto con la diferente textura, formas, tamaños.

**Materiales:** Fundas de color negro que contengan en su interior diferentes materiales y elementos naturales (pétalos de flores, hojas secas, arena, barro, piedras pequeñas, corteza de tronco, tallos de plantas, frutas pequeñas).



*Muestra de elementos naturales, para tocar.*

**Desarrollo de la actividad:** Se siguió trabajando las actividades en el mismo dos grupos de 5 personas, con diferente líder. Para primer la interacción en integración de todas personas participantes. A cada grupo se les entrego una la misma muestra con el elemento natural en el interior, y personalmente se les hizo que solamente a través del taco adivinara que era. Cada persona fue dando su punto de vista, explicando las características del elemento cuál era su tamaño, forma, textura, peso, etc. Si lo conocían, si saben para que es utilizado, si les traía algún recuerdo y si era de su agrado; Al finalizar con cada muestra los

integrantes de grupo daban su opinión y llegaban a un acuerdo de cuál era la respuesta correcta. Esta actividad se realizó con cada uno de los elementos escogidos.



*Adultos mayores tocando la muestra de elementos naturales*

**Resultados:** La actividad fue muy eficiente y divertida para los adultos mayores ya que compartieron la experiencia al estar en contacto con el objeto recordando momentos de su juventud, compartiéndolos y socializando. Se logró estimular el sentido del tacto y conseguir diferentes percepciones producidas por el contacto de varias texturas y las terminaciones nerviosas de la palma de la mano, estimulando su motricidad fina y gruesa. El 100% de los participantes manifestó que les gustaría realizar actividades similares.

### **ACTIVIDAD 3: ADIVINA QUE ES- SABOREANDO**

**Objetivo:** Identificar las diferentes frutas y verduras a través del gusto, y determinar cuáles son los sabores que más agradan y las que menos los hacen. Analizar que experiencias, recuerdos o vivencias se obtiene al estar en contacto con los diferentes tipos de sabores.

**Materiales:** Envases pequeños de color blanco, que impidan la visión a su interior que contengan pequeñas muestras de frutas y verduras que pueden ser sembrados en un jardín (Manzana, Pera, Durazno, Guayaba, limón, mandarina, tomate de árbol).



*Muestra de frutas*

**Desarrollo de la actividad:** Se siguió trabajando las actividades en los dos mismos grupos de 5 personas, con diferente líder. En esta actividad a cada participante se le entregó una pequeña muestra de fruta o vegetal, y en orden se fueron probando cada una de las muestras, Ellos fueron dando su punto de vista, describiendo la textura que sentían en su boca, explicando el sabor si el producto era dulce, salado, amargo, agrio o picante, comentaban si les agradaba y si les traía algún recuerdo o vivencia; Al finalizar con cada muestra los integrantes de grupo daban su opinión y llegaban a un acuerdo para dar una sola respuesta. Esta actividad se realizó con cada una de las muestras de sabores.



*Adultos mayores olfateando muestra de plantas aromáticas*

**Resultado:** La actividad fue entretenida para los adultos mayores ya que existía comunicación al querer describir el sabor de la muestra. Tuvieron un momento divertido, recordando difrangentes experiencias ya que la mayoría de los participantes en su juventud trabajo en la agricultura, en donde sembraban y cosechaban diferentes frutas y verduras. Por otra parte con la actividad ayudo a estimular el sentido del gusto y a la vez del olfato ya que ambos están conectados.

#### **ACTIVIDAD 4: MANUALIDAD – EXPRESA LO QUE MÁS TE GUSTA**

**Objetivo:** Identificar las diferentes plantas aromáticas y ornamentales, estimular su memoria y a la vez el sentido de la vista. Además de conocer que Espacio del centro gerontológico les gusta más.

**Materiales:** Hojas de papel bon, goma y diferentes tipos de flores, hojas, pétalos, troncos y semillas.



*Elementos naturales para manualidad*

**Desarrollo de la actividad:** Esta actividad se la realizo de manera individual. Poniendo en la mitad de la mesa a disposición de todos diferentes plantas, flores, hojas, etc. Ellos comenzaron a crear sus composiciones pegando en la hoja en blanco los elementos naturales que más les gustaba y agrada. Este proceso se realizó con música de sonidos naturales de fondo (cantar de aves, agua corriendo por vertientes, sonidos de naturaleza). Al finalizar cada persona explico su composición, que significaba, porque utilizo esos colores y plantas, compartiendo sus vivencias y experiencias.



*Adultos mayores realizando manualidad con elementos naturales*

**Resultado:** La actividad fue sumamente entretenida para los adultos mayores ya que realizaron un trabajo manual compartiendo diferentes experiencias, se pudo comprobar que a través de esta actividad estimularon su motricidad, memoria y el sentido de la vista. Por otro lado supieron manifestar a través de sus composiciones en un 80 % que el lugar que más les gustaba del centro gerontológico era pasar las zonas de descanso exteriores, ya que podían disfrutar de una buena conversación con sus compañeros o las actividades que se realizaban en el exterior como: ejercicios físicos, rumba terapia y las mingas en las que realizaban algunas actividades de horticultura.

## 4.2. Interpretación de resultados

### 4.2.1. Análisis de coincidencias de las entrevistas a los expertos

*Tabla 29: Análisis de coincidencias de entrevistas a expertos*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

<b>CARACTERÍSTICAS DEL DISEÑO DE JARDÍN TERAPÉUTICO SEGÚN EXPERTOS</b>		
<b>Palabras clave</b>	<b>Indicador</b>	<b>Criterio analítico interpretativo</b>
Beneficios de jardín terapéutico	-Salud física -Sensorial -Emocional	Al interactuar con un medio natural se logra crear un efecto terapéutico, mejorando la salud de las personas, al promover diferentes actividades físicas en un entorno amigable y tranquilo, también se puede notar mejoras en el estado anímico, ya que el estrés, ansiedad y pensamientos negativos disminuyen brindando una sensación de bienestar.
Elementos naturales del jardín	-Vegetación -Sustratos -Materiales	Es importante al momento de diseñar un jardín tomar en cuenta el uso de vegetación según su propósito, también se puede utilizar elementos naturales que brinden diferentes sensaciones como fuentes de agua, piletas, estatuas y se puede utilizar materiales en su mobiliario como piedra, madera, y diferentes sustratos.
Vegetación a utilizar en jardín terapéutico	Aromáticas Medicinales Hierbas curativas	Las plantas que se llevan el protagonismo en el diseño de jardines terapéuticos son las medicinales, curativas y aromáticas ya que al combinarlas brindan una experiencia sensorial al usuario como: manzanilla, cedrón, ruda, ortiga, tomillo, menta, toronjil, hierba buena, romero, orégano, perejil, albaca, hierba luisa, lavanda. También es importante el uso de diferentes plantas que aporten con colores y texturas interesantes como: manzanillon, Eugenia, hortensia, agapanto, rosa de castilla, anturio, aretes, azlea, begonia, bomberos, kalenchoas, camelias, cenizo, chiflera, crásula, cucarda, escancel rojo, geranio, geranio hiedra, Hebe, helecho, vinca, ciprés ornamental. Por otro lado las plantas que aportan con frutos como: limón, pera, manzana, higo, aguacate, capulí, uvilla, claudia, frutilla, tomate de árbol, durazno, níspero, mortiño.

Plantas prohibidas en jardines terapéuticos	Venenosas Toxicas Espinosas	Se debe evitar el uso de plantas que perjudiquen de alguna manera al usuario como hiedras venenosas, plantas espinosas como rosas y diferentes tipos de cactus, plantas que provoquen alergias y problemas respiratorios o sean toxicas al consumirlas como: potos, acebos, glicina, laburno, etc.
Zonas de jardín terapéutico	Bienestar Físico Mental	Zonas dedicadas a la rehabilitación de uso activo y de restauración de uso pasivo y promuevan del estado físico y mental del usuario.
Actividades en diferentes zonas de jardín	Estimulación Fisca Sensorial	Actividades terapéuticas que promuevan el estado físico, mental y sensorial de los adultos mayores como: ejercicios pasivos, caminatas, meditación, yoga, aromaterapia, cromoterapia, horticultura.
Metodología	Usuario Necesidades	Sea la metodología que se utilice esta debe centrarse en cubrir las necesidades del usuario.
Estrategias de diseño	Espacio Vegetación	Se recomienda realizar un análisis del espacio a intervenir y de las necesidades del usuario. También realizar un estudio de las especies vegetales para la aplicación de técnicas de diseño que brinden equilibrio en forma, cromática y materialidad. La elección de plantas también debe ser en base a sus cualidades ya sean al proporcionar diferentes aromas, colores, formas, texturas y sabores.
<b>NESCESIDADES TERAPEUTICAS DE LOS ADULTOS MAYORES SEGÚN EXPERTOS</b>		
<b>Indicador</b>	<b>Palabras clave</b>	<b>Criterio analítico interpretativo</b>
Física	Ejercicios Fortalecimiento Rehabilitación	Terapias que eviten enfermedades degenerativas y mejore la condición física del adulto mayor, con el fin de evitar el sedentarismo al aportar dinamismo y vitalidad, creando resistencia cardiaca, respiratoria y muscular.
Multi sensorial	5 sentidos Percepciones Estímulos	Terapias que ayuden a estimular la mente, mejoren la psicomotricidad y eviten el deterioro cognitivo de los adultos mayores por medio de sensaciones percibidas por la vista, oído, tacto, gusto y olfato.

Mental	Cognitivo Memoria Razonamiento	Las terapias cognitivas son aquellas que promueven la mejora y potenciación de la neuroplasticidad cerebral. Con actividades donde se estimule la memoria, razonamiento, aprendizaje, atención y comprensión.
Social	Vínculo afectivo Socialización	Las actividades grupales fomentan la socialización ayudando a reducir la sensación de aislamiento, e incrementa el sentido de pertenencia y satisfacción comunitaria.
Espacio- físico	Seguridad Accesibilidad	Los espacios deben ser accesibles y seguros. También agradables a la vista y olfato, deben siempre estar limpios, ordenados con la temperatura, ventilación e iluminación adecuados. En donde los adultos mayores se puedan orientar.

#### 4.2.2. Análisis de resultados de aplicación de taller sensorial

Para realizar el taller se escogieron plantas medicinales más utilizadas en el país

*Tabla 30: Análisis de los resultados de plantas*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

<b>SENTIDO DEL OLFATO</b>			
<b>Nombre de planta</b>	<b>Porcentaje Identificación</b>	<b>Porcentaje Preferencia</b>	<b>Interpretación de resultados</b>
Perejil	60%	70%	Los adultos mayores en un 60% identificaron el olor a perejil. Manifestando que es una planta multiusos, recordando que la usan en la cocina para sazonar y aromatizar sus comidas, por otra parte lo reconocieron por ser medicinal ya que aún utilizan sus propiedades que ayudan a desinflamar el intestino y el estómago. El 70% dijo que el aroma es de su agrado y lo utilizarían en su jardín.
Hierba buena	100%	100%	El 100% de adultos mayores identificaron el olor a Hierba buena. Diciendo que esta es una planta muy aromática y que les gustaba mucho ya que la mayoría la cultivaba en sus terrenos o huertas. Y también la utilizaban y aún siguen utilizando para realizar aguas aromáticas y así aliviar el dolor de estómago. El 100% manifestó que el aroma era de su agrado por los recuerdos que le traía.
Lavanda	40%	100%	Esta planta fue reconocida en un 40% por su rico aroma dulce. Algunos ancianos recordaban que en sus jardines resaltaban por su brillante color lila y también uno de sus usos ya que lo utilizaban de manera medicinal para aliviar el dolor ocasionado por úlceras en el estómago. El 100% manifestó que el aroma les gustaba.
Tomillo	70%	70%	El tomillo fue reconocido en un 70% por su aroma ya que ellos recordaron que es usado para la cocina, la preparación de infusiones, para la salud y para el tratamiento de la piel. También en un 70% supieron manifestar que les agradaba la planta aromática ya que le brinda a un jardín belleza y esencia.
Manzanilla	100%	100%	Esta hierba aromática fue identificada en un 100%, los adultos mayores manifestaron que esta planta a ha sido utilizada desde hace siglos con fines medicinales y que ellos la tenían en sus huertos o jardines ya que ayuda a la digestión, también sirve como relajante, para cualquier tipo de inflamación y gripe. El 100% dijo que le agradaba el aroma.
Orégano	100%	100%	El orégano es una planta muy conocida por su singular sabor y aroma y por ello el 100 % de adultos mayores la identificaron, manifestando que favorece el ciclo

			menstrual y es un muy buen relajante. Dijeron que lo utilizaban tanto de manera fresca como en su estado seco, desde las flores, hojas y hasta sus tallos para comidas, infusiones y aceites. El 100% dijo que el aroma les gustaba.
Albaca	50%	80%	Un 50% de los participantes del taller identificaron a la Albaca, manifestando que es una planta aromática que cuenta con diversos usos en la cocina y beneficios para la salud. Y la usaban para combatir inflamaciones, aliviar dolores estomacales. Manifestando en un 80% que es una de las plantas imprescindibles que tenían en su jardín.
Menta	100%	100%	El 100% de los participantes identificaron el olor a menta. Diciendo que esta planta aromática tiene como componente principal al mentol, Y recordaban como lo ocupaban como anti congestivo para tratar el resfriado, indigestión y flatulencias. Manifestaron que gracias al mentol tiene un efecto refrescante para la piel y la ayuda a desinflamar. También la ocupan para elaborar cualquier comida por ellos al 100% les agrada el aroma y la planta en sí.
Eucalipto	80%	70%	El 80% reconocieron el olor característico del Eucalipto. Argumentando que está planta era recomendada en infusiones para tratar enfermedades que afectan a las vías respiratorias como la gripe, el asma o los catarros entre otros usos. De igual manera el 70% de adultos mayores dijo que le gustaba el aroma y el uso de la planta.
Pino	30%	60%	El 30% de personas distinguieron el aroma a pino, contado anécdotas sobre la navidad y también comentaron sus propiedades medicinales ya que lo utilizaban para combatir tos, resfriados y bronquitis. También su infusión ayuda a disminuir la fiebre. El 60% manifestó que les agrada el olor del pino y lo utilizarían en sus jardines.
Limón	70%	100%	El Limón es una planta muy conocida por su singular sabor y aroma por ello el 70% de las personas la reconocieron, manifestando que su fruta y sus hojas son utilizadas en de diferentes maneras, para remedios caseros y en la cocina. La mayoría comento que tenían en sus propiedades o de sus familiares por lo menos un árbol de limón y les recordaba distintos momentos de su vida. El 100% recomendó su uso y que planten limoneros.
Cedrón	100%	100%	El 100% reconoció el olor característico del cedrón, y supo decir que les encanta beber el agua aromática de la planta por su sabor, su aroma, y sus propiedades curativas. El 100% recalco que les encantaba el aroma de la planta y la recomendaron.
Ruda	100%	60%	El 100% reconoció el fuerte aroma a ruda. Manifestando que lo plantaban en sus jardines o terrenos porque su olor fuerte aleja los insectos de los cultivos. Y uso como

			reducir los síntomas del estrés, ansiedad, nerviosismo e insomnio, también ayuda a calmar el dolor cuando hay golpes y reduce la inflamación. Solamente un 60% dijo que el olor era de su agrado ya que era muy fuerte.
Anís	80%	80%	El anís fue reconocido en un 80% de las personas por es una planta milenaria con fines culinarios, pero también medicinales. Generalmente utilizaban y siguen utilizando su aceite, semilla, la raíz y las hojas, sobre todo para el fin medicinal. El 80% dijo que el olor de la planta era de su agrado, y también por sus usos.
Romero	100%	100%	En un 100 % identificaron el olor a romero comentando que el arbusto es muy aromático y tiene varios usos como culinarios y aplicaciones medicinales. Algunos recordaron que la planta puede crecer hasta como los dos metros, y se mantiene verde todo el año. También comentaban que las mujeres utilizan el agua para lavarse el cabello y obscurecerlo. El 100% dijo que la planta era de su agrado y aún la cultivan en sus jardines.
Malva	20%	40%	El 20 % reconoció el olor a malva, comentando que es una planta que utilizaba para dar de comer a los animales, y también como agua aromática para tratar el dolor de estómago, El 40% dijo que le agradaba el aroma.
Canela	80%	100%	El 80 % de los adultos mayores reconocieron el olor de la canela, supieron manifestar que lo usaban como condimento en la cocina y también por algunos de sus usos medicinales. El 100% dijo que le agradaba el aroma a canela porque le recordaba anécdotas en la cocina.

### CONCLUSIÓN:

Las plantas que fueron identificadas y del agrado de todos los participantes del taller en un 100% fueron: la hierba luisa, manzanilla, lavanda, orégano, cedrón y romero.

<b>SENTIDO DEL TACTO</b>			
<b>Elemento natural</b>	<b>Porcentaje identificación</b>	<b>Porcentaje preferencia</b>	<b>Interpretación de resultados</b>
Pétalos de flores	100%	100%	El 100 % de los adultos mayores reconocieron la textura suave y delicada de los pétalos de rosa, ya que la utilizaban para hacer infusiones para bañarse y el aseo de su rostro. El 100% dijo que le agradaba la contextura y al igual que su aroma.
Hojas secas	100%	100%	En un 100 % de los participantes reconocieron la textura seca y delicada de las hojas, las cuales se rompían al manipularlas y sentían satisfacción ya que recordaban cuando las pisaban y tronaban en el suelo. El 100% dijo que le agradaba textura que sentían al aplastarlas.
Arena	70%	90%	El 70 % reconocieron la textura fina de la arena. Manifestando que les traía recuerdos de cuando visitaban las playas al pisar descalzo la arena. El 90% dijo que le agradaba la textura que sentían del elemento al tocarla pero que les gustaría sentir con sus pies.
Piedras pequeñas	80%	80%	En un 80% identificaron que eran piedras al sentirlas, comentaron que las reconocieron porque las utilizaban en sus jardines o incluso al sembrar. El 80% dijo que le agradaba su textura.
Barro	90%	100%	El 90 % reconocieron la textura aguada del barro, Manifestando que les traía recuerdos de lugares o momentos como cuando hacían vasijas con sus manos y a las mujeres porque la ocupaban como mascarillas. El 100% dijo que le agradaba sentir con sus manos.
Corteza de tronco	40%	60%	Los adultos mayores en 40% acertaron que lo que estaban tocando era corteza de árbol. Por su textura dura y porosa. Por otro lado en un 60% manifestaron que les gustaba palpar el elemento.
Cascarilla de arroz	80%	100%	En un 80% identificaron que era cascarilla de arroz, comentaron que las reconocieron porque las utilizaban en sus jardines como abono, y también para hacer de colchón para que duerman las aves o de sustrato para el piso del suelo. El 100% dijo que le agradaba sentir con sus manos la textura del elemento seleccionado.
Césped	90%	100%	El 90 % de los adultos mayores reconocieron la textura suave y la forma alargada del césped, les traía a la memoria cuando estaban en algún lugar y recordar su olor cuando este era recién cortado. El 100% dijo que le agradaba sentir el césped con sus manos y pies.
Paja	80%	90%	La textura de la paja, su forma y tamaño hicieron que un 80% de los participantes lo reconociera. Les trajo a la memoria distintos recuerdos de lugares y diferentes

			trabajos en los que lo ocupaban. El 100% dijo que le agradaba sentir el elemento con sus manos.
Sigse ornamental	60%	80%	El 60% de los participantes reconocieron la textura suave y delicada de la planta, les recordaba un lugar tranquilo y pacifico lleno de los elementos. El 100% dijo que le agradaba la suavidad de su flor.
Lágrimas de bebe	30%	80%	Por la textura suave y acolchonada de la planta solo permitió que un 30% de los participantes identificaran la planta. Solo lo hicieron las personas que trabajan en jardines por ser una planta decorativa, pero por otro lado el 100% comento que les gustaba la sensación de sentir las pequeñas hojas entre sus dedos.
Tierra	100%	100%	El 100 % reconocieron la textura de la tierra ya que en su mayoría se dedicaban a la agricultura y tenían contacto directo con el elemento, Manifestando que les traía recuerdos de su juventud. El 100% dijo que le agradaba sentir con sus manos la tierra húmeda y su olor.

**CONCLUSIÓN:**

Los elementos que produjeron más sensaciones al ser palpados por los adultos mayores fueron: petalos de flores, Hojas secas, barro, cascarilla de arroz, césped, tierra.

<b>SENTIDO DEL GUSTO</b>			
<b>Nombre de la planta</b>	<b>Porcentaje identificación</b>	<b>Porcentaje preferencia</b>	<b>Interpretación de resultados</b>
Manzana	80%	60%	El 80 % de los adultos mayores reconocieron el sabor de la manzana. Y recordaron que la cultivaban en sus terrenos. El 60% dijo que le agradaba la textura en su boca.
Pera	70%	90%	Al degustar la muestra con sabor a pera el 70% reconocieron a la fruta y el 90% dijo que era de su agrado.
Durazno	70%	100%	El 70 % reconocieron que la muestra era de durazno, manifestaron que les traía recuerdos de la preparación de diferentes postres con la fruta. El 900% dijo que les gustaba el sabor y la textura en su boca.
Limón	90%	60%	El 90 % de los participantes reconocieron el sabor cítrico del limón, y el 60% manifestaron que les gustaba el sabor porque les recordaba a postres y bebidas.
Mandarina	100%	100%	Los adultos mayores en 100% acertaron que lo que estaban probando era mandarina, por su sabor cítrico y dulce. El 100% también manifestó que les gustaba
Tomate de árbol	80%	70%	El 80 % de los adultos mayores reconocieron el sabor del tomate de árbol. Y recordaron que lo cultivaban en sus terrenos. El 70% de igual manera dijo que gustaba comer la fruta.
Uva	100%	100%	Al degustar la muestra con sabor a pera el 90% reconocieron a la fruta y el 100% dijo que era de su agrado.
Fresa	100%	100%	El 100 % de los adultos mayores reconocieron el sabor de la fresa. Y recordaron que la cultivaban en sus terrenos. El 100% dijo que comían la fruta y era de su agrado.
Granadilla	100%	100%	El 100 % de los adultos mayores reconocieron el sabor de la granadilla. El 100% dijo que le agradaba la textura con pepas en su boca.

### **Conclusión**

Las frutas que más agradaron en la degustación fueron: el durazno, mandarina, uva, fresa y granadilla.

### 4.2.3. Análisis de Potencialidades terapéuticas del diseño de jardines

Después de recolectar, organizar e interpretar la información obtenida por fuentes bibliográficas y la investigación de campo, se pudo determinar los siguientes resultados sobre las potencialidades terapéuticas que se puede obtener del diseño de jardines

*Tabla 31: Potencialidades terapéutica del diseño de jardines*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

POTENCIALIDADES TERAPÉUTICAS DEL DISEÑO DE JARDINES		
Potencialidad	Tipo de estimulación	Beneficios
Sensorial	<b>Estimulación del sentido de la vista</b> Interacción visual con diferentes elementos naturales a través de su color, forma, textura y tamaño.	-El estado anímico mejora al estar en contacto con colores que brinden tranquilidad y paz. -Trabaja la memoria ya que registra, almacena y relaciona las diferentes experiencias obtenidas de los colores del jardín, con ideas, lugares y acontecimientos importantes. - Ayuda a desarrollar funciones ópticas de enfoque, fijación, seguimiento y acomodación visual. -Mejora la agudeza visual para ver de cerca y en algunos casos mayor alcance para ver de lejos. -Comprende mejor el mundo que le rodea, ya que la estimulación visual permite el desarrollo a su vez de otros sentidos que complementan la información visual.
	<b>Estimulación del sentido de olfato</b> Percepción de diferentes aromas naturales ya sea propio del ambiente o en la flora.	-Ayuda a potenciar la capacidad olfativa. -El estado anímico mejora al estar en contacto con olores agradables que brinden bienestar. -Motiva a trabajar a la memoria ya que se reconoce los diferentes olores de las plantas y se los relaciona con diferentes experiencias, ideas, lugares y acontecimientos.
	<b>Estimulación del sentido del tacto</b> Actividades en donde interactúe con diferentes elementos naturales a través de su, forma, textura y tamaño.	-Puede llegar a estimular desde la cabeza hacia los pies. -Se estimulan las terminaciones nerviosas, mejorando el desarrollo motriz. -Produce diferentes sensaciones al estar en contacto con texturas.
	<b>Estimulación del sentido del oído</b> Por medio de elementos que produzcan	-Aumenta la capacidad de la memoria, atención y concentración. -Provoca la evocación de recuerdos e imágenes con lo cual se enriquece el intelecto. -Estimula el desarrollo integral, al actuar sobre todas las áreas del desarrollo.

	sonidos naturales	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Puede mejorar la calidad de vida, así como el entorno social.</li> <li>-Aporta en el desempeño de actividades diarias.</li> <li>-Mejora la interacción social.</li> <li>-Ayuda a elevar la autoestima.</li> <li>-Al combinarse con el baile, estimula los sentidos, el equilibrio, y el desarrollo muscular.</li> </ul>
	<p><b>Estimulación del sentido del gusto</b></p> <p>A través de diferentes elementos comestibles naturales como frutas y vegetales</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Estimular el sentido del gusto conduce a los individuos a responder y recordar sensaciones que tenían respecto a su alimentación.</li> <li>-También se estimula también el sentido del olfato al estar estrechamente vinculados.</li> <li>-La textura de los alimentos es también un elemento que provoca respuestas. Al conocer sabores nuevos se estimulan las papilas gustativas y esto trae consigo la estimulación.</li> <li>-También el comer alimentos que son del agrado de la persona puede causar ese estímulo positivo y eso hará que la persona se alimente de manera.</li> </ul>
<b>Físicas</b>	<p><b>Estimulación de los músculos y articulaciones.</b></p> <p>Actividad física y diferentes ejercicios en ambientes naturales</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reduce el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, tensión arterial alta, cáncer de colon y diabetes.</li> <li>-Brinda resistencia y flexibilidad muscular, fortaleciéndolos.</li> <li>-Ayuda a controlar el sobrepeso, la obesidad y el porcentaje de grasa corporal.</li> <li>-Fortalece los huesos, aumentando la densidad ósea.</li> <li>-Mejora el estado de ánimo y disminuye el riesgo de padecer estrés, ansiedad y depresión; aumenta la autoestima y proporciona bienestar psicológico. Fomenta la sociabilidad.</li> <li>-Aumenta la autonomía y la integración social, estos beneficios son especialmente importantes en el caso de discapacidad física o psíquica.</li> </ul>
<b>Mental Emocional</b>	<p><b>Estimulación mental y cognitiva</b></p> <p>Actividades de reminiscencia, meditación y relajación en ambientes naturales que evoquen la paz y tranquilidad</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Mejora la memoria ya que registra la información y almacena las distintas experiencias, ya sean ideas, imágenes, acontecimientos, etc.</li> <li>-Permite procesar información de forma rápida y automática.</li> <li>-Mejora la tensión</li> <li>-Permite mantener diferentes percepciones al codificar y coordinar las diversas sensaciones elementales para darles un significado.</li> </ul>
	<p><b>Estimulación autónoma y grupal</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Ayuda a reducir el estrés ayudando al cuerpo a encontrar su propio equilibrio.</li> <li>-Aumenta la autonomía y la integración social</li> <li>-Aumenta la motivación y el entusiasmo, mejorando el autoconocimiento y la toma de decisiones.</li> <li>-Otorga capacidad de influencia y liderazgo.</li> <li>-Aumenta bienestar psicológico y emocional.</li> </ul>

#### 4.2.4. Análisis de Necesidades terapéuticas de los adultos mayores en Centros gerontológicos.

Después de recolectar, organizar e interpretar la información obtenida por fuentes bibliográficas y la investigación de campo, se pudo determinar los siguientes resultados.

*Tabla 32: Necesidades Terapéuticas de los adultos mayores*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

NECESIDADES TERAPÉUTICAS DEL ADULTO MAYOR		
Necesidad	Tipo de estimulación	Ejemplos de Actividades
<b>Físicas</b>	<b>Físico- motriz</b> Terapias y actividades que eviten enfermedades degenerativas, traten lesiones musculoesqueléticas y del sistema nervioso, con el fin de mejorar la condición física del adulto mayor Y evitar el sedentarismo al aportar dinamismo y vitalidad, creando resistencia cardiaca, respiratoria y muscular.	-Fisioterapia -Actividad física y movimiento -Bailo terapia -Caminatas cortas -Gimnasia geriátrica -Yoga, etc.
	<b>Sensorial</b> Terapias y actividades que se encarguen de estimular cada sentido y ayuden a comprender el mundo que le rodea. Así, la forma en que podemos obtener información del ambiente es a través de nuestros sentidos (la vista, el oído, el tacto, el gusto y el olfato) y del movimiento	-Aromaterapia -Cromoterapia -Helioterapia -Fitoterapias -Horticultura, -Musicoerapia etc.
<b>Psicológicas</b>	<b>Mental- Cognitivo</b> Terapias, tratamientos y actividades que ayuden a estimular la mente, mejoren la psicomotricidad y eviten el deterioro cognitivo de los adultos mayores por medio de sensaciones percibidas los sentidos. Promueven la mejora y potenciación de la neuroplasticidad cerebral. Con actividades donde se estimule la memoria, razonamiento, aprendizaje, atención y comprensión.	-Ludo terapia -Lectura -Manualidades y arte -Actividades que estimulen la motricidad fina y gruesa, etc.
	<b>Emocional</b> Terapias que aporten en sentirse bien con uno mismo y con el mundo que lo rodea, buscando un sentimiento de equilibrio y de felicidad. Fomentando un pensamiento positivo, autoestima alta y dar tratamiento a c problemas o trastornos del bienestar emocional como son la depresión, la ansiedad, las obsesiones, el pesimismo, la frustración, las pérdidas, etc.	-Diferentes terapias psicológicas -Actividades grupales -Actividades que fomenten la autonomía. -Meditación, etc.

### **4.3. Verificación de Hipótesis**

La hipótesis inicial planteada para este trabajo de titulación es: “El diseño de jardines aplicado como recurso terapéuticos en centros gerontológicos incide en el envejecimiento saludable del adulto mayor”

Para la comprobación técnica de la hipótesis se ha tomado como referencia el método de Burns (2009) y Franklin y Balau (2005) como se cita en Hernández Sampieri (2014, p. 257) que corresponde a la triangulación de métodos de recolección de datos en los que se complementa el estudio cualitativo, esto se ha evidenciado en el siguiente “diseño de triangulación concurrente” (Ibídem, p. 574), el procesamiento ha sido comparar los datos obtenidos de las entrevistas a diferentes profesionales, los resultados del taller de estimulación de los sentidos a adultos mayores de un centro gerontológico y la observación aplicada en la misma institución. Finalmente con el criterio técnico encontrado en las fuentes bibliográficas estudiadas durante la presente investigación acerca de las dos variables se ha comparado y obtenido conclusiones.

### 4.3.1. Triangulación de datos

Tabla 33: Tabla de Triangulación de datos

Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)

DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO				
Indicadores	Teoría	Análisis de campo	Intuición	Conclusiones
<b>Relación ser humano y el entorno natural</b>	La naturaleza empieza a ser un objeto del que se sirve el hombre para satisfacer sus necesidades a través de la explotación. No hay una armonía en la relación entre estas dos realidades. El hombre busca su bien por medio de la naturaleza.	El contexto general dentro del cual se mueve el hombre está determinado, por un lado, por aquellos fenómenos físicos, geofísicos, biológicos, químicos, etc., que plasman una realidad ambiental. Por otro lado, por la presencia de la actividad humana, que define la realidad social, realidad que al transcurrir en una dimensión histórica trasciende el medio natural.	A lo largo de la historia, la acción del hombre sobre los procesos naturales se ha ido materializando en lo que podría llamarse un medio ambiente construido, que se superpone al medio ambiente natural.	El hombre es un ser vivo y, como tal, forma parte de la Naturaleza. El conocimiento del ser humano ha sabido adaptar la realidad a sus propias necesidades, utilizando el medio natural, perfeccionándolo, acomodándolo según sus requerimientos.
<b>Beneficios a la salud</b>	El principal beneficio para el ser humano es que ayuda a mejorar la salud, ya que al respirar aire menos expuesto a contaminantes atmosféricos, el estado de ánimo cambia, reduciendo así el estrés, también ayuda a mejorar el humor, ya que se libera endorfinas y oxitocinas. Además aumenta la productividad de las personas y genera una sensación de bienestar.	Al interactuar con un medio natural se logra crear un efecto terapéutico, mejorando la salud, el estado anímico cambia, disminuyendo el estrés y creando sensación de paz y tranquilidad.	El estar en contacto directo con la naturaleza proporciona salud y bienestar tanto en el ámbito físico, como psicológico o emocional.	Pasar tiempo en un medio natural mejora la salud del ser humano ya que aporta en su estimulación física, y emocional ya que se encarga de activar determinadas regiones del cerebro encargadas de producir hormonas como la serotonina y la dopamina, sustancias relacionadas con la felicidad, ayuda a contrarrestar el estrés y la ansiedad, consiguiendo paz y tranquilidad mental.
<b>Especies vegetales y elementos naturales más usadas en el diseño de jardines</b>	Depende de la terapia que se quiera dar, pero las que yo recomiendo son las plantas aromáticas y medicinales.	Usar diferentes especies vegetales al igual que elementos que evoquen naturaleza son de vital	Se recomienda realizar un análisis de necesidades y el espacio. Se realiza un estudio de las	El uso de plantas que aporten dinamismo y vitalidad al jardín pudiendo ser aromático y medicinal.

<b>terapéuticos</b>	Plantas que puedan de alguna manera estimular los sentidos y emociones puede ser por su color, textura, aroma, forma.	importancia a la hora de diseñar un jardín, ya que serán los protagonistas del escenario sensorial.	especies vegetales para la aplicación de técnicas de diseño que brinden equilibrio en forma, cromática y materialidad.	Y también se las puede escoger con el fin de estimular los sentidos y emociones por medio de su forma, tamaño, textura, aroma, o los beneficios que puedan brindar.
---------------------	---	---	--	---

**CENTRO GERONTOLÓGICO**

<b>Indicadores</b>	<b>Teoría</b>	<b>Análisis de campo</b>	<b>Intuición</b>	<b>Conclusiones</b>
<b>Necesidades terapéuticas del adulto mayor</b>	<p>Terapias que eviten enfermedades degenerativas y mejore la condición física del adulto mayor, con el fin de evitar el sedentarismo al aportar dinamismo y vitalidad, creando resistencia cardiaca, respiratoria y muscular.</p> <p>Terapias que ayuden a estimular la mente, mejoren la psicomotricidad, eviten el deterioro cognitivo y promueva la potenciación de la neuroplasticidad cerebral.</p>	Necesidades físicas, Psicológicas, multi sensoriales y cognitivas que contrarresten el deterioro físico del adulto mayor.	<p>Intervienen diferentes factores físicos asociados con el deterioro natural del cuerpo por envejecimiento. Se debe dar tratamiento a las diferentes enfermedades degenerativas, para evitar la disminución o pérdida total de las habilidades auditivas, visuales y motrices.</p> <p>Psicológicos generados por trastornos de ánimo y alteraciones en la memoria.</p> <p>Y socio- culturales que tienen que ver aspectos económicos, familiares, sociales y espirituales.</p>	<p>El adulto mayor por sus condiciones degenerativas naturales requiere la utilización de diferentes terapias que aporten en su bienestar, con el fin de evitar una vida sedentaria y monótona. Sino más bien un envejecimiento activo y saludable.</p> <p>Terapias físicas, sensoriales, mentales y emocionales.</p>

## CAPÍTULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1. Conclusiones

- Los jardines poseen potencialidades terapéuticas ya que el ser humano al interactuar en un medio natural, este obtiene beneficios en su salud, al promover la actividad física y sensorial, al encontrarse en entornos amigables y tranquilos, también se obtienen mejoras en el estado anímico, ya que el estrés y pensamientos negativos disminuyen, brindando así una sensación de bienestar.
- Se pudo determinar que las potencialidades terapéuticas de un jardín son de carácter físico, sensorial, mental-emocional. Físico ya que al estar en contacto con un ambiente natural, este promueve y motiva a las personas a realizar diferentes tipos de actividad física, pilar fundamental de una buena salud, en donde se llega a estimular los músculos y articulaciones obteniendo resistencia y también reduciendo el riesgo de padecer enfermedades degenerativas, por otro lado el estado mental y anímico de las personas puede llegar a mejorar ya que al realizar diferentes actividades colectivas se fortalecen vínculos afectivos, mejorando el autoestima, al estar en un ambiente tranquilo aporta en la reflexión y en la toma de decisiones.  
Finalmente al hablar de beneficios sensoriales se refiere a la estimulación de los 5 sentidos (vista, olfato, tacto, gusto y oído) ya que al interactuar en un ambiente natural se obtienen diferentes estímulos de manera directa o indirecta provenientes de las características (color, forma, tamaño, textura, aroma, sabor y sonidos.) de la vegetación y elementos naturales
- Se pudo identificar las principales necesidades terapéuticas del adulto mayor en un centro gerontológico siendo de carácter físico y psicológico.  
-Físico ya que las personas de la tercera edad necesitan de terapias y actividades que eviten enfermedades degenerativas, traten lesiones musculoesqueléticas y del sistema nervioso, con el fin de mejorar la condición física al evitar el sedentarismo y aportar dinamismo y vitalidad, creando resistencia cardiaca, respiratoria y muscular. Por otro lado terapias y

actividades que se encarguen de estimular cada sentido (la vista, el oído, el tacto, el gusto y el olfato) y ayuden a comprender el mundo que los rodea.

- Psicológicas ya que necesitan de terapias, tratamientos y actividades donde se estimule la memoria, razonamiento, aprendizaje, atención y comprensión. Con el fin de que mejore la potenciación de la neuroplasticidad cerebral, la psicomotricidad y se evite el deterioro cognitivo.

Por otro lado terapias que fomenten un pensamiento positivo, ayuden a mejorar el autoestima y ayuden a resolver problemas o trastornos del bienestar emocional como son la depresión, ansiedad, obsesión, frustración, pérdidas, etc.

- Al realizar el análisis de campo se pudo observar que diario los adultos mayores del centro gerontológico Caiam Patate realizan diferentes tipos de terapias, de estimulación, actividades físicas y de recreación con el fin de mantener un estado físico y mental adecuado. Al analizar la rutina de actividades y sus horarios se puso determinar que 5 horas diarias son destinadas a terapias y actividades de estimulación de las cuales solo el 20 % involucran al individuo con un espacio abierto y con un entorno natural (patios y jardines). Y el 90% restante de actividades se realizan dentro de las instalaciones.
- Se pudo confirmar que los adultos mayores necesitan espacios verdes que provean el descanso, rehabilitación y distracción para que puedan afrontar esta etapa de su vida de una manera agradable y saludable por lo que es posible implementar diferentes terapias alternativas aplicadas en un jardín, ya que complementan a las terapias medicas farmacológicas impartidas en los centros gerontológicos, brindando al adulto mayor un estado de bienestar emocional y físico.

## **5.2. Recomendaciones**

- Los espacios a implementarse deben contar con todas las condiciones de accesibilidad universal, eliminando todo tipo de barreras arquitectónicas y de comunicación para un fácil acceso, movilidad, uso y ubicación de los espacios.
- Cada espacio debe ser diseñado en base al análisis de las necesidades del usuario con el fin de evitar molestias y accidentes, tomando en consideración las actividades que se realizarán dentro de la edificación proporcionando confort y seguridad para mejorar la calidad de vida de las personas.
- A la hora de diseñar jardines terapéuticos se recomienda un trabajo multidisciplinario en el que aporten diferentes profesionales como: médicos especialistas, psicólogos, trabajadores sociales, terapeutas, arquitectos, diseñadores interioristas y paisajistas.
- Se recomienda que en el cronograma semanal de actividades de los centros gerontológicos se incluyan más terapias y actividades de estimulación, que involucren a los adultos mayores con un entorno natural con el fin de mantener un estado físico y mental adecuado.

## CAPÍTULO VI

### PROPUESTA

#### 6.1. Título de la propuesta

Aplicación del diseño de jardines como recurso terapéutico en el Centro Gerontológico CAIAM-Patate.

#### 6.2. Datos informativos

- **Lugar de intervención:** Centro Gerontológico CAIAM-Patate.  
**Administración:** Mies zona 3  
**Infraestructura:** Edificación de un solo nivel.  
**Espacio a intervenir:** Áreas verdes externas e internas.
- **Beneficiarios**  
**Directos:** adultos mayores y personal del centro gerontológico.  
**Indirectos:** Visitantes
- **Ubicación**  
**País:** Ecuador  
**Región:** Sierra  
**Provincia:** Tungurahua  
**Cantón:** Patate  
**Barrio:** Bellavista
- **Tiempo estimado de ejecución**  
**Fecha de inicio:** Marzo 2019  
**Fecha de finalización:** Julio 2019
- **Equipo responsable**  
**Tutor:** Dis. Int. Mg. Pablo Daniel Cardoso Pacheco  
**Investigador:** Vanessa Estefanía Sánchez Briceño

(VER ANEXO- LÁMINAS DE PROPUESTA pág. 191)

## BIBLIOGRAFÍA

- Salas Zapata, C., & Grisales Romero, H. (1 de Enero de 2010). El reto de la valoración de la calidad de vida en mujeres con cáncer de mama. *Revista Científica Salud Uninorte*, 26(1), 5. Recuperado el 20 de Diciembre de 2018, de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/viewArticle/97/5798>
- Abella, C. (20 de Junio de 2018). *Las características Fisiológicas, psicológicas y sociales del adulto mayor*. Recuperado el 10 de Diciembre de 2018, de Aspectos a considerar en su mejora de la condición física: [http://www.cult.gva.es/dgd/form\\_amb\\_deportivo/JORNADA\\_DXTE%20MAYO RES\\_SEPT/Carlos\\_Pablos.pdf](http://www.cult.gva.es/dgd/form_amb_deportivo/JORNADA_DXTE%20MAYO RES_SEPT/Carlos_Pablos.pdf)
- Armingol, X. (10 de Mayo de 2017). *¿Cómo lograr un jardín de los sentidos?* Recuperado el 10 de Enero de 2019, de El blog del decorador: <https://www.elblogdeldecorador.cl/2017/05/10/jardin-de-los-sentidos/>
- Asociación Española de parques y jardines públicos. (12 de Julio de 2010). *Existe un territorio donde confluyen el paisajismo, la medicina y el naturismo: los jardines terapéuticos*. Recuperado el 20 de Mayo de 2019, de <http://aepjp.es/index.php/rincon-de-prensa/noticias/item/2351-elementos-para-el-dise%C3%B1o-de-jard%C3%ADnes-terape%C3%BAticos>
- Balabani, M. (8 de Febrero de 2007). Jardines que estimulan los sentidos. En U. d. Palermo, *Reflexión Académica en Diseño y Comunicación N° VIII* (págs. 32-34). Buenos Aires, Argentina: Universidad de Palermo. Obtenido de [https://fido.palermo.edu/servicios\\_dyc/publicacionesdc/vista/detalle\\_articulo.php?id\\_libro=10&id\\_articulo=975](https://fido.palermo.edu/servicios_dyc/publicacionesdc/vista/detalle_articulo.php?id_libro=10&id_articulo=975)
- Ballard, M. (2018). *Plantas para un jardín sensorial*. Recuperado el 10 de Mayo de 2019, de Flowerpotman: <https://www.flowerpotman.com/sensory-gardens-at-home/sensory-garden-plants/plantas-para-un-jardín-sensorial/>
- Barrera, L. (27 de Febrero de 2015). *Diseño del paisaje: Jardines curativos para pacientes específicos*. Recuperado el 19 de Junio de 2019, de World Health Desing : <https://worldhealthdesign.com/disenio-del-paisaje-jardines-curativos-para-pacientes-especificos/>

- Benito, L. (24 de Marzo de 2015). *Jardines terapéuticos: espacios verdes para lograr el bienestar*. Obtenido de Bioguía: [https://www.bioguia.com/ambiente/jardines-terapeuticos-espacios-verdes-para-lograr-el-bienestar-de-las-personas\\_29274013.html](https://www.bioguia.com/ambiente/jardines-terapeuticos-espacios-verdes-para-lograr-el-bienestar-de-las-personas_29274013.html)
- Bojorquez, M. (22 de Noviembre de 2017). *IDEAS PARA ILUMINAR EL JARDIN*. Recuperado el 10 de Diciembre de 2018, de Curso de decoración de interiores: <https://cursodedecoraciondeinteriores.com/ideas-para-iluminar-el-jardin/ideas-para-iluminar-el-jardin-4/>
- Bonells, J. (20 de Enero de 2017). *Historia de la jardinería Capítulo I*. Recuperado el 2019 de Junio de 19, de Jardines sin Fronteras: <https://jardinessinfronteras.com/2017/01/20/historia-mundial-de-la-jardineria-capitulo-1o/>
- Bonells, J. (23 de Octubre de 2018). *Principios básicos a tener en cuenta a la hora de diseñar un jardín*. Recuperado el 10 de Mayo de 2019, de JARDINES SIN FRONTERAS: <https://jardinessinfronteras.com/2018/10/23/principios-basicos-a-tener-en-cuenta-a-la-hora-de-disenar-un-jardin/>
- Briones, M. (25 de Noviembre de 2010 ). *Jardines Terapéuticos – Healing Gardens*. Recuperado el 20 de Mayo de 2019, de Jardines con Alma : <http://jardinesconalma.com/2010/11/jardines-terapeuticos-healing-gardens.html>
- Cáceres, M. (1997). *MANUAL DE USO DE HIERBAS MEDICINALES DE PARAGUAY*. Asunción, Paraguay. Recuperado el 1 de Mayo de 2019, de [http://portal.unesco.org/en/file\\_download.php/c9010dd7f603adeb359ff68830c3c978hierbasmedicinales.pdf](http://portal.unesco.org/en/file_download.php/c9010dd7f603adeb359ff68830c3c978hierbasmedicinales.pdf)
- Caiza, R. (Lunes de junio de 2018). Obtenido de <https://www.bioconsciencia.es/tecnicas-de-visualizacion-o-imaginacion-guiada/>
- Castro, V. (4 de Junio de 2014). *LA fitoterapia en Jardines terapeuticos*. Quito, Pichincha, Ecuador.
- Charles, J. (4 de Septiembre de 2018). *La Huerta como una Herramienta Terapéutica*. Recuperado el 19 de Enero de 2019, de Aprendiendo temas agro: <http://aprendiendotemasagro.com/inicio/la-huerta-como-terapia/>
- Chavéz, P. (2019). Importancia de la Etnobotánica en Imbabura. *Axioma*, 23.

- Comunidad Valenciana. (24 de Enero de 2012). *Etnobotánica, una ciencia de personas y plantas*. Recuperado el 10 de Mayo de 2019, de Conec:  
<http://www.conec.es/comunidad-valenciana/etnobot%C3%A1nica-una-ciencia-de-personas-y-plantas/>
- Constitución de la República del Ecuador. (2018). Asamblea Constituyente.
- Cooper, C. (Domingo de Junio de 2015). Obtenido de  
[http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/consensus/volumen20/Consensus%2020\\_2/Cap%209.pdf](http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/consensus/volumen20/Consensus%2020_2/Cap%209.pdf)
- Cotán Fernández, A. (2016). *EL SENTIDO DE LA INVESTIGACIÓN CUALITATIVA*.
- Davalos, J. (2012). *TERAPIAS PREVENTIVAS EN EL ADULTO MAYOR*. Quito: Scielo.
- Davila, c. (Jueves de Junio de 2019). *Todo sobre helioterapia*. Obtenido de  
<https://www.laopiniondemalaga.es/vida-y-estilo/salud/2014/06/18/helioterapia-banos-sol-saludables-organismo/685944.html>
- Durán , J. (2 de Junio de 2013). *8 trabajos de mantenimiento importantes en tu jardín*. Recuperado el 10 de Enero de 2019, de Jose el jardinero:  
<https://www.joseeljardinero.com/trabajos-mantenimiento-jardin/>
- El Telégrafo . (16 de Julio de 2016). *Medicina ancestral, sabiduría que no desaparecerá*. Recuperado el 20 de Mayo de 2019, de EL TELÉGRAFO - NOTICIAS DEL ECUADOR Y DEL MUNDO:  
<https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/de7en7/1/medicina-ancestral-sabiduria-que-no-desaparecera>
- El telégrafo. (10 de Junio de 2012). *Ciencia y conocimientos ancestrales*. Recuperado el 24 de Junio de 2019, de El telégrafo:  
<https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/columnistas/1/ciencia-y-conocimientos-ancestrales>
- Fierro, P. (Sabado de Junio de 2001). (*Análisis de la Situación de Salud. Policlínico "Van Troi". La Habana, municipio Centro Habana, 2001*). Obtenido de  
[http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http://bvs.sld.cu/revistas/mgi/vol21\\_1-2\\_05/mgi071-205t.htm](http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http://bvs.sld.cu/revistas/mgi/vol21_1-2_05/mgi071-205t.htm)

- Furgeson, M. (1 de Diciembre de 2015). *Jardines Terapéuticos*. Recuperado el 20 de Mayo de 2019, de Agricultura Jardinería Paisajismo:  
<http://agriculturajardineriapaisajismocsxxi.blogspot.com/2015/12/jardines-terapeuticos.html>
- Gallo, G. (Domingo de Junio de 2019). Obtenido de  
<http://prevencionar.com/2014/10/12/la-ergonomia-en-el-adulto-mayor-en-mexico/>
- García, M. (2012). *HISTORIA DEL JARDÍN EN LA ANTIGÜEDAD- EGIPTO*. Recuperado el 2019 de Junio de 18, de Paisajista Marbella:  
<https://www.paisajistasmarbella.com/historia-del-jardin-en-la-antiguedad-egipto/>
- GeriatricArea. (26 de Octubre de 2018). *España ya cuenta con su primer Jardín Terapéutico público para mayores y personas con discapacidad*. Recuperado el 2019 de Junio de 24, de GeriatricArea: <https://geriatricarea.com/espana-ya-cuenta-con-su-primer-jardin-terapeutico-publico-para-mayores-y-personas-con-discapacidad/>
- Gonzales de la Cruz, M. (Julio de 2012). *La importancia de la etnobotanica en investigaciones parasitológicas*. Recuperado el 10 de Mayo de 2019, de Dialnet:  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4185483>
- Granda, M. (2017). *Diseño de Jardín para el Hogar de Ancianos Girasol del Cantón Daule utilizando espacios abiertos con áreas recreacionales y de rehabilitación*. Guayaquil: Universidad de Guayaquil.
- Hansen, G., & Alvarez, E. (2010). *Color in the landscape: Finding Inspiration fpor a Color Theme*. University of Florida. Florida: Environmental Horticulture Department. Recuperado el 12 de Diciembre de 2018, de  
<http://edis.ifas.ufl.edu/pdffiles/EP/EP42500.pdf>
- Haro, S. (2016). *CALIDAD DE VIDA EN LA PBLACION ADULTA MAYOR*. Guayaquil: Scielo.
- Hazen, T. (2013). *Therapeutic Garden Characteristics*. Recuperado el 29 de Mayo de 2019, de AMERICAN HORTICULTURAL THERAPY ASSOCIATION:  
[https://www.ahta.org/assets/docs/therapeuticgardencharacteristics\\_ahtareprintpermission.pdf](https://www.ahta.org/assets/docs/therapeuticgardencharacteristics_ahtareprintpermission.pdf)

- Hernández Sampieri, R. (2014). *Metodología de la Investigación* (Sexta ed.). Mexico: McGRAW-HILL Interamericana.
- Herrera, L., Medina , A., & Naranjo , G. (2004). *Tutoría de la investigación Científica*. Ambato-Ecuador.
- Leighton , P. (22 de Mayo de 2014). *Jardines toman fuerza como espacio terapéutico en hospitales y clínicas*. Recuperado el 24 de Junio de 2019, de Asociacion de Mutuales: <https://www.asociaciondemutuales.cl/?p=4125>
- Liberal del Sur. (12 de Enero de 2018). *Proyectan Jardín terapéutico en US*. Recuperado el 24 de Junio de 2019, de Liberal: <https://liberal.com.mx/proyectan-jardin-terapeutico-en-us/>
- Llerena, C. (Martes de junio de 2019). *El arte del Tai Chi*. Obtenido de <https://www.aulafacil.com/cursos/ejercicio/tai-chi-chuan/el-tai-chi-chuan-y-sus-efectos-terapeuticos-l6533>
- Lopez, A. (8 de junio de 2018). *Jaridnes en el Ecuador*. Obtenido de <file:///C:/Users/Hp/Downloads/DISE%C3%91O%20DE%20JARDINES%20TERAPEUTICOS.pdf>
- López, P. (2018). *Trabajo de Investigación Previo a la Obtención del Grado de Magister en*. UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA.
- Lugo, M. (8 de Enero de 2019). *Sorprendentes beneficios de la jardinería para la salud*. Obtenido de Mejor con Salud: <https://mejorconsalud.com/sorprendentes-beneficios-de-la-jardineria-para-la-salud/>
- Machuca, G. (Lunes de junio de 2015). *Jardines terapeuticos*. Universidad Técnica de Ambato. Ambato-Ecuador: Universidad Técnica de Ambato. Recuperado el 10 de Diciembre de 20, de <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/7414/1/Mg.ARQ.1303.pdf>
- Maocho, F. (20 de Julio de 2011). *Xerojardín – Jardines terapéuticos*. Recuperado el 20 de Mayo de 2019, de wordpress: <https://felixmaocho.wordpress.com/2011/07/20/xerojardin-jardines-terapeuticos/>

- Marella , C. (9 de Marzo de 2017). *¿Qué es un jardín terapéutico?* Recuperado el 20 de Mayo de 2019, de Palmlof jardines: <http://jardinesterapeuticos.com/que-es-un-jardin-terapeutico-palmlof/>
- Martel, S. (12 de Febrero de 2014). *Jardines terapeuticos diseños que curan.* Recuperado el 19 de Junio de 2019, de Un cuarto propio: <http://uncuartopropio.es/jardines-terapeuticos-disenos-que-curan/>
- Media, L. (2013). *Actividades y Terapias para Adultos Mayores.* Recuperado el 12 de Septiembre de 2018, de Secoya concepto integral de bienestar: <https://secuoya.com.mx/adultosmayores.html>
- Melero, N. (17 de Diciembre de 2011). *EL PARADIGMA CRÍTICO Y LOS APORTES DE LA INVESTIGACION ACCIÓN PARTICIPATIVA EN LA TRANSFORMACIÓN DE LA REALIDAD SOCIAL: UN ANÁLISIS DESDE LAS CIENCIAS SOCIALES.* Recuperado el 29 de Mayo de 2019, de secretariado de publicaciones universidad de sevilla: [https://institucional.us.es/revistas/cuestiones/21/art\\_14.pdf](https://institucional.us.es/revistas/cuestiones/21/art_14.pdf)
- MIES. (SABADO de JUNIO de 2019). *NORMA TECNICA DEL ADULTO MAYOR.* Obtenido de <https://www.inclusion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/03/NORMA-TECNICA-DE-POBLACION%CC%81N-ADULTA-MAYOR-28-FEB-2014.pdf>
- MIES. (Domingo de junio de 2019). *Pagina mies.* Obtenido de <https://www.inclusion.gob.ec/direccion-poblacion-adulta-mayor/>
- Ministerio de Inclusión Económica y Social . (15 de Junio de 2018). *En las provincias de la Zona 3, el MIES motivó el buen trato al adulto mayor.* Recuperado el 20 de Mayo de 2019, de Gobierno de la República del Ecuador: <https://www.inclusion.gob.ec/en-las-provincias-de-la-zona-3-el-mies-motivo-el-buen-trato-al-adulto-mayor/>
- Ministerio de Inclusión Económica y Social. (2014). *Norma Técnica de Población Adulta Mayor.* Quito.
- Ministerio de Salud Pública. (2013). *EL JARDIN TERAPÉUTICO DEL HOSPITAL DE ATENCIÓN INTEGRAL DEL ADULTO MAYOR.* Recuperado el 24 de Junio de 2019, de HOSPITAL DE ATENCIÓN INTEGRAL DEL ADULTO MAYOR:

<http://www.haiam.gob.ec/index.php/sala-de-prensa/165-el-jardin-terapeutico-del-hospital-de-atencion-integral-del-adulto-mayor>

- Miranda, D. (2014). *Estudio de factibilidad comercial y financiera para la producción y exportación a Francia de derivados de plántulas de orquídeas (orquídeas in-vitro). Caso: empresa Floare CÍA. LTDA.* TESIS DE MAGÍSTER EN ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS CON, PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR - MATRIZ , Quito. Recuperado el 19 de Diciembre de 2018, de <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/12390/Tesis%20Final.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Montero, D. (20 de Junio de 2019). *Cromoterapia en jardines terapeuticos.* Obtenido de <https://es.esdemgarden.com/colour-therapy-in-garden-1755>
- Morales. (Miercoles de Noviembre de 2018). *Esapacios verdes en construcciones en Ambato.* (J. Aguilera, Entrevistador)
- Moya Marcalla, G. (2005). *ETNOBOTÁNICA DE LAS COMUNIDADES DE PUERTO BOLÍVAR, TARAPUYA, ABOQUËHUIRA Y SOTOTSIAYA DE LA NACIONALIDAD SIONA, PROVINCIA SUCUMBIOS, ECUADOR.* Quito: UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR.
- Mulé, C. (20 de agosto de 2015). *Jardines terapeuticos.* *Consensus*, 20(2), 20. Recuperado el 11 de enero de 2019, de conesus: [http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/consensus/volumen20/Consensus%2020\\_2/Cap%209.pdf](http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/consensus/volumen20/Consensus%2020_2/Cap%209.pdf)
- Naranjo, P., & Coba, J. (2003). *Etnomedicina en el Ecuador.* Quito: Corporación Editora Nacional.
- Norman, D. A. (1988). *La psicología de los objetos cotidianos.* New York: NEREA.
- Nurguitio, F. (Viernes de Junio de 2015). *Aromaterapia y sus beneficios.* Obtenido de <https://lasplantasmedicinales.org/aromaterapia/>
- Organización Mundial de la Salud. (2004). *Invertir en salud.* Ginebra: OMS.
- Palmlöf Jardines. (2016). *Hacia la validación científica de los beneficios de los jardines terapéuticos.* Obtenido de Jardines Terapeuticos:

<http://jardineraterapeuticos.com/hacia-la-validacion-cientifica-de-los-beneficios-de-los-jardines-terapeuticos/>

Parra, R. (2014). *Atencion Geriatrica*. Medellin: Cielo.

Pérez Ortiz , L. (2014). *EL ENVEJECIMIENTO DE LAS SOCIEDADES: UNA APROXIMACIÓN DESDE LA SOCIOLOGÍA*. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid .

Pino, F. (12 de Marzo de 2012). *Beneficios de la jardineria para la salud*. Recuperado el 20 de Mayo de 2019, de Vix: <https://www.vix.com/es/imj/salud/4038/beneficios-de-la-jardineria-en-la-salud>

Plantas de jardín . (2018). *Tipos de plantas de jardín*. Recuperado el 10 de Junio de 2019, de Plantas de jardín : <https://plantasdejardin.com/>

Ramirez, D. (Sabado de Junio de 2014). Obtenido de <https://conceptodefinicion.de/adulto-mayor/>

Ramos , L. (23 de Julio de 2015). *Los jardines colgantes de Babilonia*. Recuperado el 18 de Junio de 2019, de the lighting mind: <http://www.thelightingmind.com/los-jardines-colgantes-de-babilonia/>

Ramos, E. (29 de Marzo de 2016). *Las áreas verdes mejoran el bienestar y la salud de las personas*. Recuperado el 19 de Junio de 2019, de Sendasenior: [https://www.sendasenior.com/Las-areas-verdes-mejoran-el-bienestar-y-la-salud-de-las-personas\\_a4022.html](https://www.sendasenior.com/Las-areas-verdes-mejoran-el-bienestar-y-la-salud-de-las-personas_a4022.html)

Ramos, L. (s.f.). *The lighting mind*. Recuperado el 29 de Mayo de 2019, de <http://www.thelightingmind.com/los-jardines-colgantes-de-babilonia/>

Rengifo Salgado, E. (2010). *Contribución de la etnomedicina - plantas medicinales a la salud de la población en la Amazonía*. Peru: Instituto de Investigaciones para la Amazonía peruana.

Revista Invitro. (2018). *8H: Áreas verdes en recintos de salud ayudan a la recuperación del paciente*. Recuperado el 24 de 06 de 24, de Revista Invitro: <https://revistainvitro.cl/actualidad/8h-areas-verdes-en-recintos-de-salud-ayudan-a-la-recuperacion-del-paciente/>

- Revista Invitro. (2018). *Jardines terapéuticos: Terapia natural y sanadora*. Recuperado el 24 de 06 de 24, de Revista Invitro: <https://revistainvitro.cl/ambiente/jardines-terapeuticos-terapia-natural-sanadora/>
- Rodríguez Morales, L., Belloda Pereda, D., Morales Zaragoza, N., López Ornelas, E., & Martínez de la Peña, G. (2014). *Diseño centrado en el usuario: métodos e interacciones*. México D.F.: Designio.
- Salinas, R., García , M., & Velásquez, A. (2015). *BIOTECNOLOGÍA Y ETNOMEDICINA PARA EL DESARROLLO HUMANO*. El Salvador: UNIVERSIDAD EVANGÉLICA DE EL SALVADOR.
- Sanchez, B. (Lunes de Abril de 2015). La horticultura y sus beneficios. Guayaquil, Guayas, Ecuador.
- Sánchez, G. (21 de Septiembre de 2018). *Trujillo: Museo Jardín de los Sentidos, una experiencia de vida*. Recuperado el 24 de Junio de 2019, de RupturPerú: <http://repturperu.com/2018/09/21/trujillo-museo-jardin-de-los-sentidos-experiencia-de-vida/>
- Santaba, E. (2016). Aduto Mayor en Ecuador. *Familia*, 55.
- Ulrich, R. (1984). La vida a través de una ventana puede intervenir en la rehabilitación de una intervención quirúrgica. *Jornal of Arquitectural* , 420-424.
- Un cuarto propio. (Marzo de 2014). *Definicion de Jardines Terapéuticos*. Recuperado el 20 de Mayo de 2019, de <http://uncuartopropio.es/wp-content/uploads/2014/03/PORTAFOLIORESIDENCIA.pdf>
- Vallés, L. (2014). *El arte del jardín: dimensión pedagógica y cultural*. Universidad de Valladolid. Valladolid: Universidad de Valladolid. Recuperado el 10 de Diciembre de 2018, de <http://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/8210/TFG-O%20340.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Vásquez Soto, P. (2014). *Importancia cultural de la Flora mantenida en los jardines de las viviendas de las Parroquias Urbanas de Cantón Loja*. Loja: Universidad Técnica Particular de Loja.
- Villa, R. (Viernes de Junio de 2015). Obtenido de <file:///C:/Users/Hp/Downloads/Dialnet-LaSituacionSocioeconomicaDelAdultoMayorComoDetermi-5305284.pdf>

Zamora, R. (2017). *Propuesta de diseño de jardín terapeutico para internos, pacientes y personal del hospital Dr. Teodoro Maldonado Carbo*. Guayaquil: Universidad de Guayaquil.

## ANEXOS

*Fotografía.- 1 Grupo de adultos mayores que realizo el taller de estimulación sensorial  
Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*



*Fotografía.- 2 Adultos Mayores realizo el taller de estimulación sensorial  
Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*



*Fotografía.- 3 Composición Creada por adulto Mayor en el taller de estimulación sensorial  
Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*



*Fotografía.- 4 Degustación de los participantes del taller de estimulación sensorial  
Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*



*Entrevista.- 1 Agrónoma Monique Briones*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

<b>UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO</b> <b>FACULTAD DE DISEÑO ARQUITECTURA Y ARTES</b> <b>CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS</b>	
<b>ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA</b>	
<b>Dirigido a:</b>	Especialistas en diseño de jardines terapéuticos : Agrónoma Monique Briones
<b>Objetivo:</b>	Establecer una entrevista con el fin de aclarar puntos específicos que aporten al tema de investigación “Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos ”
<b>¿Cuáles son el beneficio de la naturaleza en la vida de una persona?</b> Según un sinnúmero de estudios realizados el estar en contacto con la naturaleza tiene beneficios físicos, psicológicos y sociales en las personas. Otro de los beneficios y quizá el más importante que nos puede llegar a ofrecer la naturaleza es algo tan sencillo como poder disfrutar de su belleza, pero con un gran poder ya que al mirar la diversidad existente de plantas, animales y elementos naturales, la simple contemplación de la perfección de la creación de Dios, constituye una de las medicinas y placeres más reconfortantes para el ser humano.	
<b>¿Qué importancia tiene el vínculo del ser humano con un medio natural?</b> Al estar en contacto con la naturaleza provoca que las personas se sientan felices y lo más importante vivas, esa sensación de bienestar es indispensable por ello dar un paseo por un parque, el campo o bosque, sentir la hierba rozar los pies, mirar las copas de los árboles moverse por el viento, oler el aroma de las flores, el cantar de la ave; creo que es el mejor remedio existente ya que el tener ese vínculo con la naturaleza y al desconectarte de la rutina diaria se logra crear un efecto terapéutico.	
<b>¿Qué impacto tiene un jardín en el aspecto psicológico de una persona?</b> Los jardines tienen un impacto positivo a nivel psicológico de un ser humano ya que interviene en su comportamiento, elevando la autoestima, el auto dependencia, la percepción de uno mismo, disminuyendo los pensamientos negativos y conductas agresivas.	
<b>¿Qué plantas son óptimas para su uso terapéutico?</b> Depende de la terapia que se quiera dar, pero las que yo recomiendo son las plantas aromáticas y medicinales. Plantas que puedan de alguna manera estimular los sentidos y emociones.	
<b>¿Qué plantas aromáticas recomienda para el uso terapéutico en jardines?</b> Aquellas que son una fuente de sabor, aroma, y medicina natural por ejemplo: Perejil, cilantro, cebollín, albacá, menta, tomillo, perifollo, orégano, romero, eneldo, salvia, caléndula, lavanda, etc.	
<b>¿Qué plantas ornamentales recomienda para el diseño de jardines terapéuticos?</b> Se pueden utilizar un sinnúmero de plantas ornamentales en el diseño de un jardín terapéutico. El uso de árboles y arbustos como: naranjo, cerezo, almendro, cedro, pino, tilo etc. También césped, palmeras, helechos, plantas trepadoras, bambúes, plantas bulbosas y tuberosas, plantas acuáticas y palustres. Se puede considerar para el interior de un espacio como crotones, Nepenthes, ficos, etc.	
<b>¿De qué manera se pueden combinar las plantas para aprovechar sus propiedades curativas?</b> Se puede combinar las plantas de acuerdo a su altura, textura, aroma, color, dependiendo del propósito del jardín.	
<b>¿Qué zonas puede tener un jardín terapéutico?</b> Zonas en las que se estimulen los sentidos, la vista, el olfato, el tacto, e incluso el gusto, también zonas que incentiven a la actividad física.	
<b>¿Cómo se estimula los sentidos a través de los jardines terapéuticos?</b> Por lo general en todos los jardines se llega a estimular el sentido de la vista, ya sea al admirar el paisaje, el juego de colores de las plantas y de las flores, la interacción con los animales que habitan en el mismo entre muchas otras cosas. Por ello es importante la combinación adecuada de plantas que favorezcan las visuales dentro del medio natural. Por otro lado también se puede llegar a estimular el sentido del olfato, al crear diferentes zonas estratégicas con plantas aromáticas, e implementar aroma terapia dentro del jardín.	

En cuanto al tacto se lo llega a estimular al estar en contacto con la naturaleza misma ya sea el sentir la brisa, el interactuar con las plantas, el palpar diferentes texturas como la corteza de los árboles, el césped húmedo entre otros. También se logra captar estímulos auditivos naturales como el cantar de las aves, la lluvia caer en la vegetación, si existiesen cascadas el ruido del recorrer del agua, y por otra parte también se pueden implementar elementos en el jardín como campanas, y otros objetos que brinden sonidos delicados y suaves que promuevan al espacio a la meditación y relajación.

**¿Qué aspectos psicológicos, atraen de un jardín?**

En si el estar en contacto con un medio natural atrae al ser humano ya que ese vínculo con las plantas y diferentes elementos le trae calma y tranquilidad.

**¿Qué tipo de plantas son recomendables para su manipulación en centros hospitalarios?**

Se puede incluir plantas aromáticas y medicinales, lo que se debe evitar es el uso de plantas que contengan polen y produzcan alergias y problemas respiratorios.

**¿Qué elementos naturales se puede incluir en el diseño de jardines terapéuticos?**

Al realizar un diseño de jardín se debe tomar en cuenta el estilo en el que será inspirado, pero por lo general se utilizan piedras de diferentes colores y tamaños, macetas, cañas de bambú, pinos y también jugar con elementos que contengan agua como estanques y cascadas.

**¿Qué materiales y sistemas se pueden emplear para el diseño de jardines interiores?**

El sistema más conocido es el uso de jardines verticales en interiores, los sustratos que se utilizan comúnmente es el aserrín, fibra de coco, y viruta.

**¿Qué actividades se puede implementar dentro de esas zonas para adultos mayores?**

Deben ser actividades y terapias que ayuden a los adultos mayores en su estado físico como caminar, hacer ejercicios pasivos y de yoga, horticultura, y jardinería, en donde puedan estimularse físicamente. Por otro lado que beneficien a su estado mental, ya que deben realizar actividades en grupo que facilite la socialización y mantenga al usuario en un estado de tranquilidad.

**¿Cuál es la metodología que debe ser utilizada para tener un óptimo diseño de jardines terapéuticos?**

La metodología que yo uso es centrarse en el usuario, ya que cada diseño debe basarse en las necesidades y requerimientos de la persona que va a ser uso. En base a eso se eligen las zonas adecuadas, el uso de plantas y elementos correctos.

**¿Qué estrategias son importantes para diseñar jardines terapéuticos?**

Se debe tener en cuenta algunos puntos importantes a la hora de diseñar cualquier tipo de jardín como:

- Para que el diseño sea atractivo se debe crear en el lugar a intervenir un factor de descubrimiento, esto quiere que se debe crear zonas para explorar poco a poco, sin abarcar todo el jardín de un solo vistazo incluso en espacios pequeños, con ayuda de setos o arbustos o creando niveles, caminos o rampas.
- Otro factor importante es el orden, por lo que al crear ambientes, estos deben estar diferenciados visualmente, esto hará que el jardín sea atractivo y estético.
- Incluir puntos clave, esto determinara el estilo y carácter del jardín. Se deben ser continuos, y guardar conexión. Puede utilizarse esculturas, fuentes, cascadas, un árbol o un elemento específico que llame la atención dentro del conjunto, dándoles el protagonismo que se merecen.
- No sobrecargar de elementos y materiales el jardín, se debe generar una integración de los elementos.
- Crear dimensión en el diseño, implementando elementos horizontales como verticales, esto quiere decir agregar diferentes alturas para que el jardín no sea plano y aburrido.
- Dar la sensación de amplitud, esto debe ser independientemente del tamaño del lugar a intervenir.
- Crear diferentes sensaciones como: movimiento y sonido natural, gracias a la aplicación de vegetación alta que se mueva con el viento o con el recorrido del agua en cascadas o fuentes, todo depende el estilo elegido para el jardín.

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE DISEÑO ARQUITECTURA Y ARTES**  
**CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS**

**ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA**

<b>Dirigido a:</b>	Especialistas en diseño de jardines terapéuticos : Karin Palmlöf
<b>Objetivo:</b>	Entablar una entrevista con el fin de aclarar puntos específicos que aporten al tema de investigación “Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos ”
<b>¿Cuáles son el beneficio de la naturaleza en la vida de una persona?</b>	
Al estar en contacto con la naturaleza el principal beneficio para el ser humano es que ayuda a mejorar la salud, ya que al respirar aire menos expuesto a contaminantes atmosférico, el estado de ánimo cambia, reduciendo así el estrés, también ayuda a mejorar el humor, ya que se libera endorfinas y oxitócinas. Además aumenta la productividad de las personas y genera una sensación de bienestar.	
<b>¿Qué importancia tiene el vínculo del ser humano con un medio natural?</b>	
El cuerpo humano se beneficia de distintas maneras al pasar tiempo en un medio natural mejorando tanto la salud mental como la física, por eso los expertos recomiendan terapias que tienen que ver con naturaleza. Por otro lado el estar rodeados de espacios naturales ayuda a mejorar el estado emocional ya que disminuye el estrés, ansiedad, y niveles de agresividad.	
<b>¿Qué impacto tiene un jardín en el aspecto psicológico de una persona?</b>	
El estar en contacto con la naturaleza por medio de los jardines estos ayuda a sentirnos bien con nosotros mismo y con el entorno que nos rodea.	
<b>¿Qué plantas son óptimas para su uso terapéutico?</b>	
Aquellas plantas que brindan una textura, color, forma diferente e interesante son un gran aporte para la experiencia sensorial del jardín.	
<b>¿Qué plantas aromáticas recomienda para el uso terapéutico en jardines?</b>	
Laurel, levístico, malva ,caléndula, alcaparra, Angélica, hinojo, el lúpulo, mostaza, orégano, caléndula, genciana, diente de león, borraja, milenrama, lavanda, melisa, artemisa, comino, acedera, ajeno, manzanilla,, enebro, genciana, y muchas más.	
<b>¿Qué plantas ornamentales recomienda para el diseño de jardines terapéutico?</b>	
Plantas de exterior que soporten el sol, y a la vez estas plantas varían en cuanto a colores: Gerbera, Cannas, achira, Alegrías guineanas, Dahalia, boca de dragón, tulipanes, gazanias, petunias, lavanda, verbenas, claveles, buganvillas, geranios, claveles, hibisco, margaritas.	
<b>¿De qué manera se pueden combinar las plantas para aprovechar sus propiedades curativas?</b>	
Para combinar plantas al diseñar un jardín en primer lugar elijo las plantas principales las que serán un punto clave dentro del espacio; estos podrían ser los árboles o arbustos o las matas que se quieren destacar dentro del jardín. Seguidamente escojo un elemento de estructura para el diseño, yo utilizo césped, plantas trepadoras, setos, pequeños árboles, entre otros. Seguidamente selecciono las plantas de relleno estas pueden ser de porte bajo no tan llamativas ya que serán las que llenaran los vacíos. Y Por último, se deben elegir decorativas. Las cuales servirán de atractivo durante todas las estaciones del año.	
<b>¿Qué zonas puede tener un jardín terapéutico?</b>	
Al diseñar jardines terapéuticos yo manejo 4 zonas cada uno abarca actividades y terapias específicas. El diseño de cada zona está basado en las necesidades de las personas. La primera zona se trata de un huerto en donde las personas pueden interactuar con las plantas en distintas posiciones como de pie y sentados, esto se lleva a cabo gracias al diseño de jardineras de madera colgantes a diferentes alturas. Teniendo como objetivo el estímulo motriz y la crear relaciones sociales. La segunda zona está diseñada para que los usuarios reciban estimulación sensorial, esto quiere decir que en el espacio se van a realizar actividades como oler, escuchar, tocar y ver, con el fin de obtener relajación y sensación de bienestar. La tercera zona está dedicada a diferentes terapias de reminiscencia, estimulando los recuerdos con olores y sabores atreves del jardín. Y por último esta la zona dedicada al paseo, para estimular la orientación de las personas En donde se realizan actividades de fuerza, coordinación y equilibrio.	

**¿Cómo se estimula los sentidos a través de los jardines terapéuticos?**

Se puede estimular a los sentidos de distintas maneras dentro de un jardín terapéutico. Involucrando la vista, el oído, el olfato, y tacto, esto se lo puede hacer en base a diferentes actividades y terapias que tengas que ver con la naturaleza y sus elementos.

Se puede estimular el sentido de la vista se puede utilizar plantas que tengan hojas de diferente tamaño, forma y textura. Y de igual manera incorporar flores de distintos colores con varias tonalidades. En cuanto al sentido del oído se puede incluir elementos naturales que brinden tranquilidad con su melodía suave como fuentes de agua o cascadas, y elementos que con el soplar del viento golpeen y provoquen sonidos suaves. Por otro lado está el sentido del olfato al que se lo puede estimular agregando plantas aromáticas como menta, orégano, albahaca, romero y flores perfumadas que suelten aromas como, jazmines, rosas y gardenias. Finalmente para el sentido del gusto es ideal crear una huerta en donde se pueda cultivar diferentes frutas y verduras, las cuales se puedan degustar.

**¿Qué aspectos psicológicos, atraen de un jardín?**

Atrae el hecho de sentirse en contacto con la naturaleza, sentir esa paz y tranquilidad que no se tiene en otros lugares.

**¿Qué tipo de plantas son recomendables para su manipulación en centros hospitalarios?**

La mayoría de plantas, pero hay que tomar en cuenta evitar el uso de plantas espinosas como rosas, y distintas clases de cactus y también plantas que al manipular o consumir sean tóxicas, como lo son: las hiedras, potos, acebos, glicina, Laburno, etc.

**¿Qué elementos naturales se puede incluir en el diseño de jardines terapéuticos?**

Los elementos dependen de la función que le quieras dar dentro del jardín como por ejemplo se puede utilizar pérgolas para jugar con la luz y sombra del lugar.

También el uso de piedras como elemento de separación, para crear y diferenciar zonas.

Por otro lado el uso del agua como elemento de relajación ya que crea ambientes tranquilos se la puede utilizar de diferentes formas como: cascadas, piscinas pequeñas, estanques, fuentes, etc.

**¿Qué materiales y sistemas se pueden emplear para el diseño de jardines en interiores?**

La tendencia en estos momentos son los jardines verticales, estos se los puede implementar en diferentes formas, colores y texturas, dependiendo de las necesidades del usuario.

**¿Qué actividades se puede implementar dentro de esas zonas para adultos mayores?**

En la zona del huerto puede realizar horticultura y jardinería con las siguientes actividades: sembrar, regar, podar, cosechar, degustar y también la socialización entre participantes de las actividades.

En la zona de estimulación sensorial se llevan a cabo actividades como oler, escuchar, tocar y ver, con el fin de obtener relajación y sensación de bienestar. Y diferentes terapias como cromoterapia, aromaterapia, fitoterapia, helioterapia, etc.

En cuanto a la actividad de la zona de reminiscencia se tiene: oler, saborear, recordar, relajarse, meditar, caminar, orientarse con el fin de trabajar la memoria del ser humano.

Finalmente la zona de paseo donde se realizan actividades de fuerza, coordinación y equilibrio.

**¿Cuál es la metodología que debe ser utilizada para tener un óptimo diseño de jardines terapéuticos?**

El diseño universal es uno de los puntos más relevantes a la hora de crear un jardín terapéutico.

**¿Qué estrategias son importantes para diseñar jardines terapéuticos?**

El diseño debe basarse en tres aspectos fundamentales que son la forma, la textura y el color para crear armonía y equilibrio.

-Forma: se debe tomar en cuenta a la hora de diseñar la forma del terreno o sitio donde se va a hacer la intervención para poder aprovecharla y complementarla con la forma de los componentes y crear un equilibrio.

-Textura: este aspecto al utilizarlo correctamente brindara armonía visual y movimiento al jardín.

-Color: Se debe crear contrastes para hacer destacar a los puntos más importantes y llamativos del jardín. Al seleccionarlos de manera correcta se crean diferentes sensaciones y emociones por el impacto psicológico que produce.

Jardín con colores verdes: genera paz, naturalidad y frescura, al ser monocromático, se lo puede variar en sus tonalidades.

Jardín con color blanco: genera luz y claridad al espacio. Se lo puede utilizar en lugares oscuros para iluminar y agrandar fondos.

Jardín con colores cálidos: amarillo, naranja, rojo y sus combinaciones. Llaman mucho la atención,

provocan alegría.  
 Jardín con colores fríos: azul, verde, violeta y sus combinaciones, emanan tranquilidad y amplitud, se degradan en lugares oscuros.  
 Evitar el abuso de color, para no generar carga visual y estresar o agobiar al usuario. Al utilizar los colores de manera correcta se logra armonía en el jardín con contrastes suaves y fuertes.

*Entrevista.- 3 Ing. Ernesto Sánchez*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

<b>UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO</b> <b>FACULTAD DE DISEÑO ARQUITECTURA Y ARTES</b> <b>CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS</b>	
<b>FORMATO DE ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA</b>	
<b>Dirigido a:</b>	Especialistas en diseño y mantenimiento de jardines : Ing. Ernesto Sánchez
<b>Objetivo:</b>	Entablar una entrevista con el fin de aclarar puntos específicos que aporten al tema de investigación “Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos ”
<p><b>¿Cuáles son el beneficio de la naturaleza en la vida de una persona?</b>            La naturaleza es una verdadera obra de arte, digna de admirar por su belleza y gran diversidad. Desde tiempos antiguos ha brindado grandes beneficios al ser humano desde refugio, alimentación, vestimenta, etc. Actualmente al medio natural se lo aprovecha como un ingreso económico en la agricultura, ganadería, pesca. Por otro lado el estar en constante contacto con un medio natural ayuda en la salud de las personas en varios aspectos como: psicológicos, fisiológicos, cognitivos, sociales y espirituales.</p>	
<p><b>¿Qué importancia tiene el vínculo del ser humano con un medio natural?</b>            Es importante tener un vínculo con la naturaleza ya que al pasar tiempo en este medio no se limitan al aspecto meramente físico de nuestra salud. Según muchos estudios, pasar más tiempo en contacto con la naturaleza activa determinadas regiones de nuestro cerebro que son las encargadas de producir hormonas como la serotonina y la dopamina, sustancias que nos hacen, por decirlo de algún modo, ser felices.            Así mismo, la presencia de estas sustancias contrarresta los efectos de otras sustancias como el cortisol, conocida como la hormona del estrés. Debido a esto, pasar tiempo en contacto con la naturaleza, nos ayuda a contrarrestar el estrés y la ansiedad, consiguiendo paz y tranquilidad mental, por lo que la naturaleza también se presenta como uno de los mejores elementos a la hora de garantizar nuestra salud psicológica.</p>	
<p><b>¿Qué impacto tiene un jardín en el aspecto psicológico de una persona?</b>            Provoca cambios en el ser humano tanto en lo mental como en lo emocional. Los principales puntos positivos para el cerebro al estar en contacto con la naturaleza son:            Aclara ideas y despejar la mente, a mí me pasa que cuando necesito tomar una decisión lo hago meditando con aire puro.            Por otro lado según muchos estudios los jardines y lugares naturales mejoran el humor y ayudan en la recuperación del estado de ánimo.</p>	
<p><b>¿Qué plantas son óptimas para su uso terapéutico?</b>            Las más adecuadas son las plantas aromáticas y medicinales. Pero se puede hacer combinaciones incluyendo frutales, y ornamentales.</p>	
<p><b>¿Qué plantas aromáticas recomienda para el uso terapéutico en jardines?</b>            Aquellas que producen aromas suaves y agradables, como la manzanilla, el cedrón, toronjil, hierba buena, manzanilla, romero, tomillo, lavanda, orégano, albacá, perejil, y por otro lado las que tienen un olor más fuerte como la ruda, eucalipto, matico, marco. Ya que estos aromas van a producir diferentes sensaciones en el cuerpo y en la mente.</p>	
<p><b>¿Qué plantas ornamentales recomienda para el diseño de jardines terapéuticos?</b>            Flores: manzanilla, begonia, crasula, bomberos, hortensia, cucarda, agapanto, Kelenchoa, azalea, arete, anturio, rosa de castilla, camelia,            Hojas: Eugenia, cenizo, chiflera, geranio, vinca, hebe, ciprés piramidal, helecho, escancel,</p>	
<p><b>¿De qué manera se pueden combinar las plantas para aprovechar sus propiedades curativas?</b>            Dependiendo de la terapia a las plantas se las puede combinar de distintas maneras como por ejemplo:            En infusiones se puede combinar la ruda con el eucalipto.</p>	

En baños curativos se puede utilizar al marco con matico para combatir dolores reumáticos  
Por otra parte se puede combinar las propiedades de la valeriana con el lúpulo para descansar  
La Manzanilla con rosas silvestres para lavados y baños.

#### **¿Qué zonas puede tener un jardín terapéutico?**

En zonas que estén encargadas de estimular los sentidos como por ejemplo una zona dedicada a plantas medicinales y aromáticas, las cuales traigan un efecto relajante y desestresante por medio de aromas suaves y que a su vez traigan recuerdos, estimulando la memoria. Por otro lado se utilizar la manzanilla, lavanda, menta, romero, hierba buena, cedrón, etc. Y por otro lado olores más fuertes como la ruda, marco, matico, sábila, eucalipto creando a su vez otra zona en donde las personas además de oler puedan manipular las plantas para hacer contacto y hasta llegue a aliviar dolencias.

Por otra parte en el jardín se puede crear una zona o huerto donde las personas puedan sembrar, regar, cosechar sus propios alimentos e incluso plantas medicinales como la hierba luisa, cedrón, menta, y estas sirvan para consumo en infusiones, tés o aguas medicinales, con el fin de ayudar a desintoxicar el organismo.

Finalmente una zona del jardín donde este provisto de plantas con colores vistosos como rosas, clavel. Geranios, hortensias, girasoles, verbenas entre otros, que se encarguen de brindar unas visuales que generen alegría estimulando el sentido de la vista.

#### **¿Cómo se estimula los sentidos a través de los jardines terapéuticos?**

Atreves de diferentes espacios como ya lo mencioné antes, con el uso de diferentes plantas y elementos naturales que mantengan al usuario tranquilo y relajado.

#### **¿Qué aspectos psicológicos, atraen de un jardín?**

La tranquilidad y paz que emiten estos espacios, el encontrar una conexión emocional con la naturaleza.

#### **¿Qué tipo de plantas son recomendables para su manipulación en centros hospitalarios?**

Se puede utilizar la mayoría de plantas, lo que se debe evitar es el uso abusivo de flores ya que por la producción de polen puede existir alergias y atraer insectos, también hiedras venenosas y plantas que tengan espinos o puedan causar algún daño físico.

#### **¿Qué elementos naturales se puede incluir en el diseño de jardines terapéuticos?**

Elementos que complementen el uso de las plantas como por ejemplo: El agua que es un elemento fundamental para crear un espacio que transmitan paz y tranquilidad, el uso de madera en partes del piso, paredes, jardineras, pérgolas y mobiliario. Al igual que el uso de piedras en bordillos, en paredes, o incluso en el piso.

El uso de diferentes sustratos en el piso juega un punto muy importante a la hora de diseñar un jardín.

#### **¿Qué materiales y sistemas se pueden emplear para el diseño de jardines en interiores?**

Jardines verticales, Macetas flotantes, macetas con imanes, cuadros verdes, terrarios pequeños.

#### **¿Qué actividades se puede implementar dentro de esas zonas para adultos mayores?**

En el jardín para estimular los sentidos se pueden implementar diferentes dinámicas y actividades que incentiven el estímulo de la vista, el olfato, tacto, y gusto.

En un espacio amplio se pueden implementar actividades en donde realicen actividad física como aeróbicos, rumba terapia, yoga, juegos populares entre otros.

#### **¿Cuál es la metodología que debe ser utilizada para tener un óptimo diseño de jardines terapéuticos?**

Aplicando diseños experienciales y sensoriales.

#### **¿Qué estrategias son importantes para diseñar jardines terapéuticos?**

- Examinar el terreno, tomar medidas y su orientación.
- Analizar el clima, el suelo, pendientes y vegetación existente.
- Organizar espacios por áreas de interés, usos y estancias, según las necesidades del usuario.
- Definir los espacios de transición y recorridos.
- Elegir elementos visibles y ocultos, creando diferentes zonas.
- Diseñar y definir los elementos constructivos de jardín con especificaciones técnicas.
- Diseñar un sistema de drenaje y riego adecuado.
- Seleccionar plantas teniendo en cuenta diferentes criterios.
- Elegir la decoración y mobiliario de acuerdo a las necesidades y gustos del usuario.
- Poner énfasis en la iluminación artificial.

*Entrevista.- 4 Dr. Diego Bernardini*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

**UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO  
FACULTAD DE DISEÑO ARQUITECTURA Y ARTES  
CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS**

**ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA**

**Dirigido a:** Médico gerontólogo Diego Bernardini

**Objetivo:** Entablar una entrevista con el fin de aclarar puntos específicos que aporten al tema de investigación “Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos ”

**¿Cuáles son las necesidades terapéuticas de un adulto mayor?**

Intervienen diferentes factores como :

-Factores físicos asociados con el deterioro natural del cuerpo por envejecimiento. Se debe dar tratamiento a enfermedades degenerativas, y terapia para evitar la disminución o pérdida total de las habilidades auditivas, visuales y motrices.

-Factores psicológicos generados por trastornos de ánimo y alteraciones en la memoria.

-Factores socio- culturales que tienen que ver aspectos económicos, familiares, sociales y espirituales.

**¿Qué tipos de estimulación necesita un adulto mayor?**

-Estimulación cognitiva: interviene la capacidad de atención, percepción, memoria, velocidad de procesamiento y razonamiento.

-Estimulación sensorial: Intervienen los 5 sentidos, vista, olfato, oído, tacto y gusto.

-Estimulación física: interviene el estiramiento fortalecimiento, equilibrio, flexibilidad y resistencia.

**¿Qué terapias son indispensables para un adulto mayor?**

Todas las terapias son importantes para el ser humano, aun así las más importantes son las terapias físicas y psicológicas para mantener un bienestar. Adicionalmente a estas se puede incluir la práctica de terapias alternativas y naturales.

**¿Por qué el uso de diferentes terapias es de vital importancia en la salud y bienestar de las personas de la tercera edad?**

Son importantes ya que la combinación de terapias mantiene activo el cuerpo y la mente de las personas mayores, permitiéndoles una mejora en su calidad de vida.

**¿Qué actividades son las más apropiadas para un mayor adulto?**

Actividades que beneficien el estado físico, cognitivo, emocional y también fomenten el bienestar socio-relacional del adulto mayor.

-Estado físico: con el fin de evitar el sedentarismo y aportar dinamismo y vitalidad a la persona. Favoreciendo la resistencia respiratoria y muscular. Por ejemplo actividades como: estiramiento, baile, gimnasia, aeróbicos, natación, caminata y ejercicios de respiración y relajación.

- Estado psicológico-cognitivo: Con el fin de beneficiar las funciones cognitivas y plasticidad cerebral. Se puede dar a través de ejercicios de atención, razonamiento, memoria.

-Estado emocional: A través de actividades que fortalezcan el autoestima, pueden ser por medio de psicoterapia.

-Estado social-relacional: Con el fin de crear y fortalecer vínculos intrapersonales. A través de talleres grupales.

**¿De qué forma las relaciones personales en los adultos mayores ayudan al bienestar emocional?**

Al estar en contacto con otras personas los adultos mayores se mantienen activos, al cultivar diferentes tipos de relaciones estas producen sensaciones de plenitud y le dan un propósito a su vida. Evitando la soledad y enfermedades como la depresión, estrés y ansiedad.

**¿De qué manera afecta a los adultos mayores no tener un espacio donde puedan socializar?**

Los adultos mayores al no encontrarse en un medio donde puedan socializar y crear vínculos con otras personas tienen a aislarse, y padecer de trastornos psicológicos que resulten en depresión y pocas ganas de vivir.

**¿En qué espacios físicos se recomienda que el adulto mayor reciba terapia?**

Espacios seguros, bien iluminados, con una temperatura adecuada y que cuente con el mobiliario que se requiere para cada actividad.

**¿Qué terapias diarias de los adultos mayores se puede incluir en un jardín?**

Yo recomendaría terapias de relajación como yoga, meditación, terapia con animales y también por ser un

espacio abierto terapias en las que se realice ejercicios físicos como gimnasia y bailoterapia e incluso caminatas.
<b>¿Qué tiempo duran los tratamientos terapéuticos del adulto mayor?</b> Depende de la terapia que se realice pero puede durar por lo general de media hora a una hora.
<b>¿En qué horarios recibe terapia un adulto mayor?</b> Depende de la terapia, pero lo más recomendable es que se haga en las mañanas.
<b>¿Qué necesidades tiene el adulto mayor a comparación con otros usuarios en un medio físico?</b> Accesibilidad, seguridad, Iluminación, temperatura.

*Entrevista.- 5 Sr. Jorge Urbina*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

<b>UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO FACULTAD DE DISEÑO ARQUITECTURA Y ARTES CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS</b>
<b>ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA</b>
<b>Dirigido a:</b> Encargado del cuidado del adulto mayor, Jorge Urbina.
<b>Objetivo:</b> Entablar una entrevista con el fin de aclarar puntos específicos que aporten al tema de investigación “Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos ”
<b>¿Cuáles son las necesidades terapéuticas de un adulto mayor?</b> El adulto requiere de terapias que mejoren las deficiencias físicas, emocionales y psicológicas.
<b>¿Qué tipos de estimulación necesita un adulto mayor?</b> Estimulación física y mental.
<b>¿Qué terapias son indispensables para un adulto mayor?</b> Terapias de estimulación cognitiva, terapia sensorial, motriz, terapias físicas, ocupacionales y recreacionales. Adicional a estas pueden recibir terapias alternativas que promuevan un aumento en la calidad de vida del adulto mayor.
<b>¿Por qué el uso de diferentes terapias es de vital importancia en la salud y bienestar de las personas de la tercera edad?</b> Es importante ya que se mantiene activo el cuerpo y la mente del adulto mayor y previene e impide que haya un progreso en enfermedades tanto físicas como mentales.
<b>¿Qué actividades son las más apropiadas para un mayor adulto?</b> -Actividades físicas y recreativas -Actividades que estimulen la mente y la mantenga tranquila. -Actividades lúdicas y de entretenimiento -Actividades grupales
<b>¿De qué forma las relaciones personales en los adultos mayores ayudan al bienestar emocional?</b> La socialización y el vínculo afectivo aportan en su salud en general de los adultos mayores, ya que al existir un contacto con otras personas, provoca una mejora en el estado emocional y mental de la persona.
<b>¿De qué manera afecta a los adultos mayores no tener un espacio donde puedan socializar?</b> Provoca una rutina monótona donde no hay socialización, ni existen vínculos afectivos y puede provocar aislamiento, provocando una sensación de soledad.
<b>¿En qué espacios físicos se recomienda que el adulto mayor reciba terapia?</b> En lugares amplios, cómodos y seguros.
<b>¿Qué terapias diarias de los adultos mayores se puede incluir en un jardín?</b> Horticultura, caminatas, juegos grupales, ejercicios físicos y de respiración.
<b>¿Qué tiempo duran los tratamientos terapéuticos del adulto mayor?</b> Una hora por terapia o actividad
<b>¿En qué horarios recibe terapia un adulto mayor?</b> Por lo menos se recomienda realizar algún tipo de terapia una vez al día para mantener el cuerpo y la mente activos.

**¿Qué necesidades tiene el adulto mayor a comparación con otros usuarios en un medio físico?**

Necesitan seguridad en los espacios físicos que se encuentren.

Deben tener la temperatura adecuada, los pisos deben ser de un material antideslizante, evitar la aglomeración de muebles y que tengan esquinas puntiagudas para evitar accidentes.

*Entrevista.- 6 Srta. Diana Ulloa*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

**UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO  
FACULTAD DE DISEÑO ARQUITECTURA Y ARTES  
CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS**

**ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA**

**Dirigido a:** Encargada del cuidado del adulto mayor, Diana Ulloa

**Objetivo:** Entablar una entrevista con el fin de aclarar puntos específicos que aporten al tema de investigación “Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos ”

**¿Cuáles son las necesidades terapéuticas de un adulto mayor?**

Necesidades físicas, emocionales, sociales, psicológicas.

**¿Qué tipos de estimulación necesita un adulto mayor?**

Estimulación, física, emocional y psicológica.

**¿Qué terapias son indispensables para un adulto mayor?**

El adulto mayor necesita terapias enfocadas en el bienestar físico y emocional, para mantenerse activos en la última etapa de su vida.

**¿Por qué el uso de diferentes terapias es de vital importancia en la salud y bienestar de las personas de la tercera edad?**

Es importante el uso de diferentes terapias para mantenerlos activos mental y físicamente, para prevenir y tratar diferentes enfermedades.

**¿Qué actividades son las más apropiadas para un mayor adulto?**

Para promover un envejecimiento saludables tres tipos de Actividades como lo son las físicas, funcionales, técnicas y sociales.

-Físicas: por medio de actividades activas y pasivas que permitan el bienestar y condición del cuerpo.

-Funcionales: a través de juegos de mesa, y ejercicios de memoria, con el fin de promover el bienestar mental del adulto mayor.

-Técnicas: a través de trabajos manuales, ejercicios lúdicos, en donde se estimule la motricidad fina y gruesa del adulto mayor.

-Sociales: a través de programas por días festivos, agasajos, paseos y talleres en donde los adultos mayores puedan interactuar, socializar e integrarse entre ellos y con otras personas.

**¿De qué forma las relaciones personales en los adultos mayores ayudan al bienestar emocional?**

Ayuda a mejorar la salud emocional y mental de los adultos mayores ya que la interacción con otras personas.

**¿De qué manera afecta a los adultos mayores no tener un espacio donde puedan socializar?**

Puede llegar a afectar a su estado mental y emocional.

**¿En qué espacios físicos se recomienda que el adulto mayor reciba terapia?**

En espacios amplios, seguros, bien iluminados y en general que cumplan con las necesidades de los adultos mayores.

**¿Qué terapias diarias de los adultos mayores se puede incluir en un jardín?**

-Terapias físicas y de gimnasia, como bailoterapia, y ejercicios físicos.

-Terapias de relajación y estimulación emocional como yoga, taichí.

-Terapias ocupacionales como: horticultura y jardinería.

-Terapias con animales.

**¿Qué tiempo duran los tratamientos terapéuticos del adulto mayor?**

Por lo general en centros gerontológicos las terapias y actividades de estimulación duran una hora por sesión.

**¿En qué horarios recibe terapia un adulto mayor?**

En centros gerontológicos las terapias y actividades de estimulación se realizan en la mañana y en la tarde.

**¿Qué necesidades tiene el adulto mayor a comparación con otros usuarios en un medio físico?**

Debe existir accesibilidad a todos los lugares físicos.  
Contar con rampas para los ansianos que usan silla de ruedas  
Pisos que no tengan material resbaloso  
Pasamanos en baños y los lugares que lo requieran  
La iluminación debe tener la misma intensidad en todos los espacios.  
Evitar el ruido excesivo

*Entrevista.- 7 Psic. Alejandra Villegas.*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

**UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO  
FACULTAD DE DISEÑO ARQUITECTURA Y ARTES  
CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS**

**FORMATO DE ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA**

**Dirigido a:** Psicóloga clínica Alejandra Villegas

**Objetivo:** Entablar una entrevista con el fin de aclarar puntos específicos que aporten al tema de investigación “Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos ”

**¿Qué aspectos psicológicos atraen a un jardín o medio natural?**

La paz y tranquilidad que producen  
El vínculo con la naturaleza

**¿De qué manera el estar en contacto con la naturaleza ayuda a mejorar el estado emocional?**

Según muchos estudios el estar en contacto con la naturaleza mejora el ánimo de las personas, ya que se ayuda en la reducción de miedo, ira y estrés.

**¿Cómo se estimula los sentidos y emociones a través de los jardines terapéuticos?**

El hecho de estar en contacto con la naturaleza se considera una terapia, ya que esta alerta y en funcionamiento activo diferentes sentidos, estimulados por diferentes aspectos como los colores, texturas, formas de las plantas y percepciones por el sol, viento, agua.

**¿Cuáles son las necesidades terapéuticas de un adulto mayor?**

Ser tratados por sus deficiencias o enfermedades físicas y por otro lado está el tratamiento psicológico, tratando de igual manera trastornos o enfermedades que afectan su estado emocional o mental.

**¿Cómo influyen las actividades grupales en los adultos mayores?**

Influyen de manera positiva en aspectos emocionales, ya que los adultos mayores se sienten integrados y parte de algo, al crear vínculos afectivos su estado anímico mejora.

**¿Que actividades puede realizar un adulto mayor en un espacio abierto y rodeado de naturaleza?**

Ejercicios de actividades físicas y de relajación.

**¿Por qué es importante que los adultos mayores realicen actividades al aire libre?**

Porque al realizar actividades se obtiene resistencia física y trabajan diferentes zonas del cerebro.

*Entrevista.- 9 Dr. Iván Coral*

*Elaborado por: Sánchez Briceño Vanessa, (2019)*

**UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO  
FACULTAD DE DISEÑO ARQUITECTURA Y ARTES  
CARRERA DE DISEÑO DE ESPACIOS ARQUITECTÓNICOS**

**FORMATO DE ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA**

**Dirigido a:** Homeópata – medicina natural: Iván Coral

**Objetivo:** Entablar una entrevista con el fin de aclarar puntos específicos que aporten al tema de investigación “Diseño de jardines como recurso terapéutico aplicado en centros gerontológicos ”

**¿Cuáles son el beneficio de la naturaleza en la vida de una persona?**

Existen muchos estudios que comprueban que la naturaleza trae muchos beneficios al ser humano como en la salud de las personas, no necesariamente al obtener ungüentos, infusiones, pastillas o medicamentos de las plantas, sino va más allá de eso ya que el estar en contacto con la naturaleza nos cura desde adentro,

por ejemplo disminuye el estrés al estar en un medio que genera tranquilidad en medio de la agotadora rutina diaria, también ayuda al sistema haciendo que las personas sean menos propensas a enfermedades, además de generar un bienestar en el estado emocional ya que hace producen diferentes hormonas que provocan felicidad.

#### **¿Qué importancia tiene el vínculo del ser humano con un medio natural?**

El vínculo existente entre el ser humano y la naturaleza es tan importante como el hecho de entablar relaciones con otras personas. Ya que se ha demostrado que desde hace millones de años el hombre sea relacionado de manera estrecha con el entorno que lo rodea, creándose así una necesidad emocional y congénita de estar en contacto con otros seres vivos ya sean plantas o animales. Y actualmente todos necesitamos encontrar esa satisfacción de deseo vital, al encontrar paz y tranquilidad ya sea en un pequeño jardín o parque o en un inmenso bosque.

#### **¿Qué impacto tiene un jardín en el aspecto psicológico de una persona?**

Tiene un impacto positivo ya que un entorno natural proporciona al ser humano cambios favorables en las estructuras cerebrales.

Este hecho previene el cansancio y la fatiga mental, haciendo que exista una mejora considerable en el rendimiento cognitivo, trabajando la memoria y concentración.

#### **¿Qué tipo de plantas son óptimas para su uso terapéutico?**

Todas aquellas que tienen un algún fin curativo ya sean Las plantas medicinales o hierbas curativas. De las cuales se pueden utilizar partes específicas o extractos ya que contienen sustancias con propiedades que benefician al organismo.

#### **¿Qué plantas aromáticas recomienda para uso terapéutico?**

Existen infinidad de plantas aromáticas medicinales y estas se las ocupan dependiendo de la sustancia activa de la planta y afección a tratar.

Estas se las puede clasificar en :

-Analgésicas: ayudan a reducir el dolor: té, verbena, clavo de olor.

-Antibióticas: Reducen la proliferación de microorganismos: ajo, cebolla, una de gato, te, jengibre, clavo de olor, romero, canela.

-Sedantes y relajantes: actúa sobre el sistema nervioso: lúpulo, lavanda, amapola, valeriana.

-Diuréticas: estimulan cantidad de orina que se elimina: cola de caballo, brezo, ortiga, laurel, cardo santo, etc.

-Astringentes: actúan como antiinflamatorio y actúan sobre las mucosas extrayendo el líquido acumulado: cardo, canela, salvia, orégano, té negro, nogal, guaraná, manzanilla, nopal, sauce.

-Digestivas: mejoran el sistema digestivo: anís, comino, manzanilla, tomillo,

-Diaforéticas: aumentan la sudoración: álamo negro, bardana, tilo, manzanilla.

-Antidiabéticas: regulan el nivel de azúcar en sangre: cardo santo, canela, artemisa, stevia, chía, bardana, sábila

-Expectorantes: facilita la eliminación de mucosidad: malva, llantén, eucalipto, menta

-Cardiotónicas: fortalecen el corazón: borraja, lirio, albarrana

-Antidiaforéticas: reducen la sudoración excesiva: lavanda, roble, nogal.

-Hepatoprotectoras; Favorecen al hígado: sábila, romero, hierbaluisa, cardo, cúrcuma.

-Antiinflamatorias: Reducen inflamación: borraja, cúrcuma, jengibre, verbena, laurel, arándano, alfalfa.

-Laxantes: Ayudan a expulsión de heces: Malva, sábila, lino, ajonjolí, menta, hierba luisa.

-Vulnerarias: ayudan en la reparación de tejidos dañados: sábila, cola de caballo, jengibre, romero, caléndula, rosas miniatura.

Caléndula, romero, meliloto, borraja, llantén, cola de caballo, malvavisco, castaño de indias, rosa de mosqueta, jengibre y aloe vera o sábila.

-Coleréticos: Ayuda a producir y eliminar la bilis del hígado: romero, cardo santo, orégano, tamarindo, hierbabuena.

#### **¿De qué manera se pueden combinar las plantas para aprovechar sus propiedades curativas?**

Según la finalidad se puede aprovechar la combinación de plantas y usarlas de manera interna o externa.

-Interna: Uso de diferentes plantas en decocción, infusión, jarabe, jugo y macerado.

-Externa: Baños preparados con plantas en infusión, concentrados o esencias, enjuagues bucales y gárgaras, maniluvios, pediluvios, cataplasmas, compresas, colirios, y enemas.

#### **¿De qué manera el estar en contacto con la naturaleza ayuda a mejorar el estado emocional?**

El vínculo con la naturaleza no solo aporta en la salud física de las personas sino en la mental y

emocional, ya que según estudios el contacto con un medio natural activa algunas zonas del cerebro que se encargan de producir hormonas como la dopamina, serotonina, que son las encargadas de hacernos sentir felices, y disminuye el estrés y ansiedad ya que contrarresta los efectos la hormona cortisol, encontrando una sensación de tranquilidad y paz.

**¿Por qué el uso de diferentes terapias es de vital importancia en la salud y bienestar de las personas?**

Es de vital importancia el uso de diferentes terapias, ya sea por necesidad de recuperación o por el hecho de mantenernos activos y así prevenir alguna enfermedad o padecimiento.

Por ello todos sin importar la edad, género, sexo, debemos cuidar nuestro cuerpo y mente.

---

**“DISEÑO DE JARDIN COMO RECURSO TERAPÉUTICO  
APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIM  
PATATE”.**

*Vanessa Sánchez Briceño*

---

●

Es de vital importancia fomentar el **vínculo** del **ser humano con la naturaleza** a través del diseño de un jardín terapéutico en centros gerontológicos para impulsar la **calidad de vida** de los adultos mayores aprovechando los beneficios sensoriales de los recursos naturales.

Es **rescatar** los aspectos terapéuticos del diseño de jardines para **potenciarlos** en los centros gerontológicos, y así brindar al adulto mayor un envejecimiento activo y saludable.



**IMPORTANCIA**

**INTERÉS**



**¿POR QUÉ?**

**IMPACTO**

Carácter **social** ya que se estudia a los **adultos mayores** identificando sus requerimientos y necesidades, así como también su **modo de vida**, sus hábitos y costumbres.



**BENEFICIARIOS**

Directos: **adultos mayores** por el uso del espacio de manera habitual y **el personal** de los centros gerontológicos.  
Indirectos: **familiares y visitantes.**



**TEMA:**

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

**AUTOR :**

Vanessa Sánchez

**TUTOR:**

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

**FECHA:**

JULIO 2019

**ESCALA:**

Sin escala

**CONTENIDO:**

JUSTIFICACIÓN

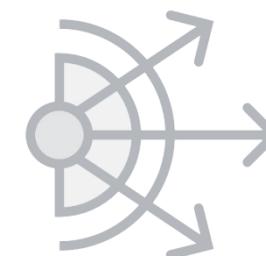
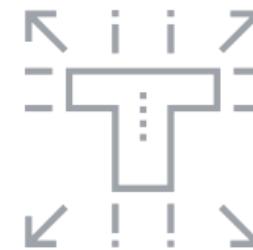
**LAMINA 1/**

## OBJETIVO GENERAL

- 1 **Diseñar** una propuesta de jardín terapéutico para adultos mayores en el centro gerontológico Caiam Patate .

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 2 **Definir** las áreas del centro gerontológico a intervenir para la aplicación del Jardín Terapéutico.
- 3 **Emplear** las potencialidades terapéuticas de los jardines en las áreas ya definidas.
- 4 **Diseñar** los espacios del jardín terapéutico.



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

OBJETIVOS  
O. General  
O. Específicos

LAMINA 2/

## MÉTODO DE DISEÑO



## ¿COMÓ FUNCIONA?



## PLAN DE ACCIÓN

### TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

### AUTOR:

Vanessa Sánchez

### TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

### FECHA:

JULIO 2019

### ESCALA:

Sin escala

### CONTENIDO:

METODOLOGÍA DE DISEÑO

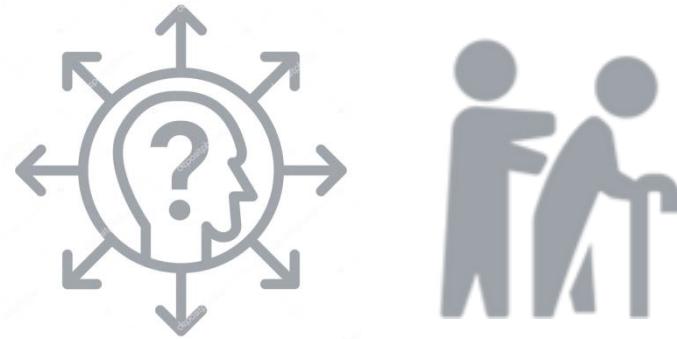
Centrado en el usuario

### LAMINA 3/



## ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

Uno de los criterios obtenidos en el levantamiento bibliográfico es el uso de la metodología de **Diseño Centrado en el Usuario**, ya que su proceso se basa en conocer y estudiar al usuario para definir el problema y solucionarlo mediante el diseño. Y que el resultado cumpla con sus necesidades. Esta metodología se vincula al proyecto, permitiendo a los adultos mayores ser partícipes del proceso de diseño, así como también establecer una conexión entre el usuario y los jardines mediante la generación de terapias naturales.



### DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN CENTROS GERONTOLÓGICOS

En el estudio de campo del centro gerontológico Caiam Patate se determinó las **necesidades terapéuticas** del adulto mayor, siendo estas físicas, psicológicas, multi sensoriales y cognitivas. Requieren de diferentes terapias que eviten enfermedades degenerativas y mejore su condición física, por otro lado que ayuden a estimular la mente, mejoren la psicomotricidad y eviten el deterioro cognitivo, mejorando la potenciación de la neuroplasticidad cerebral.

Promover un **envejecimiento saludable** a través de la interacción del adulto mayor con un medio natural, utilizando a los jardines como un recurso terapéutico.



El uso de plantas autóctonas de la sierra es de vital importancia como principio de sostenibilidad del entorno. Teniendo **especies medicinales y aromáticas** que proporcionan grandes beneficios a la salud del ser humano.

TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

LAMINA 4/



## REFERENTES- Jardines terapéuticos

Posee contenedores accesibles y diseños de plantación adecuados para una variedad de estilos y habilidades de jardinería.



Los visitantes en sillas de ruedas pueden entrar al jardín y ver, en menor escala, muchas de las características que se encuentran en otras partes del Arboretum.



## EL CLOTILDE IRVINE SENSORY GARDEN

Fue diseñado para el Programa de Horticultura Terapéutica. Con diferentes módulos en el piso.



Las tres características del agua y el viento en la hierba alta proporcionan sonidos atractivos. Demuestra las formas en que los jardines pueden hacerse accesibles. Las cestas colgantes se pueden subir y bajar



**TEMA:**

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

**AUTOR :**

Vanessa Sánchez

**TUTOR:**

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

**FECHA:**

JULIO 2019

**ESCALA:**

Sin escala

**CONTENIDO:**

REFERENTES

**LAMINA 5/**



## REFERENTES- Jardines terapéuticos

Diseñado por Jardines PALMLÖF, en el cual existen 4 módulos destinados a diversas terapias que aportan en el bienestar físico, cognitivo y sensorial de los adultos mayores del lugar.



Módulos de huerto donde los adultos mayores pueden sembrar diferentes plantas y estimular sus sentidos.

## JARDIN TERAPÉUTICO DENOMINADO 'LOS SENTIDOS'. EN ESPAÑA -COSLADA,

Circuito donde las personas realizan actividad física, adquiriendo equilibrio, flexibilidad y resistencia.



Módulo donde las personas interactúan y hacen actividades de reminiscencia.



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

REFERENTES

LAMINA 6/



## REFERENTES- Jardines terapéuticos

Diseñado por Steven Welles diseñador de jardines y terapeuta hortícola.



Sirve de apoyo terapéutico y en el proceso de rehabilitación de enfermos con discapacidades de diversa índole, principalmente las causadas por derrame cerebral o por lesiones de la médula espinal.



## EL JARDÍN SENSORIAL DEL R.TALBOT REHABILITATION CENTRE EN MELBOURNE.

Posee diferentes áreas de estimulación a través de plantas y elementos naturales



Combinación de plantas exteriores ye elementos naturales.



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

REFERENTES

LAMINA 7/

## REFERENTES- Jardines terapéuticos

Diseñado por el arquitecto paisajista Roberto Burle Marx .



Beneficios medio Ambientales y en la salud de la personas ya que el oxigeno se incrementa y se purifica el aire, contribuyendo en el estado físico de las personas



### JARDÍN TERAPEUTICO VERTICAL HOSPITAL SAGRADO CORAZÓN EN SEVILLA

Pared verde con dimensión de 17,00 m x 2,20 m de alto y está compuesto por más de 1400 plantas seleccionadas de entre más de 40 especies vegetales.



Sistema patentado de **Fitotextil** como sustrato y riego por goteo integrado.



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPEÚTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

REFERENTES

LAMINA 8/



## REFERENTES- Jardines terapéuticos

El proyecto que encarna estas ideas se denomina Zighizaghi, que está dispuesto según dos ejes principales; la horizontalidad donde se encuentra la base y los asientos, y la verticalidad, donde se ubica la iluminación y los sistemas de sonido.

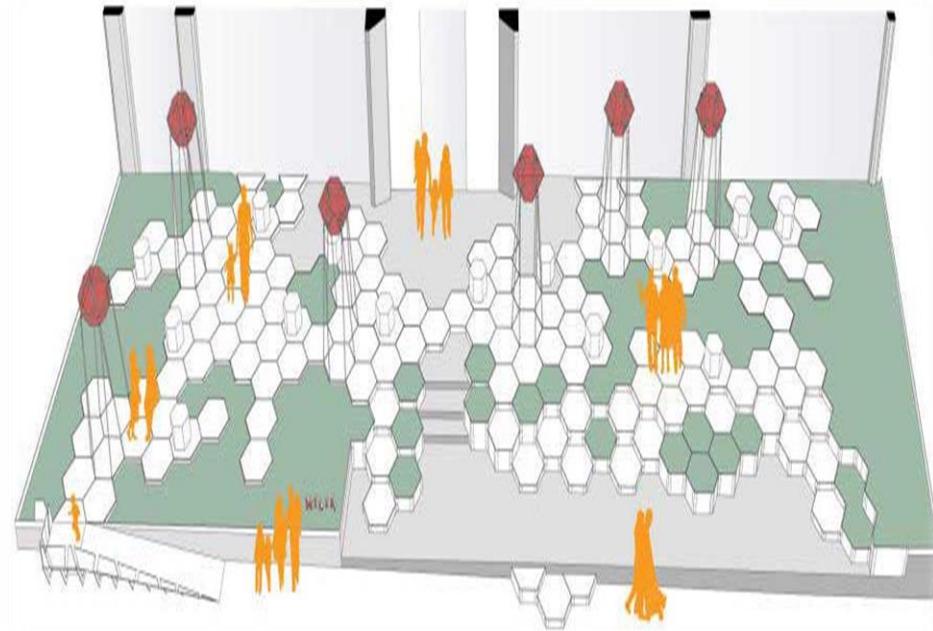


Un conglomerado de piezas de madera en forma de hexágonos modulares que se inspiran en los panales de abejas conforma la base horizontal



## JARDÍN URBANO MULTI-SENSORIAL- ITALIA

Para descubrir los sentidos del olfato y el gusto se ha utilizado diferentes plantas aromáticas incluso algunas comestibles y arboles de tamaño pequeño. En el siguiente vídeo podemos conocer el proceso de realización del proyecto.



Posee diferentes áreas de estimulación a través de plantas y elementos naturales



**TEMA:**

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

**AUTOR :**

Vanessa Sánchez

**TUTOR:**

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

**FECHA:**

JULIO 2019

**ESCALA:**

Sin escala

**CONTENIDO:**

REFERENTES

**LAMINA 9/**



## REFERENTES- Jardines terapéuticos

### JARDÍN SENSORIAL CHAPULTEPEC

Al adentrarte en este espacio vas descubriendo pequeños elementos que estimulan los órganos sensoriales

Se percibe diferentes texturas y temperatura al tocar los troncos, las plantas, las flores y la tierra.



Permite conectar el olfato, la vista, el gusto, el tacto y el oído con la naturaleza.

Zonas de descanso y meditación



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

ANTECEDENTES  
INVESTIGATIVOS

LAMINA 10/



## CONTEXTO

### DATOS GENERALES:

#### ESTABLECIMIENTO

##### CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE

Brinda un servicio de atención directa a 30 Adultos mayores en la **modalidad Residencial** que comprende un servicio integral de acogimiento a personas adultas mayores sin referente familiar o falta de referentes familiares, pobreza y pobreza extrema, en condiciones de alto riesgo y que manifiesten su voluntad de ingresar.

#### UBICACIÓN

**País:** Ecuador

**Provincia:** Tungurahua

**Cantón:** Patate

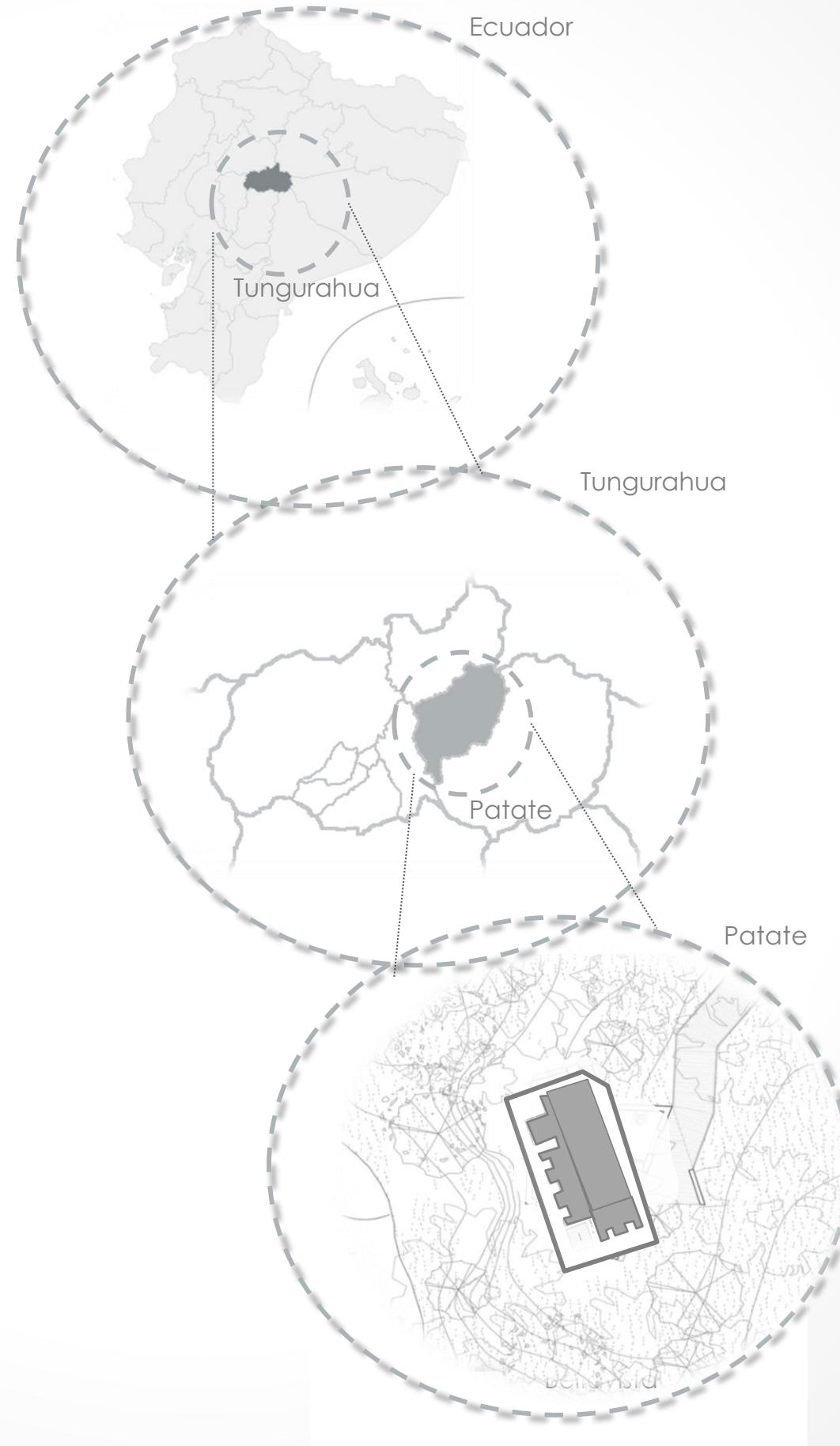
**Barrio:** Bellavista

**Referencia:** A lado del Registro civil  
Vía Nitón

#### INSTITUCIÓN A CARGO

**MIES-** Ministerio de inclusión económica y social.

**Zona 3**



#### TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

#### AUTOR :

Vanessa Sánchez

#### TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

#### FECHA:

JULIO 2019

#### ESCALA:

Sin escala

#### CONTENIDO:

CONTEXTO

Datos generales de  
ubicación del Centro  
gerontológico Caiam  
Patate

#### LAMINA 11/

**CONTEXTO**

**ANÁLISIS DE ENTORNO:**

**CONDICIONES CLIMÁTICAS**

El clima es suave, generalmente cálido y templado. Hay precipitaciones durante todo el año en Patate. Hasta el mes más seco aún tiene mucha lluvia. La temperatura promedio en Patate es 16.5 ° C. Precipitaciones promedio 888 mm.

	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Temperatura media (°C)	16.7	17	17	16.9	16.9	16	15.3	15.4	16.1	16.8	17.2	16.9
Temperatura min. (°C)	11.5	11.8	11.9	11.9	11.8	11.1	10.5	10.1	10.4	11.1	11.1	11.2
Temperatura máx. (°C)	22	22.2	22.1	22	22	20.9	20.2	20.8	21.9	22.6	23.3	22.7
Temperatura media (°F)	62.1	62.6	62.6	62.4	62.4	60.8	59.5	59.7	61.0	62.2	63.0	62.4
Temperatura min. (°F)	52.7	53.2	53.4	53.4	53.2	52.0	50.9	50.2	50.7	52.0	52.0	52.2
Temperatura máx. (°F)	71.6	72.0	71.8	71.6	71.6	69.6	68.4	69.4	71.4	72.7	73.9	72.9
Precipitación (mm)	52	70	90	96	86	104	78	72	70	65	54	51

**ENTORNO**

Se encuentra en un entorno tranquilo y silencioso, rodeado de montañas, vegetación y espacios naturales.



**CONDICIÓN VIAL**

Posee una sola vía de acceso, la vía Nitón en el barrio Bellavista es poco transitada.



Vía de ingreso al centro gerontológico



**TEMA:**

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

**AUTOR :**

Vanessa Sánchez

**TUTOR:**

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

**FECHA:**

JULIO 2019

**ESCALA:**

Sin escala

**CONTENIDO:**

CONTEXTO

Datos de Ubicación

LAMINA 12/



## CONTEXTO

### ANÁLISIS DE ENTORNO: INSTITUCIONES CERCANAS

Centro de salud del cantón Patate



Se encuentra ubicado en la Vía Nitón a 200 m del centro gerontológico. Y Aporta con atención directa a los adultos mayores residentes.

Registro civil



Se encuentra ubicado a lado derecho del centro gerontológico a 5 m de distancia.



Centro Gerontológico Caiam Patate



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

CONTEXTO

Instituciones cercanas

LAMINA 13/



# 1·DESCUBRIR

## CONTEXTO

El objetivo al analizar el contexto del centro gerontológico es conocer su:

- Sentido:** razón de ser, propósito y aspiraciones de la institución.
- Tiempo:** Referencia temporal su fundación y cambios a través del tiempo como institución.
- Espacio:** espacios existentes, áreas y ambientes.
- Forma:** aspecto morfológico de la edificación

## ANÁLISIS:

Prestar servicios de **atención y cuidados**, como residenciales dirigidos a las **personas mayores** y que unido a una excelente gestión profesional lleve a maximizar los niveles de satisfacción de los adultos mayores.



El centro gerontológico cuenta con una superficie de **tres mil metros cuadrados** cuenta con: comedor, cocina, siete dormitorios, baterías sanitarias, una sala de esparcimiento, un cuarto de lavado, un cuarto de rehabilitación física, fisioterapia, unidad médica, **áreas verdes y un patio de 200 metros cuadrados** para uso de los adultos mayores.

ESPACIO

SENTIDO



TIEMPO

La infraestructura fue entregada en **comodato al MIES** en el **2010** para el acogimiento de personas adultas mayores sin referentes familiares y en situación de vulnerabilidad.



FORMA

El centro gerontológico tiene una **composición espacial asimétrica** los espacios están distribuidos alrededor del comedor, cuenta con ventilación e iluminación natural adecuada. La circulación dentro del espacio es continua e ininterrumpida.



### TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

### AUTOR :

Vanessa Sánchez

### TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

### FECHA:

JULIO 2019

### ESCALA:

Sin escala

### CONTENIDO:

CONTEXTO

Sentido  
Tiempo  
Espacio  
Forma

### LAMINA 14/



## MAPA DE ACTORES

Objetivo : Determinar a los usuarios directos e indirectos por su recurrencia del uso de espacios del centro gerontológico.

### TIPO DE USUARIOS

(Beneficiarios)

#### DIRECTO



Adultos mayores  
**76.2 %**

#### INDIRECTO



Personal del centro Gerontológico  
**19.1 %**



Visitantes  
**4.7%**

### PERFIL DEL USUARIO

**Género:** Masculino y femenino.

**Grupo de edades:** de 60 años en adelante.

**Número de asistentes:** 50 diurnos y 30 residentes ,  
TOTAL 80 Adultos mayores.

**Gustos y preferencias:** Recreación y socialización.

**Intereses :** Familiar, social y salud.

**Actividades :** Actividades recreativas , terapéuticas  
y vinculo con la sociedad.

**Género:** Masculino y femenino.

**Grupo de edades:** de 25 a 60 años.

**Número de asistentes:** 20 personas.

**Gustos y preferencias:** Ocio y servicio.

**Actividades :** Brindar diferentes servicios, descanso.

**Género:** Masculino y femenino.

**Grupo de edades:** Todas las edades.

**Número de asistentes:** 5 visitantes a la semana aprox.

**Gustos y preferencias:** socialización.

**Actividades :** Actividades de comunicación  
y socialización.

TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

MAPA DE ACTORES

Tipo de usuario  
Perfil del usuario

LAMINA 15/

INGSIHTS

MAPA DE EMPATIA

Objetivo : Conocer de mejor manera al usuario a través de un conocimiento profundo del mismo, su entorno y su visión del mundo para determinar sus necesidades.



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

INGSIHTS

Mapa de empatía del adulto mayor

LAMINA 16/

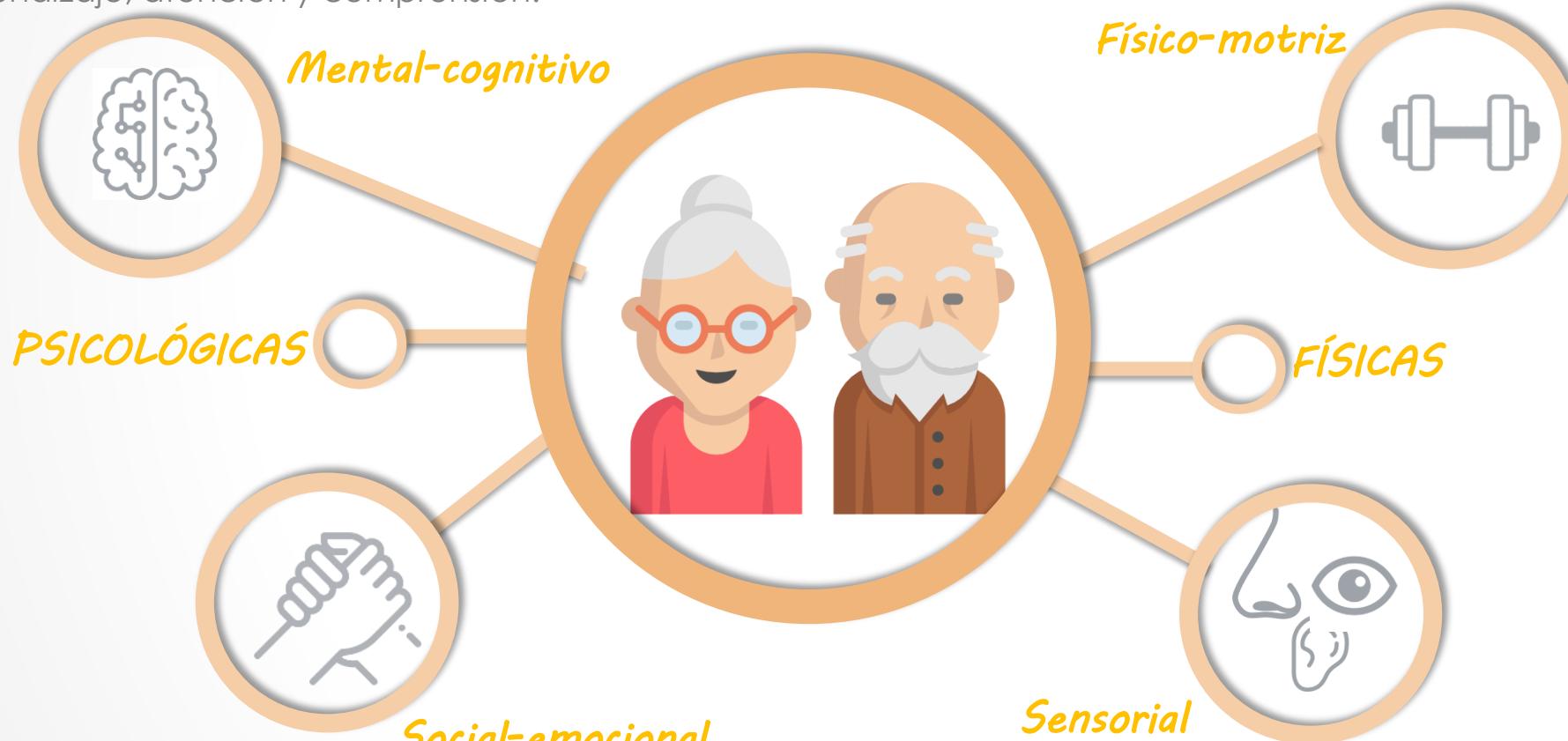
## INGSIHTS

Objetivo : Conocer cuales son las necesidades terapéuticas de los adultos mayores en centros gerontológicos.

### NECESIDADES TERAPÉUTICAS DE USUARIO

-Terapias, tratamientos y actividades que ayuden a estimular la mente, mejoren la psicomotricidad y eviten el deterioro cognitivo de los adultos mayores por medio de sensaciones percibidas los sentidos. Promueven la mejora y potenciación de la neuroplasticidad cerebral. Con actividades donde se estimule la memoria, razonamiento, aprendizaje, atención y comprensión.

-Terapias y actividades que eviten enfermedades degenerativas, traten lesiones musculo esqueléticas y del sistema nervioso, con el fin de mejorar la condición física del adulto mayor  
Y evitar el sedentarismo al aportar dinamismo y vitalidad, creando resistencia cardiaca, respiratoria y muscular.



Terapias que aporten en sentirse bien con uno mismo y con el mundo que lo rodea, buscando un sentimiento de equilibrio y de felicidad. Fomentando un pensamiento positivo, autoestima alta y dar tratamiento a c problemas o trastornos del bienestar emocional como son la depresión, la ansiedad, las obsesiones, el pesimismo, la frustración, las pérdidas, etc.

#### Sensorial

-Terapias y actividades que se encarguen de estimular cada sentido y ayuden a comprender el mundo que le rodea. Así, la forma en que podemos obtener información del ambiente es a través de nuestros sentidos (la vista, el oído, el tacto, el gusto y el olfato) y del movimiento

TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

INGSITHS

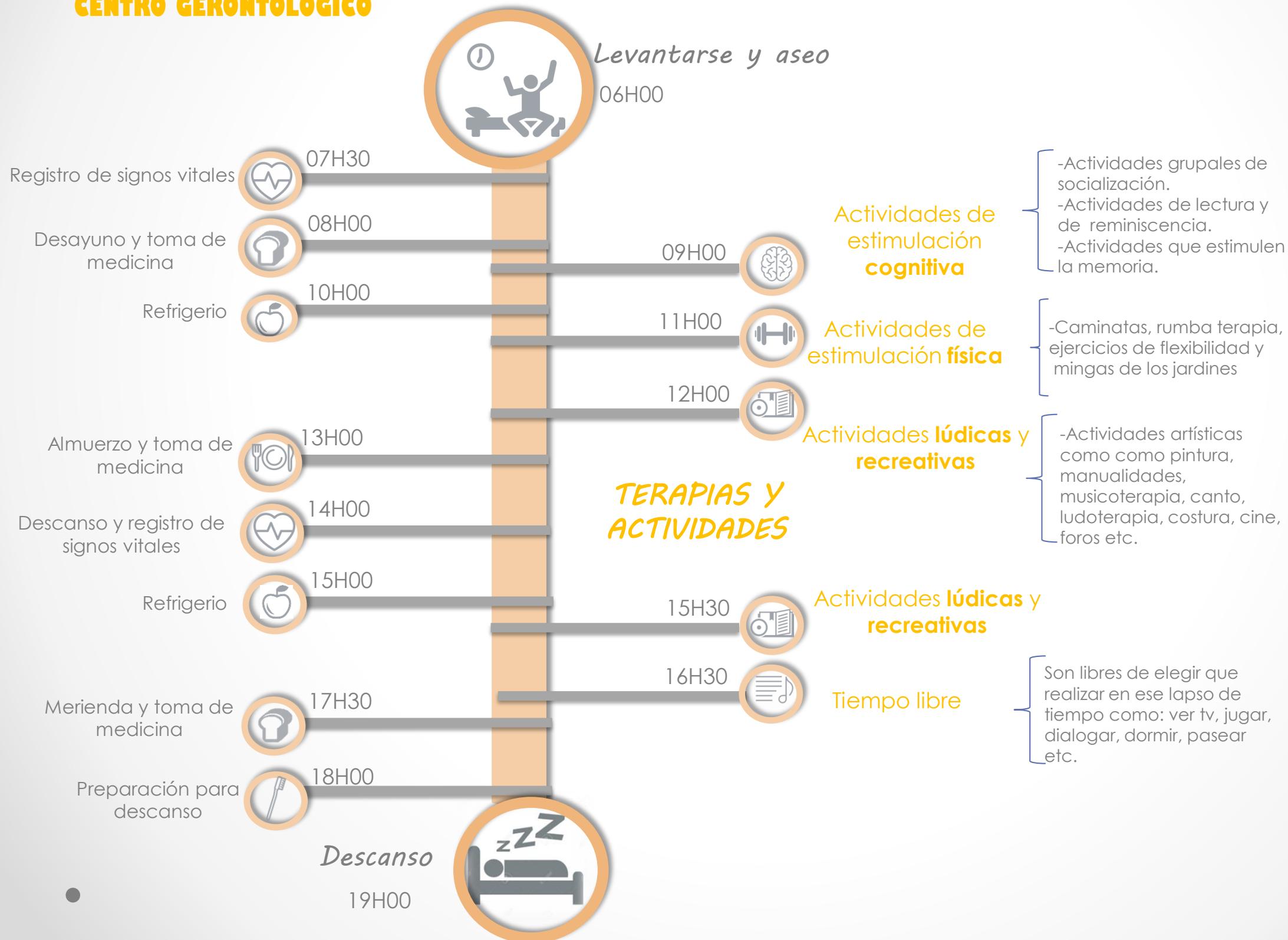
Necesidades terapéuticas del adulto mayor

LAMINA 17/

**INGSIHTS**

**RUTINA DIARIA  
DEL ADULTO MAYOR EN EL  
CENTRO GERONTOLÓGICO**

Objetivo : Conocer la rutina diaria de los adultos mayores residentes del centro gerontológico, para determinar que actividades se pueden implementar adicionales en los jardines terapéuticos que aporten en un envejecimiento saludable.



**TEMA:**

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

**AUTOR :**

Vanessa Sánchez

**TUTOR:**

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

**FECHA:**

JULIO 2019

**ESCALA:**

Sin escala

**CONTENIDO:**

INGSITHS

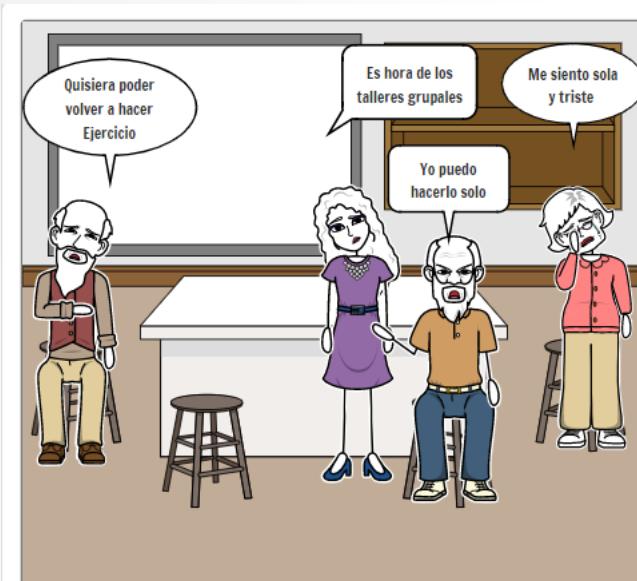
Comportamiento del adulto mayor en el espacio

**LAMINA 18/**

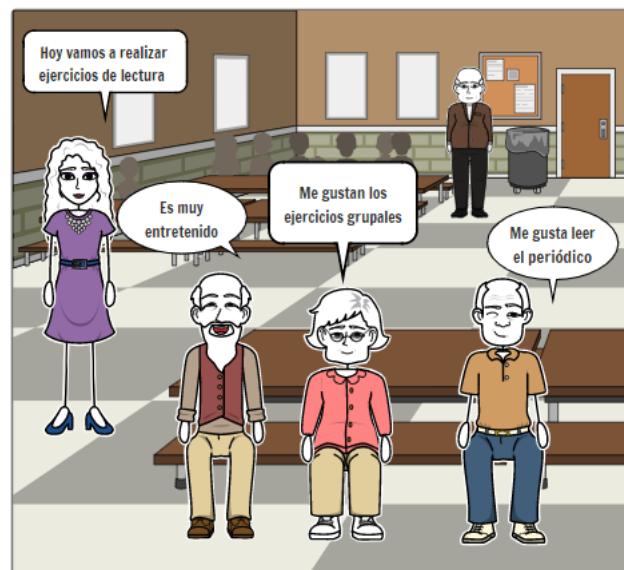
**NARRATIVA VISUAL**

Objetivo : Analizar visualmente el comportamiento de los adultos mayores al realizar diferentes actividades y terapias en el Centro gerontológico.

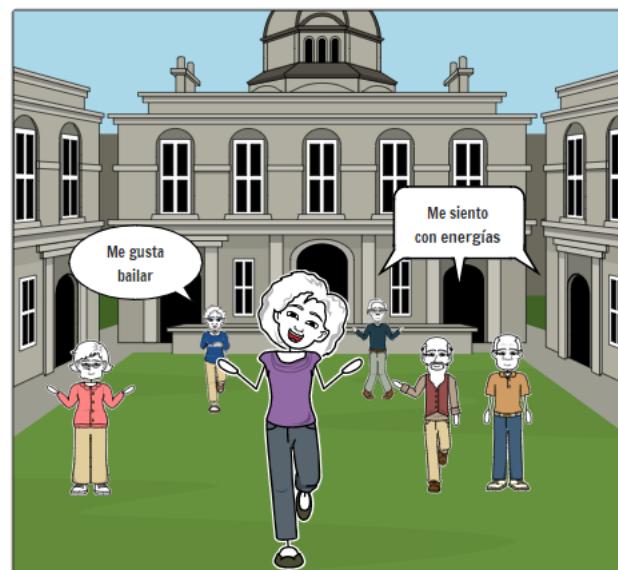
**STORYBOARD**



M Frustraciones de los adultos mayores



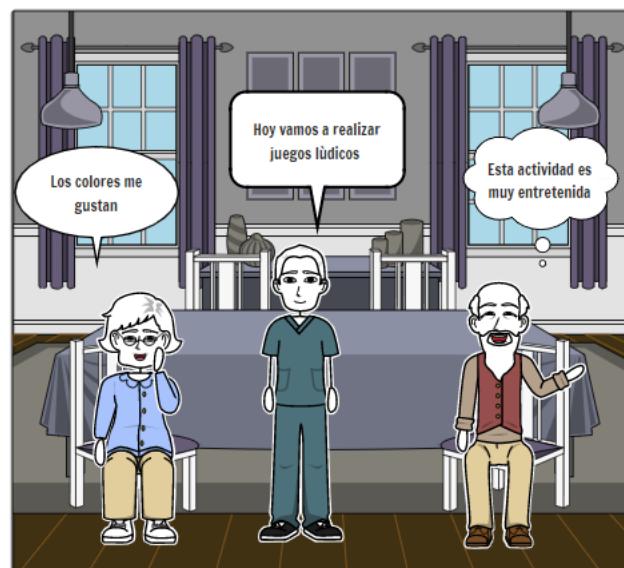
Actividades grupales de estimulación cognitiva



Actividades de estimulación física



M Tiempo libre



Actividades lúdicas y recreativas



Actividades de horticultura

TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

NARRATIVA VISUAL

Storyboard de las actividades y terapias que realizan los adultos mayores

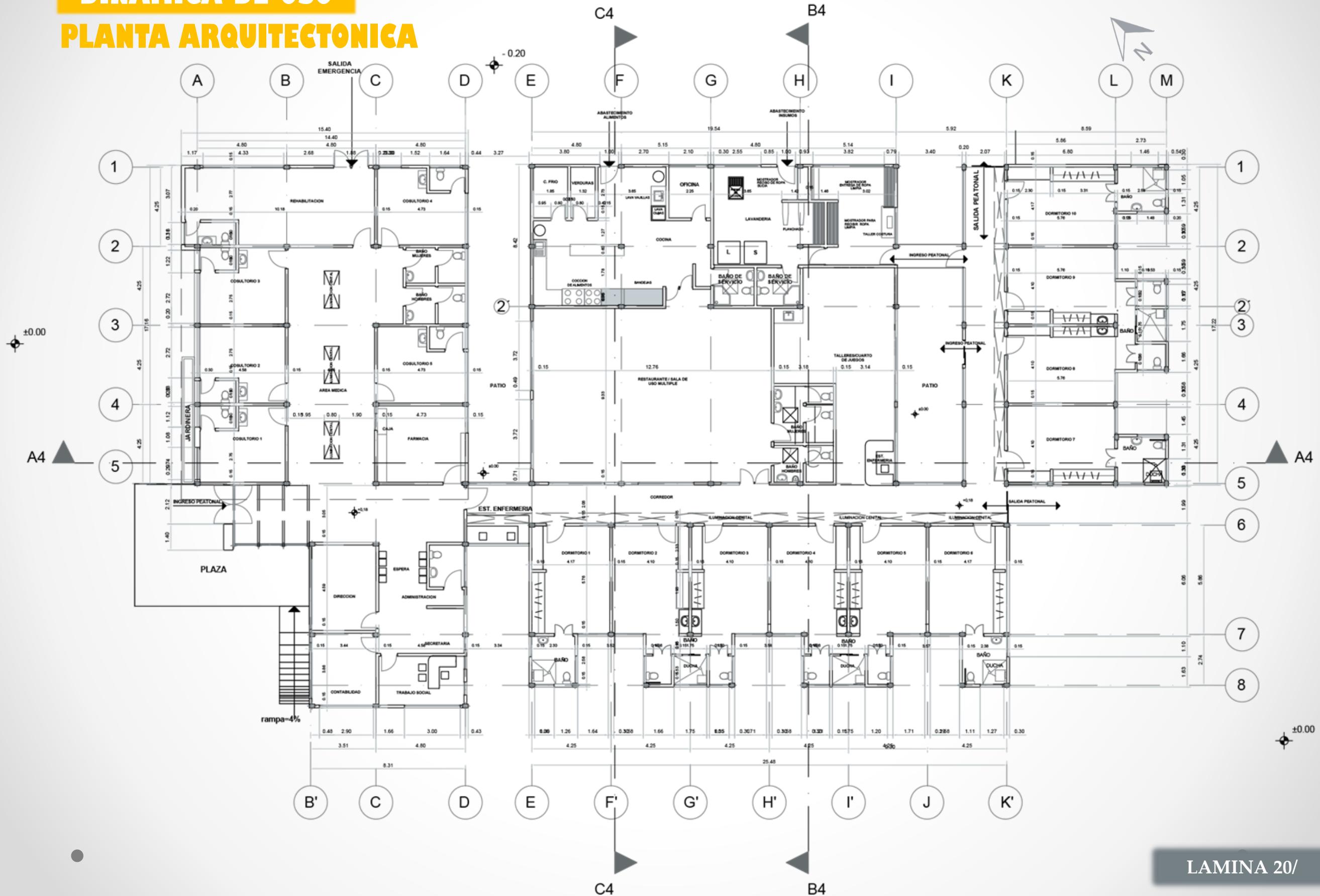
LAMINA 19/

*Adulto mayor desarrollando sus actividades y terapias diarias en el Centro Gerontológico Caiam Patate*

**DINAMICA DE USO**

Planta del estado actual del Centro gerontológico Caiam Patate

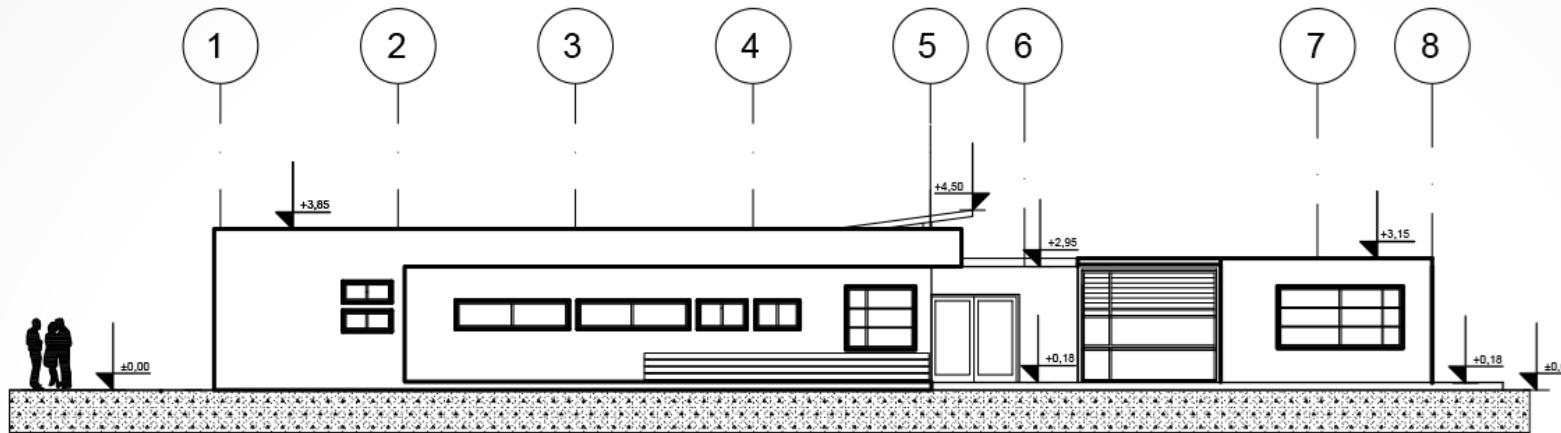
**PLANTA ARQUITECTONICA**



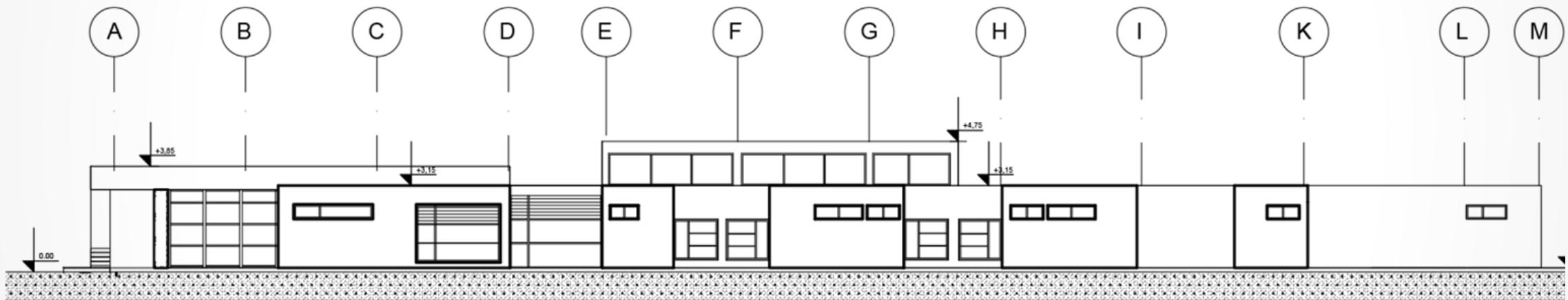
**DINAMICA DE USO**

Fachadas del estado actual del Centro gerontológico Caiam Patate

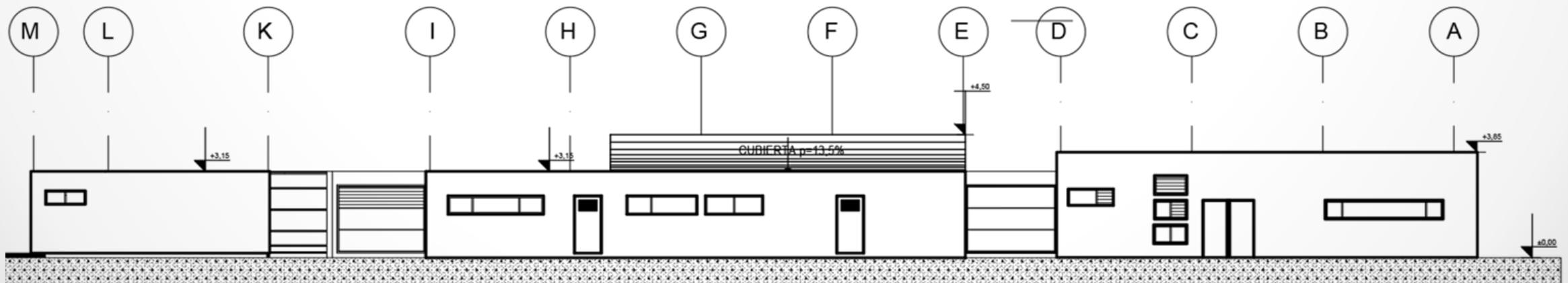
**FACHADAS**



**FACHADA FRONTAL**



**FACHADA LATERAL DERECHA**

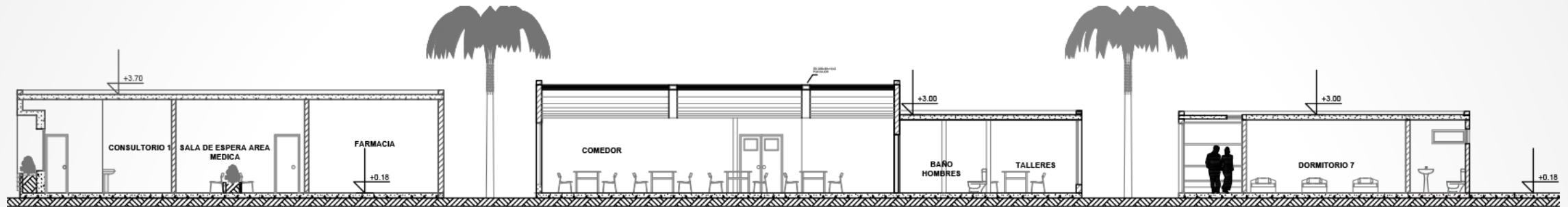


**FACHADA LATERAL IZQUIERDA**

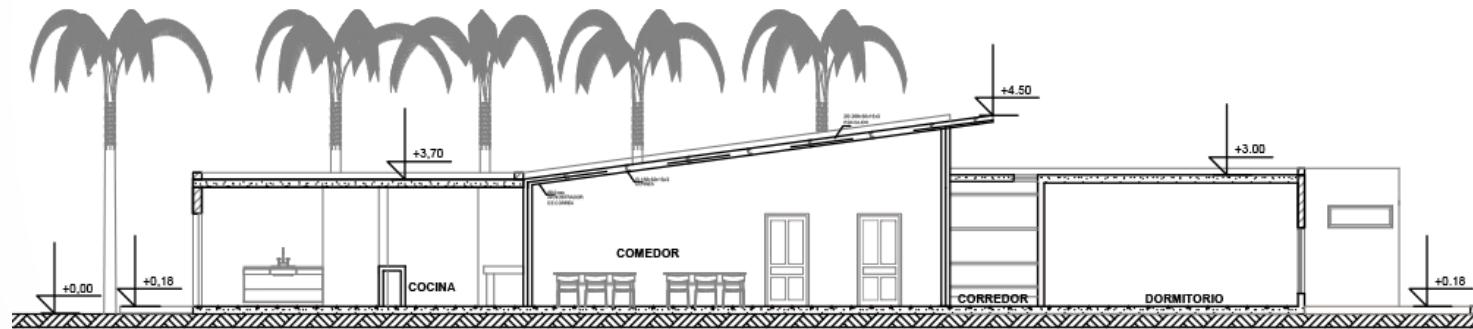
DINAMICA DE USO

Cortes del estado actual del Centro gerontológico Caiam Patate

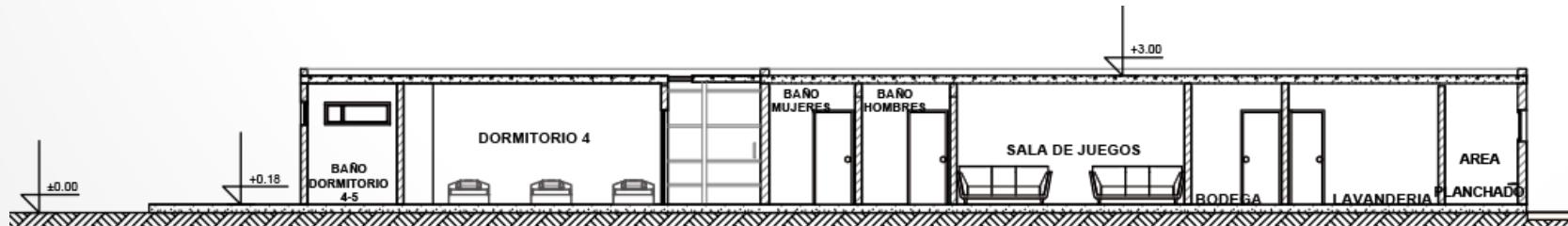
CORTES



CORTE A-A'



CORTE C-C'



CORTE B-B'

**DINAMICA DE USO**

Objetivo : Determinar los diferentes espacios ya existentes en el centro gerontológico.

**ESTADO ACTUAL- ZONIFICACIÓN DEL CENTRO GERONTOLÓGICO**

- |  |   |  |  |   |
|--|---|--|--|---|
|  Áreas verdes       |  Dormitorio mujeres  |  Área de talleres     |  Cocina     |  Área de ocio    |
|  Patio              |  Área administrativa |  Área de fisioterapia |  Baños      |  Atención medica |
|  Dormitorio Hombres |  Área de cuidadores  |  Comedor              |  Lavandería |  Bodega          |



**TEMA:**  
“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

**AUTOR :**  
Vanessa Sánchez

**TUTOR:**  
Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

**FECHA:**  
JULIO 2019

**ESCALA:**  
Sin escala

**CONTENIDO:**  
DINAMICA DE USO  
Estado actual

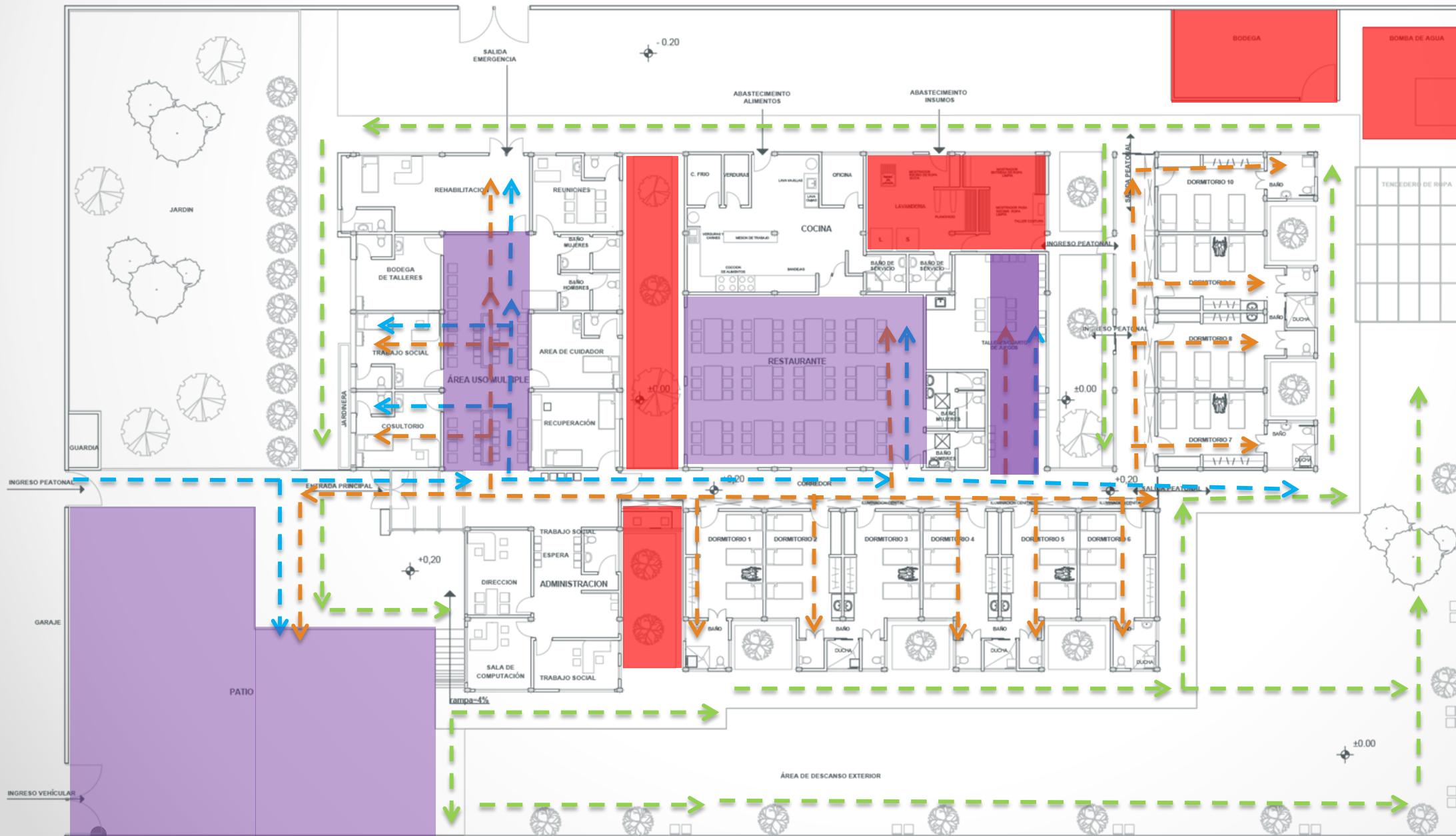
**LAMINA23/**

# DINAMICA DE USO

Objetivo : Analizar los recorridos de los adultos mayores en áreas interiores y exteriores dentro de la institución.

## ESTADO ACTUAL - CIRCULACIÓN DEL CENTRO GERONTOLÓGICO

- Circulación Adultos mayores diurnos
- Circulación Adultos mayores residentes
- Circulación en áreas exteriores
- Acceso restringido a adultos mayores
- Áreas de uso frecuente de adultos mayores



**TEMA:**  
"DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE".

**AUTOR :**  
Vanessa Sánchez

**TUTOR:**  
Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

**FECHA:**  
JULIO 2019

**ESCALA:**  
Sin escala

**CONTENIDO:**  
DINAMICA DE USO  
Circulación -Estado actual

**LAMINA 24/**

## DINÁMICA DE USO

Objetivo : Analizar la incidencia de la luz natural a las 6 am y 6 pm, al igual que los vientos predominantes chocan con a fachada sur oeste de la edificación.

### ANÁLISIS DE ASOLIAMIENTO

-  Entrada de luz natural
-  Mayor incidencia de luz
-  Menor incidencia de luz

### ANÁLISIS DE VIENTOS

-  Vientos Predominantes
-  Corrientes de viento



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

DINÁMICA DE USO

Análisis de asoleamiento

LAMINA 25/

**DINAMICA DE USO**

Objetivo : Conocer las áreas existentes en el centro gerontológico

2. Consultorio médico



3. Sala de Actividades



4. Comedor



5. Sala de ocio



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso



1. Jardín



6. Tendedero de ropa

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

DINAMICA DE USO

Estado actual



10. Patio



9. Área de descanso exterior



8. Dormitorio



7. Baño privado

LAMINA 26

## PROBLEMÁTICA

Objetivo : Conocer las necesidades de los adultos mayores al desenvolverse en el espacio

JARDINES UTILIZADOS COMO UN ELEMENTO DECORATIVO DESAPROVECHANDO SUS POTENCIALIDADES TERAPÉUTICAS.

### Problemas detectados en el centro gerontológico Caiam Patate

1. No se aprovecha el entorno natural inmediato para la realización de actividades terapéuticas (estimulación sensorial). El desarrollo de las actividades actuales no permiten un contacto entre el usuario y la naturaleza al realizarse en un espacio completamente cerrado.

2. Carencia de diseño en el jardín, ya que las plantas y mobiliario se encuentran ubicados sin un previo análisis.

3. Mobiliario de los espacios exteriores en mal estado.

4. Los recursos visuales existentes desde las ventanas de los dormitorios hacia el espacio exterior están desaprovechadas.

5. Los espacios exteriores están destinados únicamente a actividades pasivas para el adulto mayor

6. Los adultos mayores no poseen un área privada donde puedan interactuar con sus diferentes visitas.

7. No se toma en cuenta a los adultos mayores convalecientes a la hora de realizar actividades lúdicas y recreativas.

8. No existe un área específica para realizar diferentes actividades físicas, ya que el espacio destinado a este tipo de actividades esta ubicado en el garaje de la institución.



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

DINAMICA DE USO

Problemáticas

LAMINA 27

## BRIEF DE DISEÑO

### ¿Qué voy a diseñar?

Jardín que aporte como recurso terapéutico en un centro gerontológico

### ¿Para quién voy a diseñar?

Para adultos mayores residentes y visitantes del centro gerontológico

### ¿Cuáles son los requisitos o requerimientos de diseño?

- Espacios en donde se realicen actividades que eviten enfermedades degenerativas y mejore la condición física del adulto mayor con el fin de evitar el sedentarismo al aportar dinamismo y vitalidad, creando resistencia cardiaca, respiratoria y muscular.
- Espacios en donde se estimule la mente, mejore la psicomotricidad y evite el deterioro cognitivo de los adultos mayores por medio de sensaciones percibidas por la vista, oído, tacto, gusto y olfato.
- Espacios en donde se promueva la mejora y potenciación de la neuroplasticidad cerebral. Con actividades que estimulen la memoria, razonamiento, aprendizaje, atención y comprensión.
- Espacios y ambientes que promuevan el desarrollo e interacción socio afectiva.
- Ambientes accesibles y seguros.
- Jardines de bajo nivel de riego y mantenimiento



#### TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN CENTROS  
GERONTOLÓGICOS”.

#### AUTOR :

Vanessa Sánchez

#### TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

#### FECHA:

JULIO 2019

#### ESCALA:

Sin escala

#### CONTENIDO:

BRIEF DE DISEÑO

Pedido de diseño

**IDEACIÓN DE DISEÑO**

**ANÁLISIS DE RELACIÓN**



CENTROS GERONTOLÓGICOS

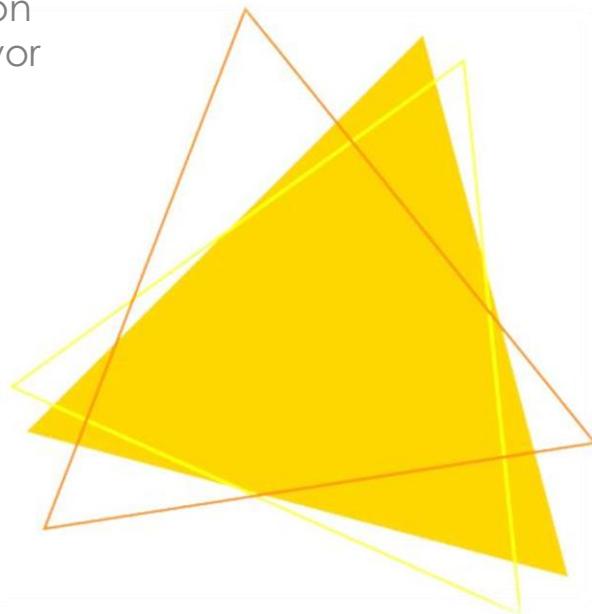
**CONTEXTO**

**ROL QUE CUMPLE**

- Participación social activa en los Centros de atención y cuidado del adulto mayor
- Integración social
- Vejez activa y digna.

**ZONAS DE PROPUESTA**

- Área que promueva la física
- Área de estimulación sensorial
- Área de jardinería y Huerta
- Área de descanso



**SUJETO**

ADULTO MAYOR



**OBJETO**

JARDÍN TERAPÉUTICO



**ACTIVIDADES**

- Baile, gimnasia geriátrica, ejercicios pasivos.
- Aromaterapia, cromoterapia, fitoterapia, terapias y manipulación de plantas medicinales, terapias con tacto.
- Meditación, musicoterapia, ejercicios de respiración, estimulación emocional, visualizaciones guiadas.
- Horticultura, jardinería, siembra, poda, cosecha

**TEMA:**

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

**AUTOR :**

Vanessa Sánchez

**TUTOR:**

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

**FECHA:**

JULIO 2019

**ESCALA:**

Sin escala

**CONTENIDO:**

ANÁLISIS DE RELACIÓN

Relación: contexto, sujeto y objeto.

## DISEÑO

Se pretende dar una solución a la problemática encontrada por medio de el uso de parámetros y estrategias que cubran las necesidades del adulto mayor en el Centro Gerontológico Caiam Patate.

## PARAMETROS

### Estimulación sensorial

Elección de vegetación adecuada



Fomentar actividades dedicadas al estímulo sensorial de los adultos mayores a través de el diseño de 4 módulos 2 están dedicados a la estimulación visual por medio de variación de gamas de colores de las hojas y flores de la vegetación. Un Módulo dedicado al estímulo del sentido del olfato por medio de la combinación de diferentes plantas que aportan con sus diferentes aromas. Y finalmente un modulo destinado a la estimulación del sentido del tacto con el aporte de plantas con diferentes texturas, tamaños y formas.

Diseño de un camino sensorial en donde se produzcan diferentes sensaciones al poner en contacto las terminaciones nerviosas de los pies con diferentes texturas de elementos naturales seleccionados como césped, tierra, arena cascara de arroz, lagrimas de bebé etc. .

### Vinculo Socio afectivo

Fomentar las actividades grupales y la inclusión



Diseño de un área de huerto y área de trabajo con suculentas en donde se estimule la motricidad fina y gruesa de los adultos mayores y se incentive el trabajo en equipo .

Implementar zonas exteriores privadas, en donde los adultos mayores puedan socializar con visitas en un lugar mas intimo. Por otro lado el espacio servirá para el uso de adultos mayores convalecientes y dependientes para el uso de terapias y actividades personalizadas, con el fin de integrar a todos los usuarios.

### Actividad física

Fomentar el ejercicio



Diseño de un área específica destinada a la realización de actividades físicas del adulto mayor, ya sea bailo terapias, yoga, meditación, taichí, gimnasia geriátrica, etc. Con el fin de mejorar la condición física de los adultos mayores y evitar el sedentarismo.

### Áreas de contemplación

Bienestar emocional



Aprovechar las visuales disponibles en los dormitorios de los adultos mayores , para el diseño de un jardín exterior contemplativo que aporte en la relajación del usuario por medio de plantas que aporten con colores vistosos y aromas , al igual que el uso de una fuente que a través del sonido relajante del agua aporte en la mejora de su estado emocional y ayude en un mejor descanso.

## TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

## AUTOR :

Vanessa Sánchez

## TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

## FECHA:

JULIO 2019

## ESCALA:

Sin escala

## CONTENIDO:

PARAMETROS Y ESTRATEGIAS DE DISEÑO

## LAMINA30/

**CONCEPTUALIZACIÓN**

Objetivo : Generar la Idea que rige al proyecto de manera simbólica, formal y funcional

# Vínculo con la Naturaleza

El ser humano está ligado a la naturaleza desde el principio de los tiempos. El cambio de vida a entornos urbanos modernos ha hecho perder de vista la importancia de los elementos naturales al vivir envueltos en una actividad frenética, dominados por el estrés y constantemente pendientes del reloj.

Por lo que es importante volver a fomentar este vínculo ser humano – naturaleza.

La mayoría de los adultos mayores residentes del Centro Gerontológico en su juventud vivieron en el campo rodeados de entornos naturales, realizando actividades que vinculan estrechamente al ser humano con la naturaleza tales como la pesca, ganadería, agricultura, etc.



## MOODBOARD

“El ser humano debe permanecer en contacto con la naturaleza a lo largo de toda su vida para poder mantener una buena salud mental” Boris Levinson, doctor en psiquiatría, 1969

TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

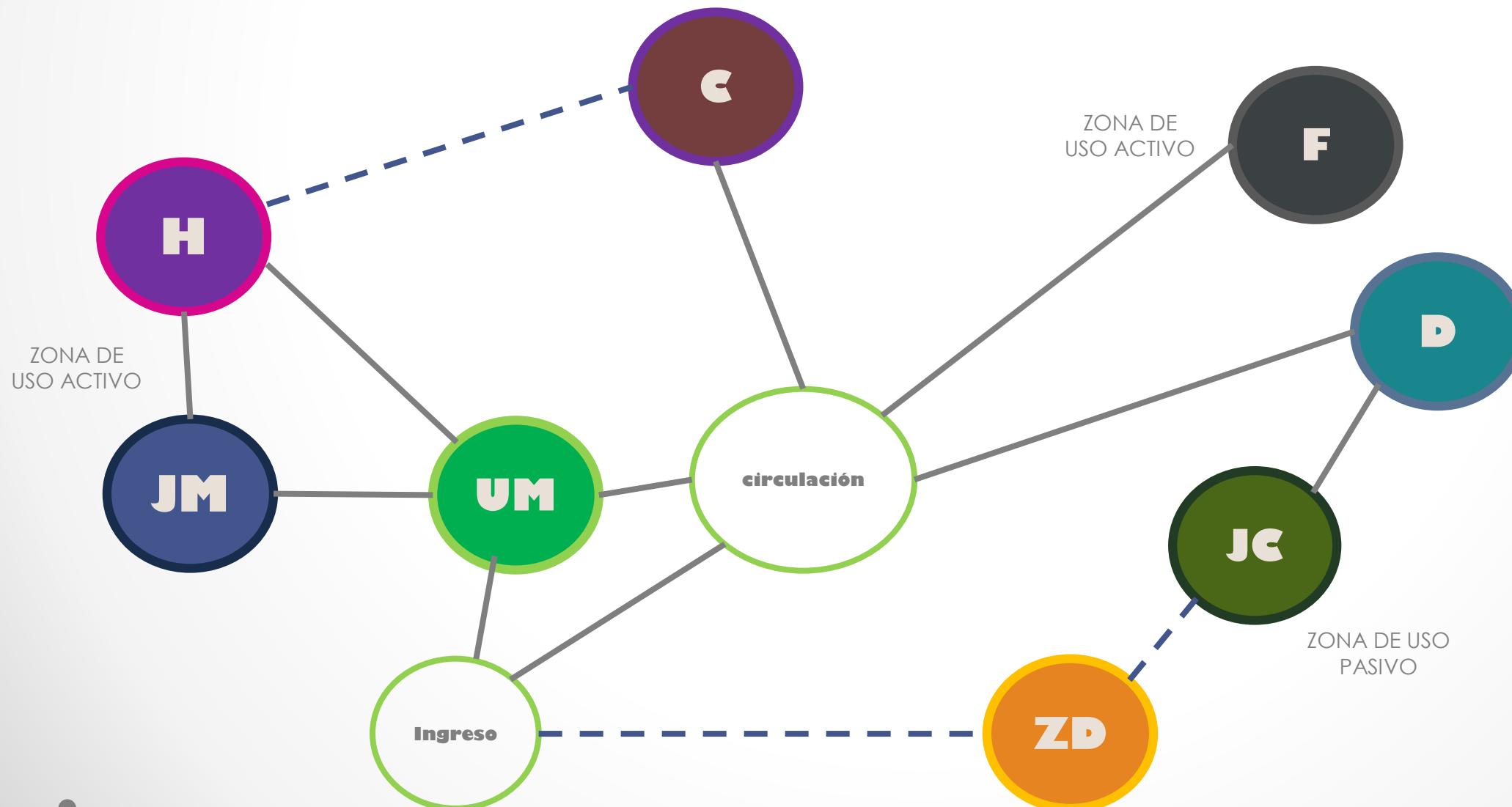
CONCEPTO DE DISEÑO

LAMINA 31/

DISEÑO

Diagrama de relación espacial

SIMBOLOGÍA



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR:

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

RELACIÓN ESPACIAL

LAMINA 32/

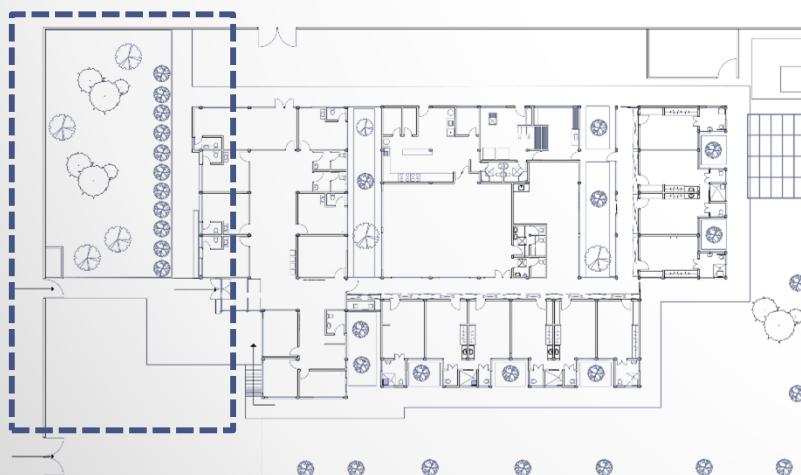
## DISEÑO

Para la elaboración de la grilla tomada como referencia para la modulación de las zonas planteadas se tomo como base a los ejes de las columnas de la edificación.

### Modulación- zonificación

-  Área de descanso
-  Compostera
-  Huerto
-  Zona de Jardinería
-  Área de estimulación sensorial
-  Camino sensorial

Referencia de ubicación espacial



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

AUTOR:

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

Proceso de diseño  
Bocetos

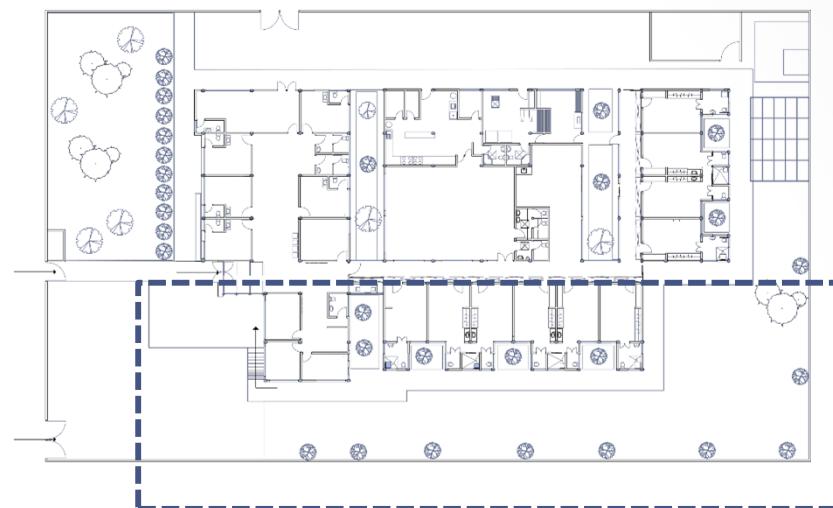
LAMINA 33/

## DISEÑO

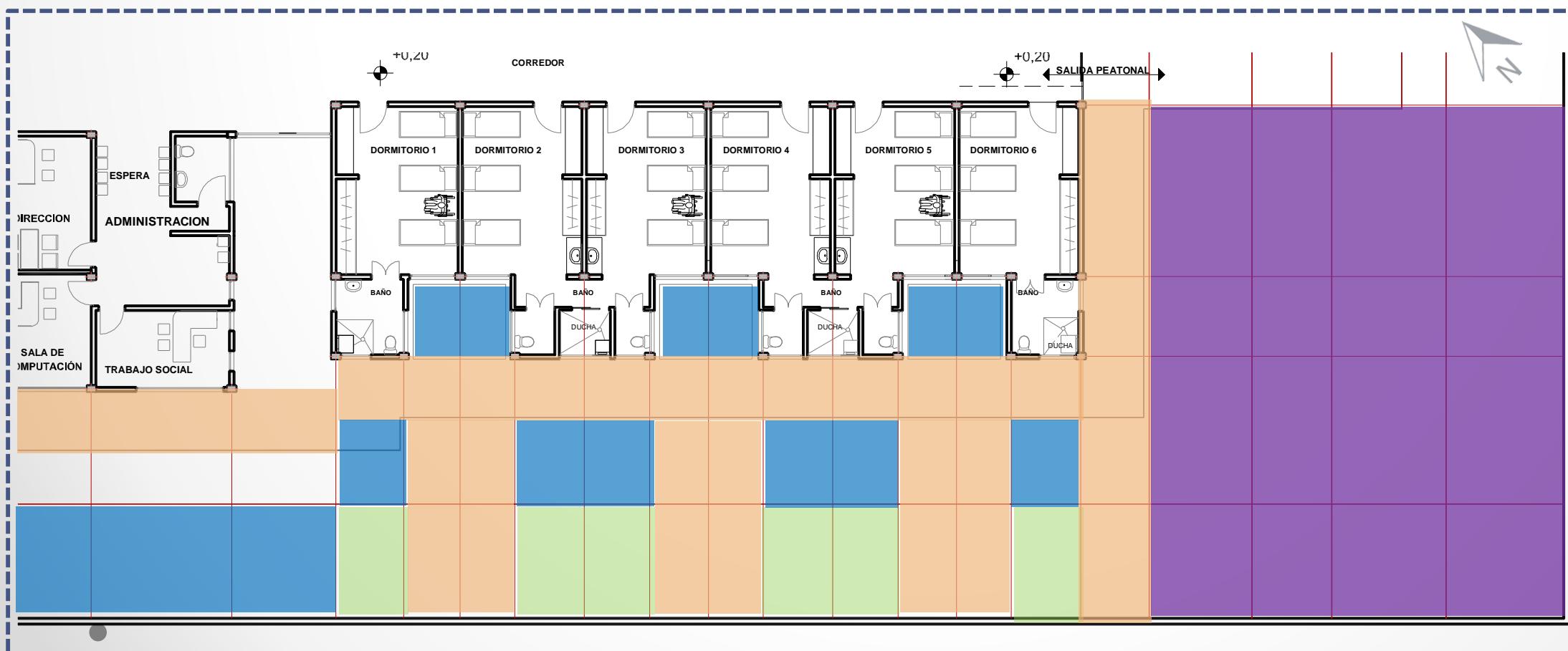
Para la elaboración de la grilla tomada como referencia para la modulación de las zonas planteadas se tomo como base a los ejes de las columnas de la edificación.

### Modulación- zonificación

- Circulación
- Jardín de contemplación
- Área de descanso
- Zona de actividad física y eventos



Referencia de ubicación espacial



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

Proceso de diseño  
Bocetos

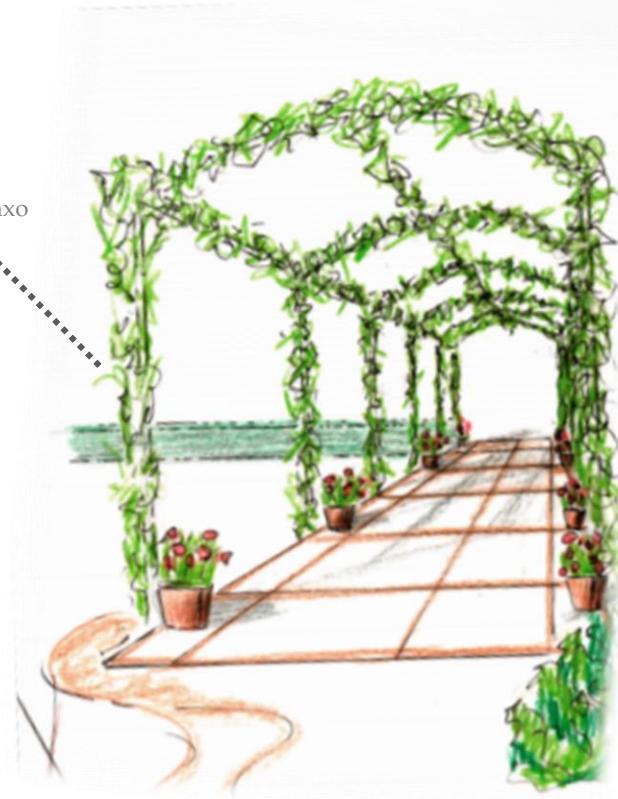
LAMINA 34/

## DISEÑO

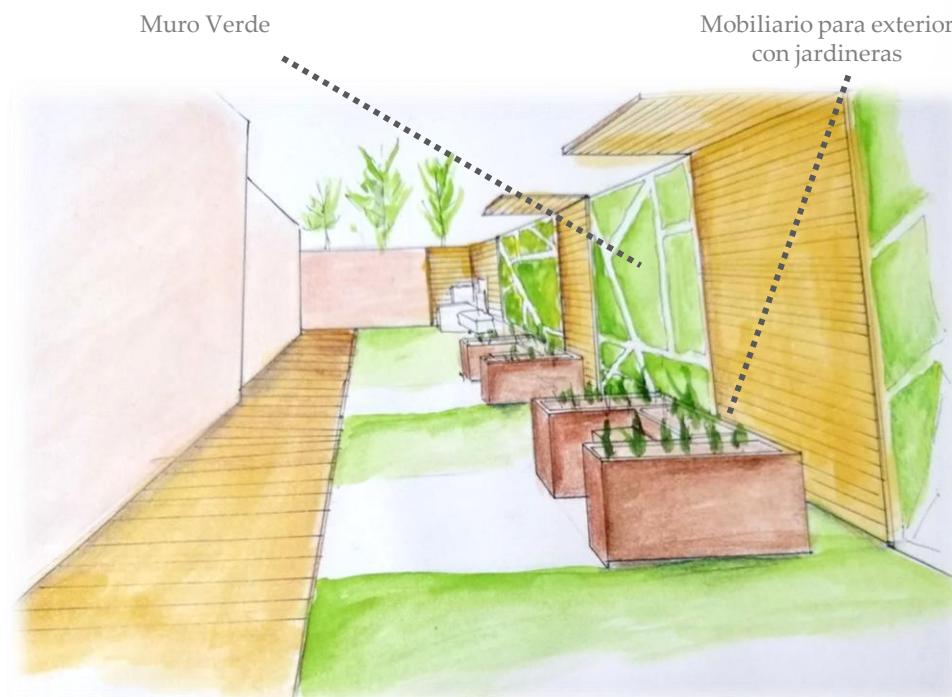
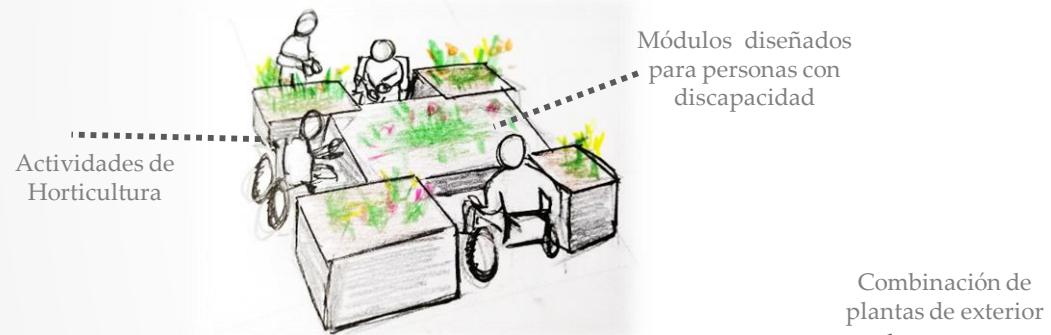
### BOCETOS



JARDÍN DE LOS SENTIDOS



ZONA DE DESCANSO



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

Proceso de diseño  
Bocetos

LAMINA 35/

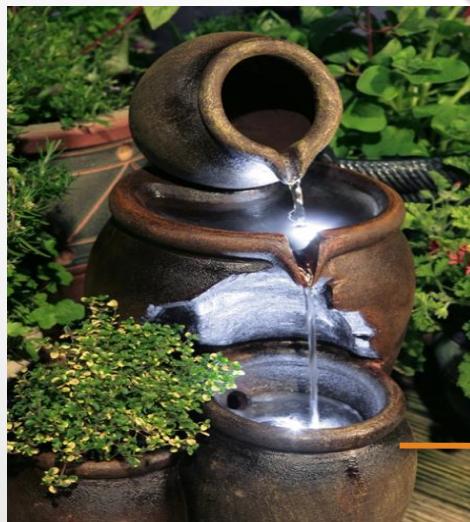


## DISEÑO

Un jardín aporta en la salud mental de las personas, ya que puede llegar a reducir sensaciones de estrés, ansiedad, demencia, depresión, también aporta al mejorar la calidad de sueño.



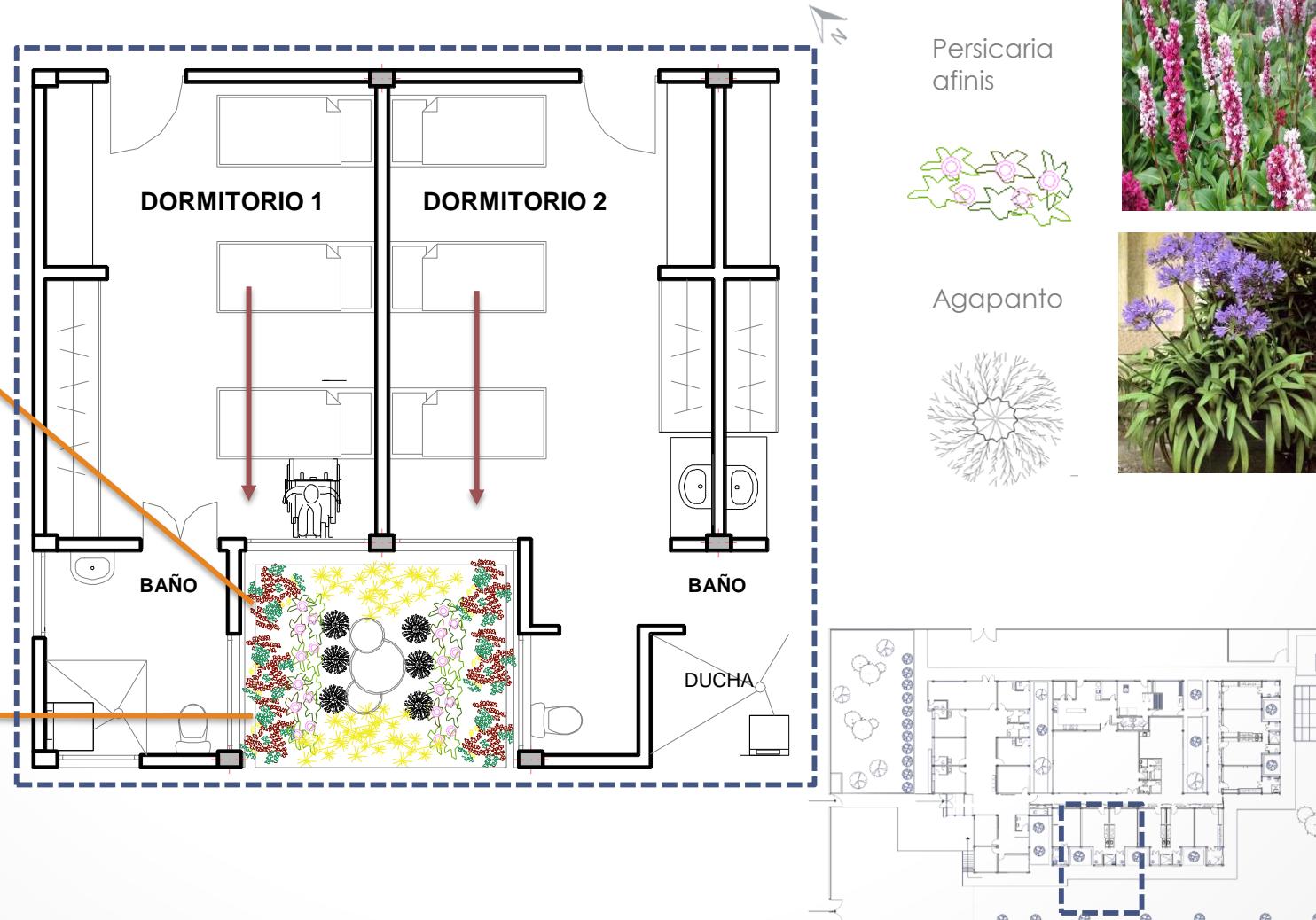
Enredadera en paredes



Fuente de agua

## Jardín de contemplación

Se propuso el diseño de un jardín de uso pasivo (Contemplativo) al aprovechar las vistas disponibles del interior del dormitorio hacia el exterior por lo que se incluye vegetación que aporte con su aroma, colores, formas y texturas. Se eligió a Persicaria afinis ya que aporta con la variación de colores en sus flores durante todo el año siendo blanco, rosa y rojo, también cestrum nocturnum, cuyas flores amarillo verdoso esparcen su perfume durante todo la noche y la planta trepadora Jazmín polyanthe que con sus hermosas flores blancas, esparcen su exquisito perfume durante todo el día, por otro lado se incluyó una pequeña fuente de agua hecha a base de jarrones ya que según varias investigaciones los sonidos naturales tienen un efecto benéfico y regenerativo sobre las células humanas y su campo energético al brindar sensaciones de quietud y relajación también tiene como propósito mejorar la calidad del sueño de los adultos mayores.

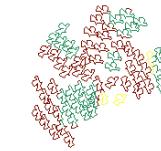


### SIMBOLOGÍA DE VEGETACIÓN

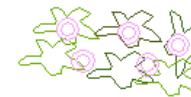
Cestrum nocturnum



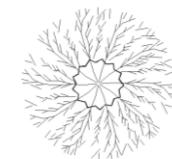
Jazmin Polyanthe



Persicaria afinis



Agapanto



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR:

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

ZONAS A IMPLEMENTAR

Estimulación de los sentidos, Huerto, actividades físicas y descanso.

LAMINA 37/

DISEÑO

Zona de descanso y contemplación

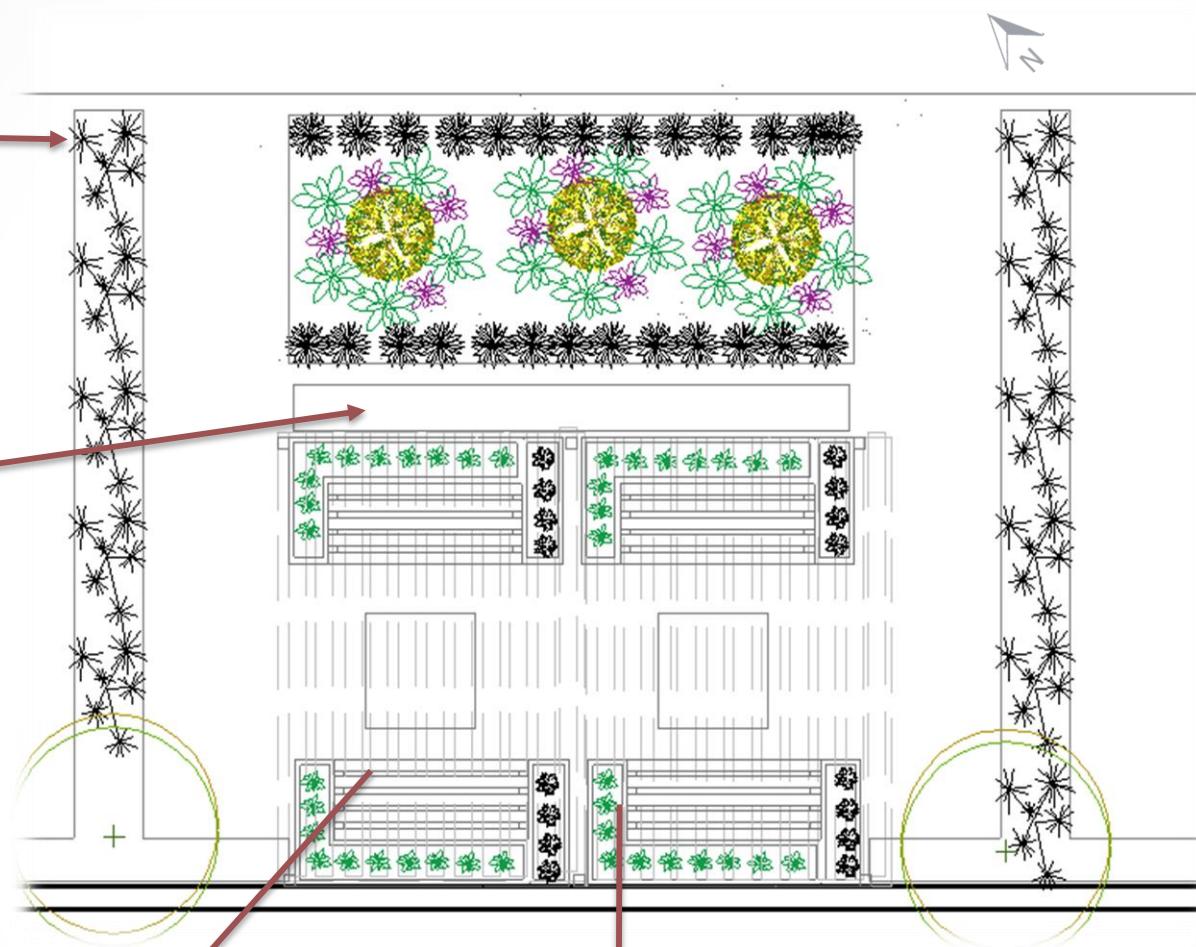
Diseño de zonas de descanso privadas, en donde los adultos mayores pueden recibir a sus visitas o recibir algún tipo de terapia personalizada.



Muro Vegetal



Jardín vertical escalada



Hortensia



Romero



Jazmín polyanthe



Ciprés limón



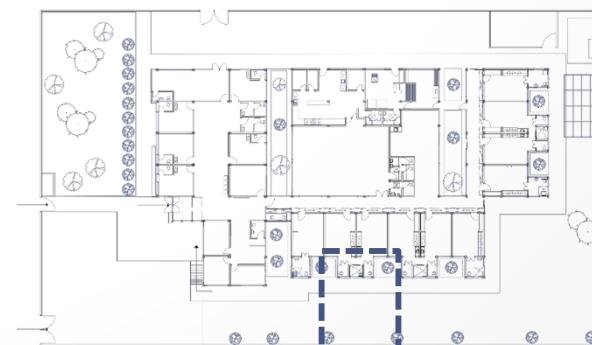
Álamo plateado



Pérgola



Sillas con maceteros



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

ZONAS A IMPLEMENTAR

Estimulación de los sentidos, Huerto, actividades físicas y descanso.

LAMINA 38/

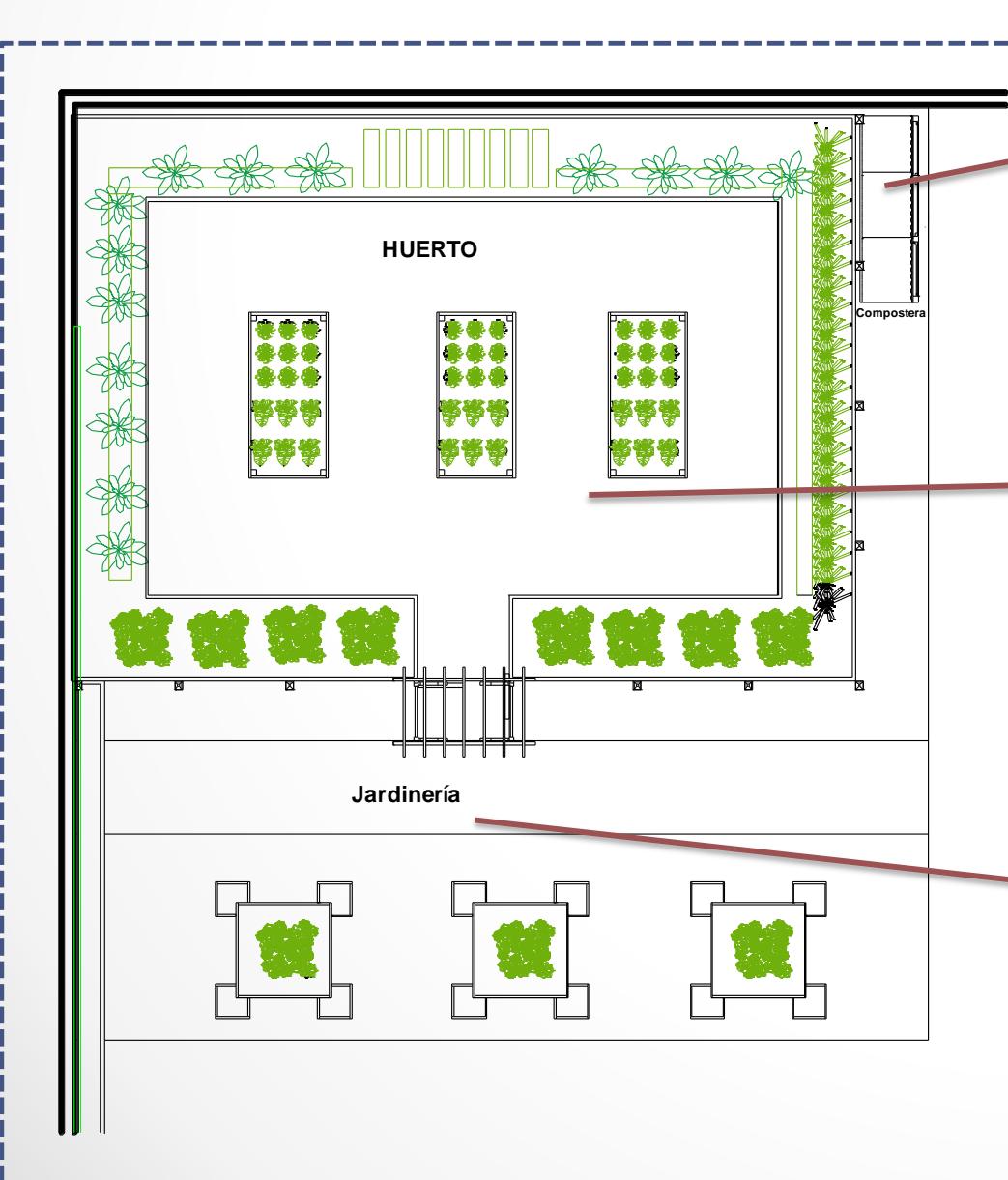
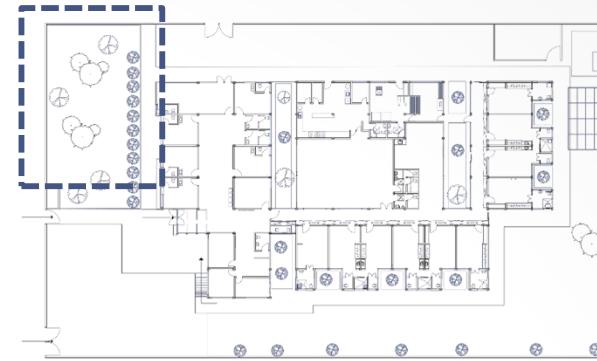
## DISEÑO

## Zona de Huerto

El uso de plantas y actividades de jardinería pueden convertirse en herramientas terapéuticas y de rehabilitación para mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

Las adaptaciones de actividades efectuadas en jardines, las técnicas de cultivo y el material vegetal se constituye en elementos que benefician en la curación mental, la recreación, la interacción social, la estimulación sensorial, la reorganización cognitiva y el entrenamiento de la función motora.

La horticultura apoya a las personas en la recuperación de la fatiga cognitiva, mejora la atención y reflexión a largo plazo. El darle mantenimiento a diferentes entornos verdes se aplica como terapia ya que se manipulan los vegetales y elementos naturales, estimulando los sentidos y la memoria, permitiendo así que se desarrolle la capacidad de concentración, creatividad, lenguaje, interacción y comunicación



Estiércol, tierra de huerto, compost... (opcional para acelerar el proceso)

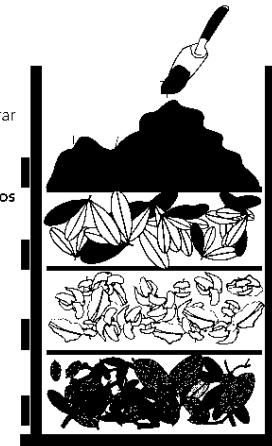
**Materiales húmedos**

Restos de poda

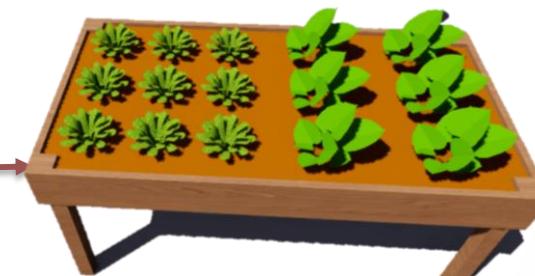
Restos de cocina

**Materiales Secos**

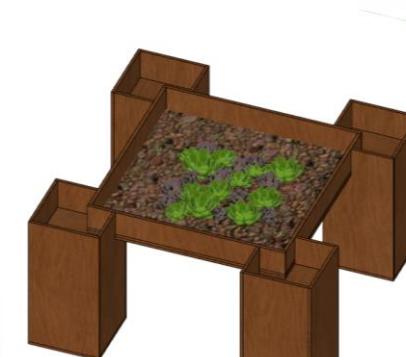
Ramas y hojas secas



Compostera



Modulo de huerto



Área de trabajo de jardinería

TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR:

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

ZONAS A IMPLEMENTAR

Estimulación de los sentidos, Huerto, actividades físicas y descanso.

LAMINA 39

## DISEÑO

## Área de estimulación táctil



Paja



Césped



Bambú



Barro



Cascara de Arroz



Granito Redondeado



Tierra

El módulo esta destinado a experimentar el sentido del tacto, los visitantes son incitados a tocar y explorar distintas texturas que presentan las hojas, las flores, los frutos y los troncos.

Otras experiencias táctiles podrán ser provistas por la incorporación de agua, césped e infinidad de materiales como la grava, las piedras y accesorios como las esculturas etc. También existen formas de añadir el sentido del tacto a la experiencia de sus jardines.



Cola de zorro



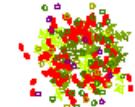
Stachys bizantina  
Silvestre



Nertera granadensis



Acalypha hispida



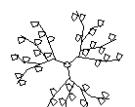
Helecho común



Lagrima de bebe



Begonia masoniana



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

ZONAS A IMPLEMENTAR

Estimulación de los sentidos, Huerto, actividades físicas y descanso.

LAMINA 42/

## DISEÑO

## Área de estimulación visual

El diseño del jardín permite que se exalte el sentido de la vista, al estar sometido a diferentes percepciones a través color, los como los contrastes producidos entre las luces y las sombras, las texturas, las formas generales de las plantas y los movimientos que en las mismas se generan. Los colores actúan sobre el estado de ánimo de las personas. Los colores cálidos como el amarillo, el naranja y el rojo se relacionan con el calor, el fuego y la sangre y tienen la propiedad de exaltar las emociones y promover la actividad, facilitando las posibilidades de recuperación y regeneración.



Estepa o Jarro



Salvia



Escabiosas atropurpurea



Moneda



Cedum



Hortencia



Crsantemo



Boquita de dragon



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

ZONAS A IMPLEMENTAR

Estimulación de los sentidos, Huerto, actividades físicas y descanso.

LAMINA 43

## DISEÑO

## Área de estimulación olfativa y gustativa

- ACTIVIDADES:
- Aromaterapia
- Actividades a través de texturas de elementos naturales
- Degustación de Frutas y aguas aromáticas
- Visualizaciones guiadas
- Actividades de reminiscencia

Las plantas segregan aceites esenciales a través de sus hojas o de sus flores proporcionando emociones profundas y asociativas. Una fragancia determinada puede evocar memorias olvidadas. Un jardín que emana aromas diversos provee una variedad infinita de sensaciones, sino que puede ser significativa para aquellas personas no videntes o que presenten alguna disminución visual

Los aromas en un jardín son elementos indispensables, ya que le agrega una atmósfera distintiva inmediatamente.

Se puede interactuar con diversos tipos de frutas, vegetales, hierbas y especies pueden incorporarse al planear un espacio destinado a la estimulación del sentido del gusto.

Al seleccionar ciertas hierbas aromáticas en el jardín puede ser aprovechado para proveer experiencias educativas como agricultura y nutrición. Además, se puede incluir actividades Preparación y degustación con el uso de estas hierbas.



Hierba buena



Manzanilla



Orégano



Cedrón



Romero



Lavanda



Menta



Jazmín  
Polyanthe



### TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

### AUTOR :

Vanessa Sánchez

### TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

### FECHA:

JULIO 2019

### ESCALA:

Sin escala

### CONTENIDO:

ZONAS A  
IMPLEMENTAR

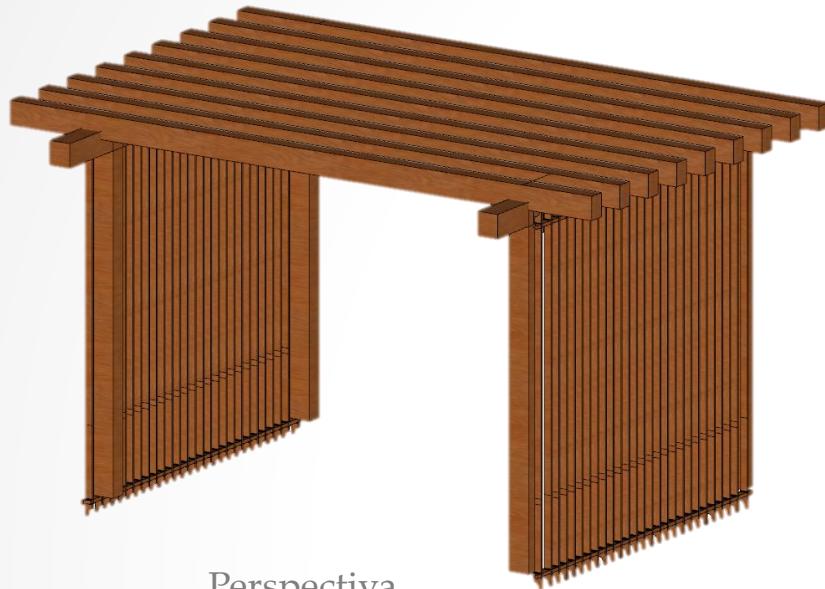
Estimulación de los  
sentidos, Huerto,  
actividades físicas y  
descanso.

LAMINA 44/

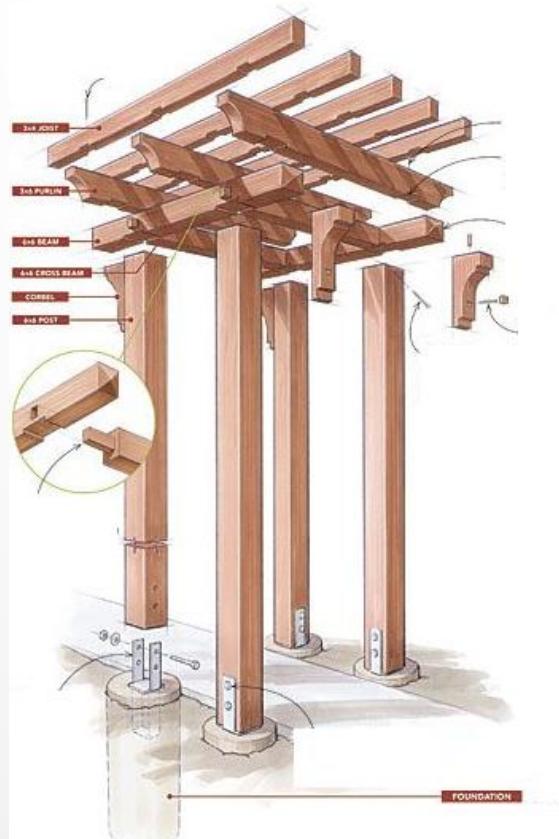
DISEÑO

DETALLES CONSTRUCTIVOS

Pérgola

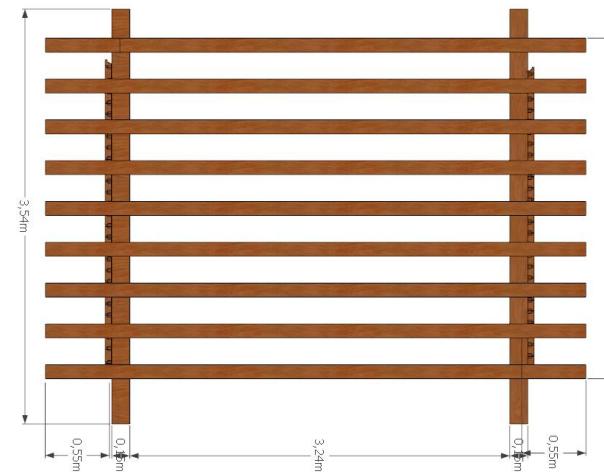


Perspectiva

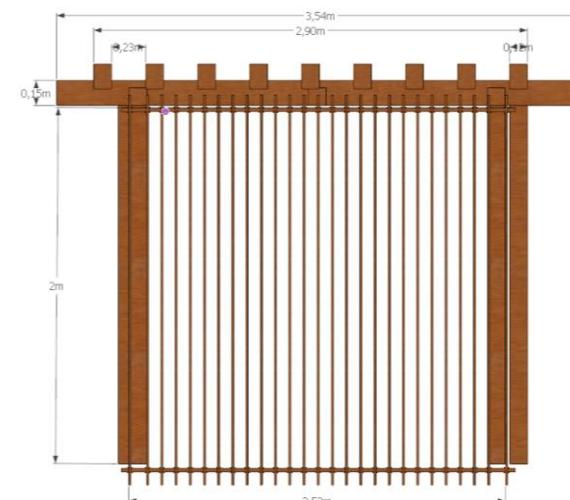


Perspectiva

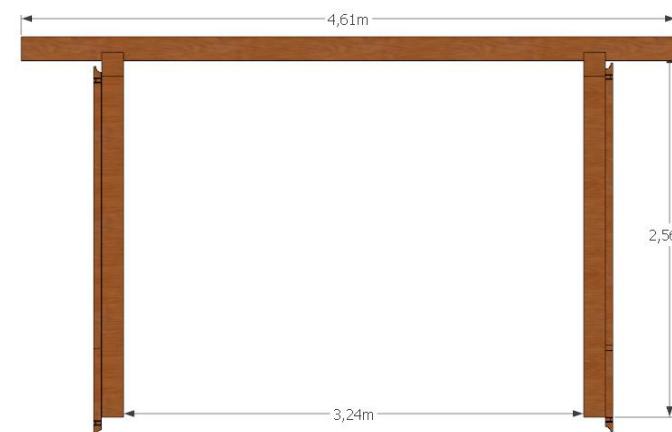
Vista Superior



Vista Frontal



Vista Lateral



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

ZONAS A  
IMPLEMENTAR

Estimulación de los  
sentidos, Huerto,  
actividades físicas y  
descanso.

LAMINA 45/

**DISEÑO**

**RENDERS**

## 1.-Jardín Sensorial



**TEMA:**

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

**AUTOR :**

Vanessa Sánchez

**TUTOR:**

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

**FECHA:**

JULIO 2019

**ESCALA:**

Sin escala

**CONTENIDO:**

RENDER

LAMINA 46/

**DISEÑO**

**RENDERS**

## 2.-Zona de Estimulación sensorial



**TEMA:**

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

**AUTOR :**

Vanessa Sánchez

**TUTOR:**

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

**FECHA:**

JULIO 2019

**ESCALA:**

Sin escala

**CONTENIDO:**

RENDER

LAMINA 47/

DISEÑO

RENDERS

## 2.-Zona de Huerto



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

RENDER

LAMINA 48/

**DISEÑO**

**RENDERS**

## 4.- Zona de Descanso



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

RENDER

LAMINA 49/

**DISEÑO**

**RENDERS**

## 5.- Circulación



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

RENDER

LAMINA 50/

DISEÑO

RENDERS

## 6.- Jardín de contemplación



TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES  
COMO RECURSO  
TERAPÉUTICO APLICADO  
EN EL CENTRO  
GERONTOLÓGICO CAIAM  
PATATE”.

AUTOR :

Vanessa Sánchez

TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

FECHA:

JULIO 2019

ESCALA:

Sin escala

CONTENIDO:

RENDER

LAMINA 51/

## DISEÑO

### Conclusiones

- Los jardines poseen potencialidades terapéuticas ya que el ser humano al interactuar en un medio natural, este obtiene beneficios en su salud, al promover la actividad física y sensorial, al encontrarse en entornos amigables y tranquilos, también se obtienen mejoras en el estado anímico, ya que el estrés y pensamientos negativos disminuyen, brindando así una sensación de bienestar.
- Se pudo determinar que las potencialidades terapéuticas de un jardín son de carácter físico, sensorial, mental-emocional. Físico ya que al estar en contacto con un ambiente natural, este promueve y motiva a las personas a realizar diferentes tipos de actividad física, pilar fundamental de una buena salud, en donde se llega a estimular los músculos y articulaciones obteniendo resistencia y también reduciendo el riesgo de padecer enfermedades degenerativas, por otro lado el estado mental y anímico de las personas puede llegar a mejorar ya que al realizar diferentes actividades colectivas se fortalecen vínculos afectivos, mejorando el autoestima, al estar en un ambiente tranquilo aporta en la reflexión y en la toma de decisiones. Finalmente al hablar de beneficios sensoriales se refiere a la estimulación de los 5 sentidos (vista, olfato, tacto, gusto y oído) ya que al interactuar en un ambiente natural se obtienen diferentes estímulos de manera directa o indirecta provenientes de las características (color, forma, tamaño, textura, aroma, sabor y sonidos.) de la vegetación y elementos naturales
- Al realizar el análisis de campo se pudo observar que diario los adultos mayores del centro gerontológico Caiam Patate realizan diferentes tipos de terapias, de estimulación, actividades físicas y de recreación con el fin de mantener un estado físico y mental adecuado. Al analizar la rutina de actividades y sus horarios se puso determinar que 5 horas diarias son destinadas a terapias y actividades de estimulación de las cuales solo el 20 % involucran al individuo con un espacio abierto y con un entorno natural (patios y jardines). Y el 90% restante de actividades se realizan dentro de las instalaciones.
- Se pudo confirmar que los adultos mayores necesitan espacios verdes que provean el descanso, rehabilitación y distracción para que puedan afrontar esta etapa de su vida de una manera agradable y saludable por lo que es posible implementar diferentes terapias alternativas aplicadas en un jardín, ya que complementan a las terapias medicas farmacológicas impartidas en los centros gerontológicos, brindando al adulto mayor un estado de bienestar emocional y físico.

### Recomendaciones

- Los espacios a implementarse deben contar con todas las condiciones de accesibilidad universal, eliminando todo tipo de barreras arquitectónicas y de comunicación para un fácil acceso, movilidad, uso y ubicación de los espacios.
- Cada espacio debe ser diseñado en base al análisis de las necesidades del usuario con el fin de evitar molestias y accidentes, tomando en consideración las actividades que se realizarán dentro de la edificación proporcionando confort y seguridad para mejorar la calidad de vida de las personas.
- A la hora de diseñar jardines terapéuticos se recomienda un trabajo multidisciplinario en el que aporten diferentes profesionales como: médicos especialistas, psicólogos, trabajadores sociales, terapeutas, arquitectos, diseñadores interioristas y paisajistas.
- Se recomienda que en el cronograma semanal de actividades de los centros gerontológicos se incluyan más terapias y actividades de estimulación, que involucren a los adultos mayores con un entorno natural con el fin de mantener un estado físico y mental adecuado.

#### TEMA:

“DISEÑO DE JARDINES COMO RECURSO TERAPÉUTICO APLICADO EN EL CENTRO GERONTOLÓGICO CAIAM PATATE”.

#### AUTOR :

Vanessa Sánchez

#### TUTOR:

Dis. Int. Mg. Pablo Cardoso

#### FECHA:

JULIO 2019

#### ESCALA:

Sin escala

#### CONTENIDO:

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### LAMINA 52