



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

Tema:

DISEÑO DE UN SISTEMA DE ESPACIOS INTERIORES DEL CENTRO GERONTOLÓGICO Y GERIÁTRICO “EL SEÑOR DE LOS REMEDIOS”, QUE CONTRIBUYA A MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES EN PÌLLARO.

Trabajo de Graduación previo a la obtención del Título de Arquitecta de Interiores.

Autora:

Srta. Victoria Gabriela Ibarra Iza

Tutor:

Arq. Yoan Rodríguez

Ambato – Ecuador

- 2014-

TEMA:

DISEÑO DE UN SISTEMA DE ESPACIOS INTERIORES DEL CENTRO GERONTOLÒGICO Y GERIÁTRICO “EL SEÑOR DE LOS REMEDIOS”, QUE CONTRIBUYA A MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES EN PÌLLARO.

APROBACIÓN DEL TUTOR

En calidad de Tutor del Trabajo de Investigación sobre el tema “DISEÑO DE UN SISTEMA DE ESPACIOS INTERIORES DEL CENTRO GERONTOLÒGICO Y GERIÁTRICO “EL SEÑOR DE LOS REMEDIOS”, QUE CONTRIBUYA A MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES EN PÌLLARO” de la Srta. Victoria Gabriela Ibarra Iza, Egresada de la carrera de Diseño de Espacios Arquitectónicos de la Facultad de Diseño, Arquitectura y Artes de la Universidad Técnica de Ambato, considero que dicho trabajo de Graduación reúne los requisitos y meritos suficientes para ser sometido a Evaluación del Tribunal de Grado, que el H. Consejo Directivo de la Facultad designe, para su correspondiente estudio y calificación.

Ambato Marzo del 2014.

.....
Arq. Yoan Rodríguez

TUTOR

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Los Miembros del Tribunal de Grado APRUEBAN el trabajo de Investigación sobre el tema “DISEÑO DE UN SISTEMA DE ESPACIOS INTERIORES DEL CENTRO GERONTOLÒGICO Y GERIÁTRICO “EL SEÑOR DE LOS REMEDIOS”, QUE CONTRIBUYA A MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES EN PÌLLARO”, presentado por la Srta. Victoria Gabriela Ibarra Iza, de conformidad con el Reglamento de Graduación para obtener el Título Terminal de Tercer Nivel de La Universidad Técnica de Ambato.

Ambato Marzo del 2014.

Para constancia firma:

.....

Presidente

.....

Miembro

.....

Miembro

AUTORÍA

Los criterios emitidos en el trabajo de investigación “DISEÑO DE UN SISTEMA DE ESPACIOS INTERIORES DEL CENTRO GERONTOLÒGICO Y GERIÁTRICO “EL SEÑOR DE LOS REMEDIOS”, QUE CONTRIBUYA A MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES EN PÌLLARO”, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones, y propuestas son de responsabilidad de la autora.

Ambato Marzo del 2014.

LA AUTORA

.....

Srta. Victoria Gabriela Ibarra Iza

C.I. 180429001-1

DERECHO DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de esta tesis o parte de ella un documento disponible para su lectura, consulta y proceso de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los Derechos en línea patrimoniales de mi tesis, 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 autor.

Ambato Marzo del 2014.

LA AUTORA

.....

Srta. Victoria Gabriela Ibarra Iza

C.I. 180429001-1

DEDICATORIA

A MIS PADRES Y HERMANA

Indudablemente, les dedico con todo mi cariño, por ser quienes estuvieron siempre presentes con su apoyo moral y económico en mi vida cotidiana y profesional.

Por ser un ejemplo de perseverancia, paciencia, y cariño por cumplir las metas. Y por estar siempre pendientes de mi preparación.

AGRADECIMIENTO

A TODOS LOS QUE ME HAN APOYADO.

Primeramente quiero agradecer al ser supremo que me ha regalado la vida, la salud y la oportunidad de prepararme moralmente y académicamente cada día. Al igual agradezco a mis padres y hermana que con su sacrificio, amor y esmero fueron mis grandes pilares de apoyos cuando los obstáculos me abrumaban. Y de la misma manera a mis amigos y docentes quienes me confiaron y compartieron sus conocimientos, en esta etapa de preparación y evaluación.

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

PORTADA	i.
APROBACIÓN DEL TUTOR	ii.
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	iii
AUTORÍA.....	iv
DERECHO DE AUTOR.....	vi
DEDICATORIA	vii
AGRADECIMIENTO	viii
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	ix
ÍNDICE DE CUADROS.....	xiv
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xv
RESUMEN EJECUTIVO	xvii

CAPÍTULO 1. EL PROBLEMA

MARCO INTRODUCTORIO	1
Planteamiento del problema.....	1
Formulación del problema	3
Árbol de problemas	3
Justificación de la problemática	4
Objetivos de la investigación.....	5
Objetivo general:.....	5
Objetivos Específicos:.....	6
Delimitación del objeto de estudio.....	6
Campo de acción de la investigación	6
Campo de operacionalización de variables.....	7
Ideas – premisas a defender	7

CAPÍTULO 2. MARCO METODOLÓGICO

MARCO METODOLÓGICO.....	14
Resultados esperados por cada etapa del desarrollo del proyecto	16
Cuadro de aplicación de métodos por etapas del proyecto.....	18
Justificación del grupo objetivo.	19
Cronograma de planificación y actividades.....	21

CAPÍTULO 3. MARCO REFERENCIAL

MARCO REFERENCIAL.....	22
------------------------	----

CAPÍTULO 4. MARCO TEÓRICO

MARCO TEÓRICO.	24
Diseño de espacios arquitectónicos	24
Psicología ambiental	26
Relaciones entre las personas y su entorno.....	27
El medio ambiente natural y construido.....	27
Calidad de vivienda para los adultos mayores	28
Las funciones de los espacios para los adultos mayores.....	29
Movilidad y acceso en el espacio para el adulto mayor.....	30
Normas de seguridad en los espacios para adultos mayores.	31
Diseño Interior (producto).	33
Investigación y análisis de las variables de diseño interior.	34
Propuesta de diseño interior.....	35
Documentación definitiva del proyecto de Diseño Interior.	36
Equipamiento y mobiliario.	37
Manipulación del espacio.....	38
Elementos de Diseño Interior.	38
Elemento del confort en Diseño Interior.....	39
Señalética en arquitectura.	40

Decoración en Diseño Interior.....	41
Técnicas y Materiales de construcción.....	42
Materiales naturales y artificiales.....	44
Acabados de construcción.....	45
Nuevas tecnologías dentro el diseño interior.....	46
Uso eficiente de energía en el Diseño Interior.	47
La Electrónica.	48
Sistema de seguridad.	49
Sonido y comunicación.	50
Conclusión de Diseño de Espacios Interiores.	51
La Gerontología.....	52
Calidad de Vida en Adulto Mayor.	52
Necesidades del adulto mayor	54
Ultima etapa de la vida.	55
Desgaste físico y mental en los adultos mayores.	57
Actividades poco vigorosas en el Adulto Mayor.	58
Disfrute de la vida en la vejez.	59
Bienestar en el adulto mayor	60
Relaciones en el adulto mayor.....	60
Bienestar física en el Adulo Mayor.	62
Bienestar psicológico en el adulto mayor.	63
Felicidad y éxito en los adultos mayores	64
El Autoestima en el adulto mayor.....	65
La educación en el adulto mayor.....	66
Autosuficiencia del adulto mayor	67
Adaptación social por parte del adulto mayor	67
Recreación en el adulto mayor	68
Conclusión sobre la calidad d vida en el Adulto Mayor.	69
Centro gerontológico y geriátrico centrado en la persona.	71
Servicios y atención al adulto mayor.....	72
Espacios para el convivir diario del adulto mayor.....	72
Autonomía del adulto mayor.	73

Bienestar subjetivo o derechos del Adulto mayor.	73
Programas de prevención para los adultos mayores.	75
Programas para psico-emocional del adulto mayor.	75
Programas para bienestar físico del adulto mayor.	76
Atención médica o geriátrica.	77
El diagnostico etiológico del adulto mayor.	78
Tratamiento para el Adulto Mayor.	78
Ejercicio y Salud en el Adulto Mayor.	79
Cuidando la salud de adulto mayor.	80
El Autocuidado del Adulto Mayor.	81
Conclusión sobre el Centro Gerontológico.	84
Conclusión del Marco Teórico.	85

CAPÍTULO 5. DIAGNÓSTICO DE LA PROBLEMÁTICA

DIAGNÓSTICO DE LA PROBLEMÁTICA.	86
Resultados obtenidos de la aplicación de herramientas.	86
Análisis del centro gerontológico el “señor de los Remedios”	95
Ubicación del centro gerontológico.	95
Estudio del Centro Gerontológico.	96
Levantamiento y análisis de las plantas existentes.	99
Análisis de movilidad desde el exterior al interior.	100
Análisis de movilidad en el interior.	102
Análisis fotográfico del centro gerontológico.	104
Análisis de otros centros gerontológicos.	111
Cuadro de necesidades a resolver.	116
Cuadro de los problemas a resolver.	117
Lista de requisitos en el centro gerontológico.	118
Conclusiones y recomendaciones.	119

CAPÍTULO 6. FUNDAMENTACIÓN DE LA PROPUESTA.

FUNDAMENTACIÓN DE LA PROPUESTA DE DISEÑO INTERIOR.....	121
Justificación de la existencia del producto.....	121
Problema de Diseño	121
Objetivos específicos	122
Proyecto conceptual.	122
Justificación de la existencia del producto.....	124
Propuesta del Diseño Interior del centro Gerontológico.....	124
Validación de la propuesta.....	125
Conclusiones y Recomendaciones:.....	126

CAPÍTULO 7. ANEXOS

ANEXOS	127
ANEXO 1.....	127
Formato de la encuesta a los usuarios del centro gerontológico.....	127
Formato de la encuesta a los usuarios del centro geriátrico.....	128
Formato de la Entrevista a los Encargados del centro gerontológico.	129
ANEXO 2.....	129
Resultado de los cuadros de validación de requisitos.....	129
Cuadros de programación.	129
ANEXO 3.....	130
Imágenes del trabajo investigativo.....	130

CAPÍTULO 8. BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA	131
Fuentes bibliográficas.....	131
Fuentes electrónicas.	133

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro 1. Árbol de problemas	3
Cuadro 2. Organización de variables – Diseño Interior.....	7
Cuadro 3. Organización de variables – Gerontológico y Geriatrico.....	9
Cuadro 4. Organización de variables – Calidad de Vida.	11
Cuadro 5. Cuadro de aplicación de metodos por etapas	18
Cuadro 6. Cronograma de planificación	21
Cuadro 7. Cuadro de Indicadores de Calidad de vida	56
Cuadro 8. Encuesta A1.....	86
Cuadro 9. Encuesta A2.....	86
Cuadro 10. Encuesta A3.....	87
Cuadro 11. Encuesta A4.....	87
Cuadro 12. Encuesta A5.....	88
Cuadro 13. Encuesta A6.....	88
Cuadro 14. Encuesta B1.....	90
Cuadro 15. Encuesta B2.....	90
Cuadro 16. Encuesta B3.....	90
Cuadro 17. Encuesta B4.....	91
Cuadro 18. Encuesta B5.....	91
Cuadro 19. Encuesta B6.....	91
Tabla 20. Cuadro Necesidades del centro	116
Tabla 21. Cuadro de problemas del centro	119
Tabla 22. Cuadro de requisitos	120
Tabla 23. Cuadro de validación de requisitos	127

ÍNDICE DE IMÁGENES

Imágen 1. Adultos mayores del Centro Gerontológico.....	19
Imágen 2. Adultos mayores del Centro Geriátrico.	20
Imágen 3. Diseño Interior; la montaña.	25
Imágen 4. Diseño Interior – naturaleza.	25
Imágen 5. Hostería Andaluza.	28
Imágen 6. Spa.....	33
Imágen 7. Movimientos de cuerpo	37
Imágen 8. Equilibrio	38
Imágen 9. Señaletica.	41
Imágen 10. Decoración.	42
Imágen 11. Diseño Interior; materiales naturales y artificiales.	44
Imágen 12. Materiales de construcción.....	45
Imágen 13. Acabados decorativos.	46
Imágen 14. Todos pueden jugar.	59
Imágen 15. Bienestar físico	62
Imágen 16. Bienestar Psicológico	63
Imágen 17. Bienestar Psicológico - derechos.	64
Imágen 18. Alto autoestima.	65
Imágen 19. Alto autoestima – diversión.	69
Imágen 20. Tiempo de ocio.....	71
Imágen 21. Ejercicio y salud.....	79
Imágen 22. Ubicación del centro gerontológico.	95
Imágen 23. Implantación general.....	97
Imágen 24. Plano del centro gerontológico.	99
Imágen 25. Ingreso principal.	100
Imágen 26. Acceso 1	100
Imágen 27. Acceso 2.....	101
Imágen 28. Rampa de ingreso.....	101
Imágen 29. Pasillo 1.....	102
Imágen 30. Pasillo 2.....	102

Imágen 31. Jardín interno.....	103
Imágen 32. Gradas y Rampas	103
Imágen 33. Sala de espera.....	104
Imágen 34. Sala de visita y trabajo	104
Imágen 35. Oficina.....	105
Imágen 36. Médico.	105
Imágen 37. Enfermería.....	105
Imágen 38. Dormitorio femenino.....	106
Imágen 39. Dormitorio masculino	106
Imágen 40. Dormitorio masculino 2	107
Imágen 41. Baños.....	107
Imágen 42. Comedor	108
Imágen 43. Sala de uso múltiple	108
Imágen 44. Cocina	109
Imágen 46. Patio	110
Imágen 47. Centro Gerontológico Patate	111
Imágen 48. Dormitorios y baños	112
Imágen 49. Hall.....	112
Imágen 51. Cuarto de rehabilitación	113
Imágen 53. Ex Centro Gerontológico	114
Imágen 55. Vivienda de la familia Junta.....	115
Imágen 60. Elementos de la naturaleza.....	123
Imágen 61. Artesanías.....	123
Imágen 62. Arquitectura artesanal	123
Imágen 63. Religión.....	123
Imágen 64. Agricultura	123
Imágen 65. Artesanía	123
Imágen 66. Imágenes del trabajo de investigación	130

RESUMEN EJECUTIVO

Disfrutar de la calidad de vida es el derecho de todos, más aun cuando el hombre llega a la vejez, donde necesita de manera involuntaria de cuidados y paciencia de otras personas. Encontrar un lugar adecuado para los adultos mayores es todo un reto, en donde puedan disfrutar y asimilar de manera positiva los cambios de la naturaleza.

La necesidad de los adultos mayores y de la propia instituciones de mejorar y agilizar sus actividades, a impulsado a que estos centros gerontológicos busquen mejorar sus servicios. Con el objetivo de mejorar la estadía, salud física, salud mental, socialización, independencia y adaptación de los adultos mayores en un lugar desconocido.

El progreso del hombre ha permitido generar nuevas técnicas para mejorar la estancia en la vejez. Un centro gerontológico convertido en una vivienda para amigos contemporáneos, mediante la investigación e intervención del Diseño de Interiores basado en sus costumbres y en consideración a la arquitectura. Por ello el presente proyecto busca ser esa estrategia, para que el centro gerontológico de Píllaro pueda mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

CAPÍTULO I

TÍTULO

DISEÑO DE UN SISTEMA DE ESPACIOS INTERIORES DEL CENTRO GERONTOLÓGICO Y GERIÁTRICO “EL SEÑOR DE LOS REMEDIOS”, QUE CONTRIBUYA A MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES EN PÍLLARO.

MARCO INTRODUCTORIO

Planteamiento del problema

En el Ecuador a pesar del desarrollo personal y social del hombre, existen procesos irreversibles como la pérdida de la calidad de vida en especial en la última etapa de la vida, debido al deterioro físico y mental del adulto mayor. Factores que argumentan la aparición de centros gerontológicos orientados al cuidado de la vejez, en el que el usuario pueda disfrutar una calidad de vida en opciones de: vivienda, relaciones, educación, diversión, salud, bienestar, derechos, satisfacción, relación con el entorno etc., sobre todo con dignidad y respeto.

A medida que la población ecuatoriana envejece, es más evidente que no todos los ancianos son iguales debido al medio ambiental, la nutrición, estilo de vida, genética, enfermedad, carácter, costumbres, etc., pero comparten una etapa de fragilidad en la que precisan de la ayuda de terceros para su cuidado personal, debido al deterioro de su cuerpo que les induce al aislamiento, limitaciones propias, sensaciones de soledad, depresión, etc. Y por otro lado la necesidad de encontrar amigos contemporáneos que empañen el abandono familiar y social en la vejez.

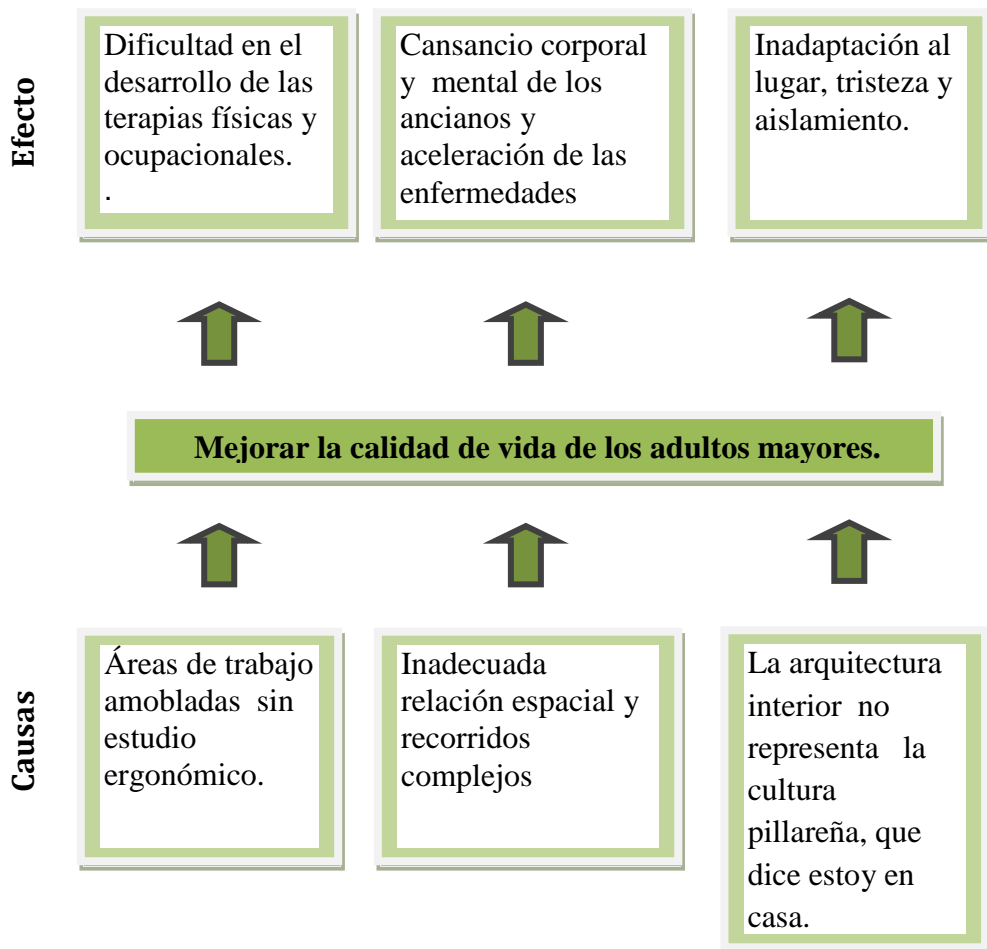
En Tungurahua existen centros gerontológicos dirigidos al cuidado del adulto mayor que sobrepasen los 65 años. Centros dedicados a conservar la vida del anciano, mediante tratamientos médicos, terapias y actividades recreativas, orientados a crear hábitos positivos que ofrezca comodidad en la vejez. La preocupación de las instituciones en alivianar las necesidades del anciano y mejorar la calidad de vida, ha impulsado a que los centros gerontológicos mejoren su infraestructura y la organización de los espacios interiores, mediante el Diseño, con el fin de ir mejorando las reacciones del adulto mayor ante las diferentes situaciones de la vejez. Además de colaborar en el desarrollo familiar y social de una nación.

En el cantón Píllaro se encuentra ubicado el centro Gerontológico y Geriátrico “El Señor de los Remedios”, orientado al cuidado y atención de la vejez de la gente pillareña, en especial de aquellos que se encuentran solos, abandonados y de escasos recursos económicos. Esta institución busca mejorar la calidad de vida del adulto mayor, mediante la atención médica, rehabilitación, actividades de ocio y el respeto en sus derechos. En un lugar cómodo y adecuado en (dimensión, estética, confort y funcionalidad) según las actividades de cada espacio, fomentando la calidad de vida en su vejez, en la que puedan disfrutar de la mejor salud posible. Para lo cual se ha determinado el diseño de un sistema del espacio interior del centro “El Señor de los Remedios”, y junto al plan de trabajo Social de la institución se pretende el éxito de una mejor calidad de vida para los adultos mayores.

Formulación del problema

¿Cómo mejorar la calidad de vida de los adultos mayores por medio del Diseño de un Sistema de Espacio Interior para el Centro Gerontológico y Geriátrico “El Señor de los Remedios” de Píllaro?

Árbol de problemas



Cuadro 1. Relación: Causa y Efecto (árbol de Problemas)

Elaborado por: Victoria Ibarra.

Justificación de la problemática

En un primer momento entre los años 60, la expresión Calidad de Vida aparece en los debates públicos en torno al medio ambiente y al deterioro de las condiciones de vida urbana, en el creciente interés por conocer el bienestar humano y la preocupación por las consecuencias de la industrialización de la sociedad, en esas épocas surgió el objetivo primordial de crear servicios para las personas con discapacidad sin cuestionar cual era la calidad de estos servicios, mientras que en la actualidad esos servicios para justificar su existencia deben demostrar suficiente calidad.

Ya que el Ciclo de la vida del hombre desde sus inicios tiene tres etapas nacer, crecer y morir. En la antigüedad la vejez “las canas” eran símbolo de respeto, por lo que los pueblos capitalizada la experiencia de los ancianos como consejeros para dirigir su gobierno, mientras que hoy en día son olvidados por su gente. Al igual que en la antigüedad la última fase de la vida, que viene a ser la más difícil “el envejecimiento” es un camino de experimentos; en cambios físicos, psicológicos, culturales, sociales, etc. En la que surgen necesidades que sobre pasan los límites de sus fuerzas, por lo que son obligados a pedir ayuda y cuidados especiales por parte de terceras personas para vivir la vejez de la mejor manera posible.

Una población homogénea “mayor de 65 años, radicalmente diferentes unas de otras, aunque tengan una edad similar existe: anciano sano, enfermo, frágil, dependiente, etc. Que necesitan de un lugar ordenado, confortable para el relajamiento de su cuerpo cansado, en el que se puedan desenvolver fácilmente en sus terapias físicas u ocupacionales además de gozar de independencia en lo más posible, deteniendo el desarrollo de sus enfermedades.

El Centro “El Señor de los Remedios” requiere de un estudio de Diseño Interior, apoyado en ergonómico, función y belleza (aplicado en equipamiento, circulación, áreas de recreación, descanso y rehabilitación), según sus actividades, gustos, costumbres, necesidades, etc., de todos. Para crear un espacio atractivo y confortable, que contribuya positivamente en el desarrollo de las actividades, evitando el cansancio, trabajos incompletos y empeoramiento de su salud. Píllaro ofrece el servicio de gerontología y geriatría a los adultos mayores que se encuentran sin un hogar o de escasos recursos económicos, fomentando en ellos la salud y ayudándoles a comprender que la vida continúa, por lo que necesitan estar dispuestos a cambios y aprender nuevos pasatiempos.

Mediante la propuesta de Diseño Interior del Centro el “Señor de los Remedios” basado en una conceptualización que cumpla: las bases de diseño, relación espacial, distribución, circulaciones, aplicación de ergonomía y antropometría, psicología del color, materiales, iluminación, paisajismo, etc. De esta manera el espacio ofrecerá mayor comodidad en las diversas actividades (del trabajo, salud y descanso) de la vida diaria del adulto mayor, motivándolos a que vuelva a ser productivos y felices con lo que hacen, con lo que tienen y sobre todo con lo que son, mejorando su calidad de vida y las ganas de seguir viviendo en su nueva casa.

Objetivos de la investigación

Objetivo general:

Diseñar un sistema de espacio interior del Centro “El Señor de los Remedios” en Píllaro que contribuya a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, mediante un concepto de Diseño.

Objetivos Específicos:

- Investigar las implicaciones del concepto calidad de vida en el contexto de los adultos mayores, para determinar el más adecuado a usarse en la propuesta, mediante una compilación bibliográfica.
- Diagnosticar los problemas del centro gerontológico y geriátrico de Píllaro, para identificar los que puedan tener solución desde el diseño interior, mediante la observación y entrevista.
- Elaborar propuestas de Diseño para los adultos mayores, basado en la cultura pillareña y sus historias de vida, que contribuyan a mejorar la calidad de vida, mediante la metodología de diseño.
- Validar la propuesta de diseño interior del Centro “El Señor de los Remedios”, mediante el criterio de experto.

Delimitación del objeto de estudio

- Ciencia: Salud
- Disciplina: Medicina
- Especialidad: Gerontología
- Necesidad: Contribuir a mejorar la calidad de vida del adulto mayor.

Campo de acción de la investigación

- Arquitectura
- Diseño de espacios interiores
- Entorno

Campo de operacionalización de variables

DISEÑO DE UN SISTEMA DE ESPACIOS INTERIORES DEL CENTRO GERONTOLÓGICO Y GERIÁTRICO “EL SEÑOR DE LOS REMEDIOS”, QUE CONTRIBUYA A MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES EN PÍLLARO.

Categorías	Concepto	Variable	Concepto	Indicador	Elementos del indicador
DISEÑO DE UN SISTEMA DE ESPACIO INTERIOR	El diseño interior indaga en aspectos de la psicología ambiental, la arquitectura, y del diseño de producto, además de la decoración tradicional.	Psicología ambiental	Es la disciplina que se ocupa de analizar las relaciones que se establecen entre las personas y sus entornos. Y se ubica dentro las ciencias Sociales y las disciplinas que estudian el medio ambiente, ya sea natural o construido	Analiza las relaciones entre las personas y sus entornos	Costumbres
				Medioambiente natural y construido.	
		Producto: Proyecto de Diseño Interior	Investigar y analizar la disposición y descripción detallada del producto, para Elaborar los documentos del anteproyecto y proyecto: los planos ilustraciones, diseño de iluminación, y las disposiciones de los muebles y los materiales.	Investigar y analizar las variables de diseño Interior.	Investigación de: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tipo de Arquitectura ▪ Usuario. ▪ Entorno. ▪ Sociales. ▪ Económicas.
				Propuesta de Diseño Interior.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Parámetros del diseño ▪ Investigación sobre el proyecto. ▪ Planta en estado actual. ▪ Organigrama ▪ Zonificaciones ▪ Cuadro de áreas. ▪ Propuesta de diseño: Plantas, Elevaciones ▪ Cortes generales ▪ Perspectivas. ▪ Aprobación del proyecto.
		Documentación definitiva del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Planos finales: en plantas, cortes, fachadas. ▪ Planos de instalaciones ▪ Detalles constructivos ▪ Cuadro de materiales ▪ Presupuesto ▪ Planos a colores y mobiliario. ▪ Anexos tridimensionales ▪ Presentación y defensa del proyecto. 		

				Muebles y equipamiento	Muebles para: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Descanso ▪ Trabajo ▪ Comedor ▪ Dormitorios etc.
		Decoración	Es el arte de embellecer y ordenar los objetos en un espacio determinado de un estilo o época.	Embellecer	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mediante un estilo o concepto
El diseño interior es una práctica creativa, con la manipulación del volumen espacial, el tratamiento superficial, que brinde confort, bienestar, estadia.	Manipulación del espacio.		Utilizando los elemento de diseño permite a las personas, convivir, preservarlo, y transformarlo en función de sus necesidades,	Elementos de diseño	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Proporción y escala ▪ Equilibrio ▪ Ritmo ▪ El contraste ▪ La armonía
		Confort en arquitectura interior.	Es la sensación de completo bienestar físico y mental, nosotros tenemos un ritmo que rige el funcionamiento del cuerpo humano.	Elementos del confort	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dimensiones ▪ Funcionalidad ▪ Color ▪ Luminosidad ▪ Equipamiento ▪ Seguridad, ▪ confort térmico ▪ Confort del aire. ▪ etc.
			Confort en la orientación en el espacio arquitectónico mediante la señalética.	Señalética	Sistema de señales. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Orientar ▪ Señalar ▪ Señalizar
Crear un ambiente de gran impacto visual, desarrollar un interés particular por los materiales, acabados, texturas, colores, detalles técnicos y estéticos, sin olvidar la importancia de las nuevas tecnologías	Materiales de construcción	Materiales naturales o artificiales en la aplicación de paredes, pisos, techo y equipamiento, mediante las diversas técnicas de construcción.	Materiales naturales y artificiales	Revestimientos rígidos: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Madera, granito, losas, Hormigón, etc. Materiales flexibles: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Linóleo, Corcho, Vinilo, Caucho, etc. 	
			Técnicas de construcción	<ul style="list-style-type: none"> ▪ En base a la accesibilidad, el costo, la durabilidad y la apariencia. 	
	Acabados de construcción	Una gran variedad de textura y acabados visual o táctil con características de recubrimiento o protección,	Recubrimiento	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pinturas acrílicas ▪ Esmaltes con texturas ▪ levaduras ▪ técnicas aditivas y substractivas ▪ otros 	
	Nuevas tecnologías dentro el Diseño Interior.	Características sensibles del espacio a diseñar: uso eficiente de la energía, tecnología y el respeto al medio ambiente.	Uso eficiente de la energía.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ transparencia, ▪ reflejo ▪ efectos de la iluminación artificial, 	
			Electrónica	<ul style="list-style-type: none"> ▪ tecnología ▪ medios digitales 	
			Sistema de seguridad	<ul style="list-style-type: none"> ▪ sonido ▪ seguridad. 	

Cuadro 2. Operaciones de Variables - Diseño Interior
Elaborado por: Victoria Ibarra.

Categorías	Concepto	Variable	Concepto	Indicador	Elementos del indicador
CENTRO GERONTO-LÓGICO Y GERIÁTRICO	Es un centro de cuidado diario, pensado para que los adultos/as mayores que encuentren un espacio adecuado donde se promueva su autonomía e interactúen con su mismo grupo etario en condiciones de bienestar, buenas relaciones, todo esto gracias a los servicios de atención y programas de prevención especializada.	Servicio o atención al adulto mayor	Es una institución que ofrece un espacio adecuado para el convivir diario de los adultos mayores.	Convivir diario de los adultos mayores	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Comer ▪ Dormir ▪ Descansar ▪ Bañarse ▪ Arreglarse ▪ Etc.,
		Autonomía del adulto mayor	Independencia posible de las personas mayores en situación de fragilidad o en su proceso de atención para así mejorar su calidad de vida y su bienestar subjetivo .	Bienestar subjetivo	<p>Manera de pensar y sentir y no al objeto en sí mismo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Dignidad ▪ Competencia ▪ Autonomía ▪ Participación ▪ Integralidad ▪ Etc.,
		Programas de prevención para adultos mayores	Programas para el bienestar psico-emocional y bienestar físico del adulto mayor.	Programas para el bienestar psico-emocional	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Programa de relajación y meditación ▪ Programas de arte y culturales: teatro, danza, música, etc. ▪ Programa de huertos ▪ Programa de terapia ocupacional
	Centro Geriátrico, que no es un asilo, sino una Institución especializada en brindar cuidados especiales, servicios de enfermería y atención médico-geriátrica que requieren la salud de los adultos mayores dependientes debido a las enfermedades o complicaciones que padecen.	Atención medico - geriátrica	La evaluación sistemática del problema y el diagnóstico etiológico , permitirá evaluar la magnitud de la enfermedad y de la disfunción, con el fin de seleccionar racionalmente el tratamiento, Autocuidado y las necesidades para la salud.	Programas para el bienestar físico.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Servicio de rehabilitación ▪ Programa de Fisioterapia ▪ Ejercicio y salud ▪ Programa de Nutrición y Estética ▪ Servicio de Podología
				Diagnostico etiológico	<p>Estudio de las causas de las enfermedades, variables a evaluar :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Estado psicológico y mental. ▪ Estado nutricional ▪ Algias y Artralgias ▪ Trofismo ▪ Fuerza muscular ▪ Reflejos ▪ etc.,
		Tratamiento y Autocuidado	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lo que cada persona hace por sí misma. alternativas de Autocuidado : Piel, ojos, oídos, etc., 		

Cuadro 3. Operaciones de Variables - Centro Gerontológico y Geriátrico.
Elaborado por: Victoria Ibarra.

Categorías	Concepto	Variable	Concepto	Indicador	Elementos del indicador	
CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES	“El término calidad de vida” en la vejez se define como bienestar, salud, y felicidad”.	Necesidades de la Vejez o del adulto mayor	El adulto mayor pasa por una última etapa de la vida, en la que los proyectos de vida ya se han consumado, siendo posible poder disfrutar de lo que queda de vida con mayor tranquilidad.	Última etapa de la vida	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Vejez a la muerte ▪ sabiduría, ▪ privilegios ▪ menopausia y el retiro del trabajo. 	
				Disfrutar la vida en la vejez	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Disfrute de la afectividad. ▪ Respeto de los derechos. ▪ Felicidad. ▪ Acceso al trabajo, la salud y la recreación. ▪ Otros. 	
				Desgaste físico y mental en adultos mayores	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Las funciones mecánicas del cuerpo dejan de funcionar con eficiencia. ▪ Los cambios en habilidades intelectuales varían de acuerdo con la capacidad cognitiva. 	
					Actividades poco vigorosas en el adulto mayor	fuerzas y actividades leves <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ejercicios aeróbicos ▪ manualidades ▪ pintar
		Bienestar en el adulto mayor	Es la satisfacción con la vida, el estado de ánimo, buenas relaciones, la percepción de felicidad.	Buenas relaciones en adultos mayores	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Buenas relaciones familiares ▪ buenas relaciones sociales 	
		Salud en los adultos mayores	La salud no es solo ausencia de enfermedad, si también bienestar físico, psicológico y social, y el nivel de independencia	Salud física en adultos mayores	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Funcionamiento eficiente del cuerpo. ▪ Resistencia a enfermedades. 	
				Salud psicológica en adultos mayores	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Vive satisfecho de sí mismo. ▪ Se siente bien con los demás. ▪ Puede hacer frente a las exigencias de la vida. 	
Felicidad y éxito para los adultos mayores	La manera de amarnos (tener una elevada autoestima), de desarrollar relaciones satisfactorias, actividades.	Autoestima en el adulto mayor	Se caracteriza por: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Su madurez, ▪ tolerancia a las diferencias ▪ Y aprobación de sí mismo. 			

	Que los mayores logren niveles aceptables de bienestar físico, psicológico, y social, mediante la salud, alimentación, calidad de vivienda , etc.,	Calidad de vivienda para los adultos mayores	Área donde se integran en un espacio único las funciones de los espacios habitables como son: estar, cocina dormitorio, comedor; y servicio sanitario.	Las funciones de los espacios para los adultos mayores	Permite realizar todas las actividades de la vida con: <ul style="list-style-type: none"> ▪ seguridad, ▪ bienestar, ▪ confort ▪ y autonomía Debiendo ser identificada como una necesidad de todos.
			Conseguir que sus vidas estén libres de obstáculos a la movilidad y al acceso . Y además de ser un lugar seguro.	Movilidad y acceso del adulto mayor	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ergonomía ▪ Antropometría ▪ Normas INEN
				Normas de Seguridad los espacios para los adulto mayor	Normas sobre Accesibilidad al Medio Físico: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Anchura ▪ Alcances ▪ Materiales. ▪ Etc.
Indicadores de calidad de vida incluyen no solo elementos de riqueza y empleo sino también de ambiente físico y arquitectónico, salud física y mental, educación, recreación y pertenencia o cohesión social.	Educación para los adultos mayores.	Es para conservar su autosuficiencia, la adaptación social , forma de mantener el vínculo con el desarrollo social actual.	Autosuficiencia del adulto mayor.	Adaptación social por parte del adulto mayor.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Derecho a la información. ▪ alfabetización ▪ Derecho a la tecnología. ▪ Y que se sienta parte de la sociedad mediante el auto valoración.
	Recreación en los adultos mayores	Es un proceso de acción participativa y dinámica que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute y creaciones.	Acción participativa y dinámica de los adultos mayores		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Recreación artística y cultural ▪ Recreación deportiva ▪ Recreación pedagógica ▪ Recreación ambiental ▪ Recreación terapéutica.

Cuadro 4. Operaciones de Variables - Validad de Vida

Elaborado por: Victoria Ibarra.

Bibliografía

- Schalock Robert y Verdugo Miguel Ángel. 2003. *Calidad de vida, manual para Profesionales de la Educación Sociales*, alianza editorial, S. A., Madrid – pág. 164, pág. 172- 174, pág. 168.
- Martínez Argüello Pilar del Carmen, Diciembre, 2005. *Instituto Nicaragüense de Seguridad Social, Manual de Auto cuidado del Adulto Mayor*.
- Mostaedi Arian, SF, *Arquitectura de interiores*, Instituto Monsa de Ediciones, Barcelona – España, pág.1.
- Amos Rapoport, S/f, *aspectos humanos de la forma Urbana, Arquitectura / Perspectiva*, editado GG., pág.15.
- <http://www.arqhys.com/construccion/arquitectura.htm> 23-10-1012
- http://www.ecuadorlibre.com/index.php?option=com_content&view=article&id=877:rl-no-215-centros-gerontologicos-la-dificultad-de-su-creacion&catid=5:resena-legislativa&Itemid=15.
- <http://www.basalte.com.es/interiorismo-tecnologico-avances-en-el-diseno-de-interiores/>. S/F.
- <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaDim.html>
- <http://adultomejor.blogspot.com/2005/12/recreacion-en-el-adulto-mayor.html>.
- Rodríguez Domínguez Sandalio. s/f. “*LA VEJEZ: HISTORIA Y ACTUALIDAD*”, Ediciones Universidad Salamanca - pág.55-56.
- Ruiz M. A., Pardo. A., 2005. *Calidad de vida relacionada con la salud: definición y utilización en la práctica médica*, Universidad Autónoma de Madrid, pág.33.
- Díaz Lionel Vidal. 2000. *Autoestima y Motivación, Valores para el desarrollo personal*, Santafé de Bogotá, Cooperativa editorial Manguitero - pág.12-14.
- Pilar del Carmen Martínez Argüello, Instituto Nicaragüense de Seguridad Social, Manual de Auto cuidado del Adulto Mayor.
- Teresa Martínez Rodríguez, la atención gerontológica centrada en la persona, servicio central de publicaciones de Gobierno Vasco, vitoria-Gasteiz,
- <http://adultomejor.blogspot.com/recreacion-en-el-adulto-mayor.html>
- Ruiz, A. Pardo, Calidad de vida relacionada con la salud. *Universidad Autónoma de Madrid*.
- <Http://www.ecuadorlibre.com/centros-gerontologicos>.
- Luis María Gonzalo Sanz, *Manual de Gerontología*, España 2002,
- Santir Virginia, *Nuevas Relaciones Humana en el Núcleo Familiar*, México, S/f

Ideas – premisas a defender

- Investigar las implicaciones del concepto calidad de vida en el contexto de los adultos mayores determina el más adecuado a usarse en la propuesta, mediante una compilación bibliográfica.
- Diagnosticar los problemas del centro gerontológico y geriátrico de Píllaro, identifica los que puedan tener solución desde el diseño interior mediante la observación y entrevista.
- Elaborar propuestas de Diseño para los adultos mayores, basado en la cultura pillareña y sus historias de vida, contribuye a mejorar la calidad de vida mediante la metodología de diseño.

CAPÍTULO II

MARCO METODOLÓGICO

Con respecto al tema de Diseño Arquitectónico, la Investigación nos dará a conocer las implicaciones del concepto calidad de vida en el contexto de los adultos mayores para determinar la propuesta más adecuada de Diseño Interior a utilizarse. Mediante las siguientes:

La modalidad a utilizar es la cuantitativa, porque permite medir las cualidades o caracteres del problema, utilizando la técnica de la entrevista, encuesta en los adultos mayores del Centro el Señor de las Remedios y obtener resultados generalizados que permita proponer soluciones que sirvan para todos los adultos mayores.

El nivel de investigación a utilizar es la descriptiva, por que describe, analiza e interpretar los acontecimientos del Centro Gerontológico y lo que sucede en su entorno en el tiempo presente. Para entender cómo funciona el producto o diseño interior, respondiendo a las siguientes cuestiones: ¿Qué es?, ¿Cómo es?, ¿Dónde está?, ¿De qué está hecho?, ¿Cómo están sus partes, si las tiene, interrelacionadas?, ¿Cuánto?

Tipo de investigación según las etapas son: La investigación de campo que permite obtener la información directa desde el fenómeno sin que alguien lo haya manipulado, mediante la entrevista, encuestas y observación científica. Sin embargo hay que recalcar que en la encuesta se elaboro a manera de entrevista ya que los adultos mayores no pueden escribir ni leer, al igual se utilizo términos de fácil comprensión. Mientras la investigación bibliográfica y documental, al igual que las historias de vida, documentos legales, libros, revista, etc., brindan información necesaria para la fundamentación del análisis teórico y para la

elaboración propuesta de Diseño. Y por último la investigación experimental permite medir la factibilidad de las variables para el éxito de la propuesta.

El Método a utilizar según la etapa y necesidad de la investigación del proyecto de diseño interior son; en la etapa del Método Teórico se aplica el Análisis Sintético en la recolección de la información y en el momento de realizar las conclusiones. Mientras el método Inductivo Deductivo se aplica en el estudio del usuario "Adulto Mayor" en sus actividades sociales, físicas, psicológicas y en el estudio del lugar mediante un análisis, para la elaboración del cuadro de necesidades y problema generales o particulares a resolver; mientras con el método Histórico Lógica permite conocer los antecedentes del producto "centro gerontológico" mediante libros, historias, artículos, etc., hasta situaciones de la actualidad para mejorar el presente.

En el método empírico se aplico el método de la Observación mediante el cual se pudo percibir información directa del funcionamiento del producto "centro gerontológico" y su relación con el entorno; además con la recolección de la información obtenida en la encuesta y entrevista, mediante un sin número de preguntas a todos los relacionados al centro gerontológico, se conoce la parte interna del producto es decir sus problemas y necesidades del adulto mayor; el método de la medición utilizando los procedimientos estadísticos permite conocer el nivel de calidad del adulto mayor.

Los métodos matemáticos como son las tablas estadísticas de las encuestas empleadas y formulismos matemáticos expresan las relaciones, proposiciones sustantivas de hechos y variables del producto en estudio.

Resultados esperados por cada etapa del desarrollo del proyecto.

Marco Introductorio.

Partiendo del tema, Diseño Interior del Centro gerontológico en Píllaro, se realiza un análisis profundo de las necesidades del Adulto Mayor, para establecer el problema que les impide una estadía satisfactoria, mediante entrevista, observación y fuentes bibliográficas que permita conocer las causas y efectos producidos por su entorno. Mediante el análisis anterior se fomentara el respeto a los derechos y deberes ciudadanos en la epata de la vejez, para plantear el camino hacia la meta, de una calidad de vida en la vejez. Estableciendo los limites o variables que interviene en el Diseño del proyecto. Además se plantea las posibles soluciones a defender.

Marco Metodológico.

Se determina el tipo de investigación, método y su metodología a utilizar para la obtención de la información necesaria, que fundamentara la propuesta del Diseño. Estableciendo los objetivos y metas a cumplir en cada etapa de investigación, además de la realización del cronograma de las diversas actividades o pasos propuestos para el cumplimiento del proyecto de tesis. Consecutivamente una previa visita al cliente y usuario en su vida cotidiana, que permite establecer una idea general de los problemas (estado físico, psicológico, emocional, salud, económico y familiar) de manera personales o en grupo. Información que permite encaminar la investigación del marco teórico.

Marco Teórico.

La recopilación de la información bibliográfica en libros, revistas, información electrónica, fotografías, etc., basado en las variables de la problemática del Producto, nos permitió establecer concomimientos e ideas de las posibles necesidades y derechos de los adultos mayores en un centro gerontológico.

Mientras la investigación de campo nos permite enriquecer en el conocimiento del características del cliente que se está frecuentando, es decir es el estudio del producto “centro gerontológico y geriátrico el Señor de los Remedios” mediante la encuesta, entrevista, observación y criterios profesionales, determinando los problemas y necesidades existentes del centro a solucionar. Información que alimentara y fundamentara la propuesta de Diseño.

Fundamentación del Producto.

Mediante la investigación realizada previamente. Los resultados nos permiten establecer un concepto y objetivo en el que se regirá el diseño. Un lugar donde puedan sentirse cómodo visual y físicamente, mediante la belleza del espacio “basado en la cultura y estilo de vida de los adultos mayores del centro gerontológico.

Proyecto que consiste en el análisis de circulación, actividades, materiales, iluminación, ventilación, confort, normas de arquitectura, INEN y ergonomía etc. expresados en planos arquitectónicos, con un diseño estandarizado que permita mejorar la calidad de vida del adulto mayor.

Cuadro de aplicación de métodos por etapas del proyecto.

Modalidad básica de investigación: Cualitativo / Cuantitativo

Nivel de investigación: descriptiva

Tipo de investigación: Investigación de campo, bibliográfica, documental, experimental.

ETAPAS	MÉTODOS			HERRAMIENTAS DE INVESTIGACIÓN A APLICAR	RESULTADOS ESPERADOS EN LA ETAPA
	Empíricos	Teóricos	Matemáticos		
Marco introductorio	Recolección de información Observación	Análítico sintético		Entrevistas Revisión bibliográficas	Información para el planteamiento del problema
Marco metodológico	Recolección de información Observación	Inductivo deductivo		Entrevistas	Se determina el tipo de investigación, método científico, metodología para la propuesta y el producto.
Fundamentación teórica	Observación Recolección de información Estudio de casos	Histórico Lógico	Tablas graficas y estadificas	Entrevistas Encuesta Revisión bibliográficas Criterios de expertos	Fundamentación teórica y conceptual para la elaboración de la propuesta.
Diagnostico o propuesta	Experimentación (prueba/erro)		Tablas graficas y estadificas	Entrevistas Encuesta Revisión bibliográficas Criterios de expertos	El requisito y parámetros del Diseño para la propuesta.
Propuesta validación	Experimentación (prueba/erro)			Documentos Planos arquitectónicos y 3D	Demostrar factibilidad de solución de la propuesta final.

Cuadro 5. Cuadro de aplicación de métodos por etapas.

Elaborado por: Victoria Ibarra.

Justificación del grupo objetivo.

El Centro Gerontológico y Geriátrico el “Señor de los Remedios” ubicado en el cantón Píllaro, con más de 5 años de atención a los Adultos mayores, actualmente con la capacidad para atender a 30 personas, en especial de bajos recurso económicos o que se encuentran solos en la vida. El centro gerontológico se cuenta laborando con 29 personas, mayores de 75 años en un promedio de edad de 84 años. Con algunas discapacidades físicas y mentales propios de la vejez. Los mismos que reciben atención médica, alimentación, vivienda, rehabilitación, entretenimiento, socialización y cuidados personales por las 24 horas de todos los días.



Fig. No.1

Titulo: Adultos Mayores - Gerontológico
Por: Victoria Ibarra

Un grupo de adultos mayores que está conformado de 15 hombres y 14 mujeres de bajos o sin recursos económicos. Que por las circunstancias de la vida se encuentran solteros, viudos, con familias lejanas o sin familia. Personas que su juventud se dedicaban al trabajo sin la oportunidad de la educación, debido a que solo tres personas pueden leer y nadie puede escribir. Además sus cinco sentidos (vista, gusto, olfato, escuchar y tacto) se encuentran en deterioro. Y su movilización es pausada mediante sillas de ruedas (9 personas), andador (10 personas), bastón y los pasamanos (10 personas). Los adultos mayores sufren de Parkinson, artritis, artrosis, secuelas de fracturas, demencia senil, etc., todas ellas dolencias propias de la edad.

Nota: La investigación de la encuesta abarcara el total de los individuos del centro gerontológico, en función de la “Norman Chilena”.

Mientras en el servicio Geriátrico atiende a 80 personas mayores de 50 años de edad (en grupos de 20 personas), quienes visitan este centro para recibir la entregas de aportes de víveres, atención médica, beneficios del gobierno, y programas de entretenimiento (navidad, finados, carnaval, etc.) y socialización (danza, caminatas, etc.), por lo que este servicio funciona en las tardes de lunes a jueves.

Los Adultos son visitantes de las parroquias, barrios pertenecientes al cantón Píllaro, que se encuentran casados, solteros, viudos, tienen familias y no tienen familias, con algunas enfermedades y discapacidades a consecuencias de la edad, además son gente dinámica.



Calculo del tamaño de la muestra, para los adultos que son atendidos en el servicio geriátrico.

Fig. No.2
 Titulo: Adultos Mayores - Geriátrico
 Por: Victoria Ibarra

$$n = \frac{Z^2 p q N}{NE^2 + Z^2 p q}$$

$$n = \frac{(95\%)^2 (0.5) (0.5) (80)}{(80)(5\%)^2 + (95\%)^2 (0.5) (0.5)}$$

$$n = \frac{180500}{2000+2256.25}$$

$$n = \frac{180500}{4256.25} \quad n = 42$$

Donde:

- n es el tamaño de la muestra;
- Z es el nivel de confianza;
- p es la variabilidad positiva;
- q es la variabilidad negativa;
- N es el tamaño de la población;
- E es la precisión o e

Cronograma de planificación y actividades.

ACTIVIDADES	FECHAS ESTABLECIDAS											
	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	
• Marco introductorio												
Planteamiento del problema	2											
Formulación del problema	2											
Árbol del problema	3											
Justificación de la problemática	3											
Objetivos de la investigación	4											
Delimitación del objeto de estudio	4											
Cuadro de operación de variables	10-28											
Ideas premisas a defender	29											
• Marco Referencial		3-4										
• Marco Metodológico		10-15										
Resultados esperados por etapas		17-22										
Cuadro de aplicación de métodos		24										
Justificación de grupo objetivo			4-10									
Cronograma de actividades			16									
• Marco Teórico			0-28	5-25	2-28							
• Diagnostico del problema						2						
• Fundamentación de la propuesta						3						
Justificación de la existencia del producto						3						
Problema de Diseño						4						
Objetivos de la propuesta						5						
Concepto general de la propuesta						5						
Justificación de la existencia de la propuesta						6						
Anteproyecto						10-28	4-28	2-28	2-28			
Proyecto										1-28		
Proyecto final												2-10
• Validación de propuesta												11
• Conclusiones y recomendaciones												11
• Anexos												12
• Bibliografía												13

Cuadro 6. Cronograma de Planificación.

Elaborado por: Victoria Ibarra.

CAPÍTULO III

MARCO REFERENCIAL

Diseño de espacios interiores.

- Psicología ambiental.
- Las relaciones entre las personas y su entorno.
- El medio ambiente natural y construido.
- Calidad de vivienda para los adultos mayores.
- Funciones de los espacios para los adultos mayores.
- Movilidad y acceso en el espacio para el adulto mayor.
- Normas de seguridad en los espacios para los adultos mayores.
- Diseño Interior.
- Investigación y análisis de las variables del Diseño Interior.
- Propuesta del Diseño Interior.
- Documentación definitiva del proyecto de Diseño Interior.
- Equipamiento y mobiliario.
- Manipulación del espacio.
- Elementos de diseño.
- Elementos de confort.
- Señalética.
- Paisajismo.
- Decoración.
- Materiales de construcción.
- Técnicas de construcción.
- Materiales Naturales y artificiales.
- Acabados de construcción.
- Nuevas tecnologías dentro el diseño interior.
- Uso eficiente de energía en Diseño Interior.
- Electrónica.
- Sistema de seguridad.

La Gerontología.

- **Calidad de vida en el adulto mayor.**
- Necesidades del Adulto mayor.
- Última etapa de la vida.
- Desgaste física y mental en adultos mayores.
- Actividades poco vigorosas en el adulto mayor.
- Disfrute de la vida en la vejez.
- Bienestar en el adulto mayor.
- Relaciones en el adulto mayor.
- Bienestar físico en adultos mayores.
- Bienestar psicológico en adultos mayores.
- Felicidad y Éxito en los adultos mayores.
- Autoestima en el adulto mayor.
- Educación para los adultos mayores.
- Autosuficiencia del adulto mayor.
- Adaptación social por parte del adulto mayor.
- Recreación en el adulto mayor.
- Acción participativa y dinámica.

Centro gerontológico y geriátrico.

- Servicio y atención al adulto mayor.
- Convivir diario del adulto mayor.
- Autonomía del adulto mayor.
- Bienestar subjetivo.
- Programas de prevención para los adultos mayores.
- Programas para bienestar Psico-emocional.
- Programas para el bienestar físico.
- Atención medico - geriátrico.
- Diagnostico etiológico del adulto mayor.
- Tratamiento para el adulto mayor.
- Cuidando la salud y Autocuidado del adulto mayor.

CAPÍTULO IV

MARCO TEÓRICO.

ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS.

No se encontró ningún antecedente investigativo sobre Diseño Interior en el Centro Gerontológico el Señor de los Remedios. Pero se han obtenido datos sobre el centro gerontológico y geriátrico “SEÑOR DE LOS REMEDIOS” del departamento del desarrollo social.

FUNDAMENACION TEÓRICA EN CAPÍTULOS.

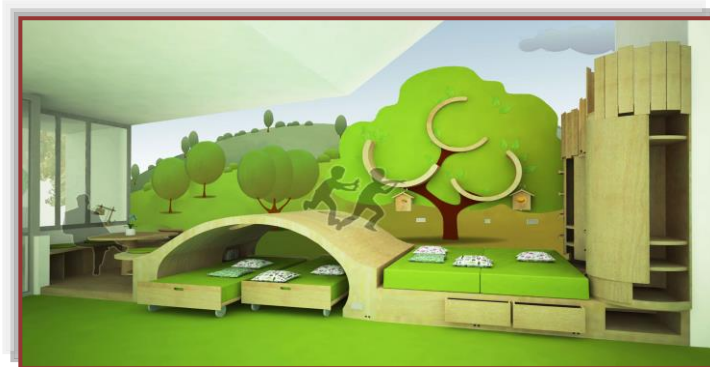
Diseño de espacios arquitectónicos

El Diseño Interior es el proceso que permite dar vida a un espacio mediante la imaginación, belleza, función y confort, plasmado en los colores, formas, dimensiones, materiales, etc. Formando un concepto de diseño que permita satisfacer las necesidades del usuario y uso arquitectónico, con el objetivo de manipular positivamente los sentimientos del usuario.

El arquitecto Arian Mostaedi nos dice: *“el interiorismo es uno de los campos de la arquitectura que más ha evolucionado en las últimas décadas y casi con toda seguridad, un mundo en que las tendencias y las nuevas líneas de la evolución se han reflejado más claramente, tanto en lo que respecta a los materiales como a las formas constructivas y a los estilos, en función a la utilidad y ubicación de la arquitectura”* (1) (p.1). Como podemos observar en el siguiente grafico trata de un diseño moderno, explícitamente solo para un grupo de niños con la función de descanso.

(1) Arian Mostaedi, *Arquitectura de interiores*, Instituto Monsa de Ediciones, Barcelona – España

Fig. No.4
Titulo: Diseño Interior; la montaña.



Fuente:
http://www.google.com/imgres/1354542864exstudente_master.jpg

Según el criterio del mismo autor, la arquitectura para interiores, son empujados por una exigente y cada vez mayor demanda, viéndose obligados a explorar nuevos campos, a iniciar cambios diversos que se adapten al gusto de nuevas generaciones. Muchas veces, el reto consiste en interpretar y dar un valor creativo a las exigencias y necesidades del cliente, en algunas ocasiones mediatizado por necesidades puramente mercantilistas o por contaminaciones de modas efímeras (Ídem, p.2).

Por ello se observa en las intervenciones un esfuerzo por alcanzar *“la síntesis entre función y estética; entre lo imprescindible y lo prescindible”*. *“En habitaciones que expresen sentimientos por si solas mediante la creación de un ambiente de gran impacto visual, por medio de los materiales, acabados, texturas, colores, detalles técnicos y estéticos, sin olvidar la importancia de las dimensiones, distribución, iluminación, y de las nuevas tecnologías”* (2) (p.2), todos estos factores determinan el éxito y la innovación de un proyecto de diseño interior.

En conclusión la Arquitectura Interiorista estudia minuciosamente el lugar, el entorno, sus culturas, costumbres, el tipo de la Arquitectura, cliente, usuario y su utilidad y sobre todo la aplicación de la psicología del Diseñador en interpretar las necesidades y gustos del grupo en estudio. Información que es reflejado en un concepto de diseño, para luego ser ejecutado en los espacios interiores de las diferentes Arquitecturas.

(2) Instituto Europeo di Design North American *DISEÑO DE INTERIORES LA FIGURA PROFESIONAL, BARCELONA*.

Psicología ambiental

La psicología ambiental es uno de los puntos más importante en el momento de diseñar. Son características que varían conforme a las especificaciones del clima, entorno, grupo social, cultura, en el que se desarrolla una región, siendo aspectos que influyen en el momento de decidir el tipo de diseño interior. Como se observa en la fig. No.2 según el lugar de la ubicación de la Arquitectura el clima, la vegetación es diferente y siempre está presente, ya que la naturaleza vive para el hombre y el hombre convive con la naturaleza creando un ambiente de paz.

Fig. No.4

Título: Diseño Interior – naturaleza



Fuentes:

[http://www.google.com/imgres/
post_405_InteriorDesign_Triennale_SanPaolo.jpg](http://www.google.com/imgres/post_405_InteriorDesign_Triennale_SanPaolo.jpg)

Los siguientes pensamientos son de Amos Rapoport en lo que nos dice, la “*Psicología Ambiental es la disciplina que se ocupa de analizar las relaciones a nivel psicológico, que se establecen entre las personas y sus entornos*” (3) (p.15). Y se ubica dentro de dos referentes disciplinares: las Ciencias Sociales y las disciplinas que estudian el medio ambiente, ya sea natural o construido.

Según el criterio del mismo autor nos dice, “*el estudio del hombre y su medio ambiente trata de las consideraciones sobre la constancia y cambios. Por ejemplo: la existencia de un comportamiento específico en cada especie, tendencias y predisposiciones. Que a su vez estas consideraciones nos conducirán a analizar el interés del conocimiento acerca del medio ambiente originario y evolutivo del hombre, a la vez como medio ambiente físico y como medio*

(3) Rapoport Amos, *aspectos humanos de la forma Urbana, Arquitectura*, Perspectiva, editado GG.

ambiente social, en el seno del cual se desarrolló el hombre usándolo como base primigenia” (Ídem, p.15)

En conclusión y obviamente, la pertenencia del hombre a grupos pequeños: familias, grupos sociales, instituciones, culturas o subculturas, dependen del medio ambiente en donde se desenvuelven. Son puntos que marcan a cada individuo su personalidad, características, costumbres y gustos de las cosas, que determinan su estilo de vida.

Relaciones entre las personas y su entorno.

La Psicología Ambiental se preocupa desde las investigaciones sobre el conocimiento del medio hasta la compatibilidad con el hombre, es decir en el diseño de lugares aptos para el hombre respetando su entorno. En el que puedan *“Conseguir un lugar para vivir cada vez más humano, más rico en posibilidades culturales de todo tipo” (4)* como un derecho y deber de todos.

Según la función y transacción entre la persona-ambiente existe: *“Cognición ambiental. Personalidad y el ambiente físico. Emoción y ambiente. El ambiente físico y el desarrollo del niño. El ambiente y la edad. Análisis conductual aplicado y Psicología Ambiental. Conducta espacial humana. Estrés ambiental”* (Ídem). En todos estos puntos demuestra la participación infinita de la naturaleza. Interviniendo en la conducta de cada persona, las cuales son manipuladas desde su niñez y se reflejan en sus características descriptivas, por ejemplo las costumbres de la costa son diferentes al de la sierra o el oriente, desde su vestimenta, transporte, idiomas, producción, el clima y estilos de vida individual o en grupo.

El medio ambiente natural y construido

El medio ambiente se encuentra siempre a la disposición del hombre, en su logística para utilizar las riquezas de la naturaleza en su beneficio, se debe tener presente *“habitamos no porque hayamos construido, sino que construyeron y hemos construido, en cuanto habitamos” (5)*. El respetando a los derechos de la

(4) <http://www.joseleearquitectura.com/blog/sobre-psicologia-ambiental>.

(5) <http://www.joseleearquitectura.com/blog/sobre-psicologia-ambiental>.

naturaleza determina que todo sacrificio y trabajo en el medio ambiente natural deben cumplir con una función.

El análisis ambiental construido según las situaciones, uso y lugares a habituar del hombre son: “*escenarios temporales, dinámicas, internas, ambientes residenciales, ambientes escolares, ambientes laborales oficinas y fábricas.*” (ídem). Arquitecturas que por su ubicación y función son adaptados a los elementos de la naturaleza de su entorno, como en la fig. No. 3 se puede observar, que el problema natural se funciona con la arquitectura y se convierte en algo atractivo, funcional solucionando las dificultades del momento y sobre todo el respeto a la naturaleza.

Fig. No.5
Titulo: Hostería Andaluza



Fuentes:
Victoria Gabriela Ibarra Iza

En definitiva con la evolución del hombre y el impulso irresistible de seguir progresando en turismo, trabajo, tecnología, e ir mejorando la salud, educación comodidad y respetando la naturaleza. Hace que la arquitectura no se detenga en los problemas o bella natural si no que los utiliza a su conveniencia.

Calidad de vivienda para los adultos mayores

La calidad de vivienda se refiere a una construcción adecuada, con un entorno seguro y propicio para recibir la vejez, que incluye también la integración social del Adulto Mayor como elemento fundamental y necesario. Los siguientes

(5) <http://www.joseleearquitectura.com/blog/sobre-psicologia-ambiental>.

pensamientos de Fermin Nivardo manifiesta que para las personas de edad avanzada, *“la vivienda y el entorno son particularmente importantes debido a factores como la accesibilidad y la seguridad, por otro lado la calidad de vivienda se refiere a la seguridad emocional y psicológica que brinda el hogar al adulto mayor”* (6).

“Es un hecho reconocido que una vivienda satisfactoria puede ser beneficiosa para la salud y el bienestar del adulto mayor” (Ídem). En donde se integran las funciones de los espacios habitables como son: (estar, dormitorio, cocina, sala y comedor); separándose servicio sanitario, patio de servicio y opcionalmente el portal. Además es un recinto donde el adulto mayor *“realiza actividades vitales como descansar, dormir, asearse, comer, y que a su vez permite realizar todas las actividades y funciones de la vida diaria con plena tranquilidad y seguridad de sí misma”* (Ídem).

Las funciones de los espacios para los adultos mayores

La vivienda para el adulto mayor se encuentra distribuida y equipada en función a sus actividades de descanso, salud y entretenimiento, debiendo ser identificada como una necesidad de todos, de la misma manera tiene la obligación de ofertar la plena seguridad, bienestar, confort y autonomía. Teniendo siempre presente sus ritmos de vida y discapacidad. Según el criterio del mismo autor, los espacios arquitectónicos en bienestar del adulto mayor deben brindar (6):

- ❖ Libertad: espacio donde las personas crean su propio ambiente y desarrollan sus relaciones interpersonales más cercanas.
- ❖ Accesible: garantiza la autonomía, seguridad, dignidad, confort e independencia para el desempeño de las Actividades de la Vida Diaria del adulto mayor.
- ❖ Comodidad: es un elemento fundamental de la vida diaria del adulto mayor.

(6) [http:// la_vivienda_para_adultos_mayores.ppt](http://la_vivienda_para_adultos_mayores.ppt) - Ms.C Fermin Nivardo.

- ❖ Funcionalidad: influye favorablemente en los procesos restauradores de la salud, cuando los espacios reúnen las condiciones apropiadas para los que fueron diseñados (adultos mayores).
- ❖ Equipamiento adecuado: elemento clave en la prevención de enfermedades y en la promoción de salud (ídem).

Movilidad y acceso en el espacio para el adulto mayor.

Para establecer las dimensiones, alturas, profundidades de la circulación en viviendas para Adultos Mayores, se debe tener presente que su cuerpo al ritmo que envejece adopta otras posturas y movimientos, por ende cambia sus dimensiones corporales al igual que el recorrido en sus maniobras.

Según la información del mismo autor Fermin Nivardo nos dice, *“la cualidad del medio físico, es cuyas condiciones facilitan acceso, desplazamiento y utilización del mismo, de manera autónoma para todas las personas o grupo de personas con independencia de sus capacidades motoras, sensoriales o mentales; garantizando salud, bienestar y seguridad durante el curso de las tareas que realiza en dicho medio físico”* (6).

Impulsando a que la Arquitectura Interiorista busque fomentar la salud del hombre y bienestar en la vejez. Al estudiar e investigar cómo se mueve y actúa el **adulto** mayor en los diferentes espacios de su vivienda. Aplicando ergonomía, antropometría y normas INEN que generalicen dimensiones en función del adulto mayor, para ser aplicadas en los ingresos, pasillos, pisos, puertas, muebles, alturas, longitudes, etc.

Puntos importantes a tener presente en el diseño interior, para evitar dificultades al adulto mayor al momento de moverse por la vivienda:

(6) [http:// la_vivienda_para_adultos_mayores.ppt](http://la_vivienda_para_adultos_mayores.ppt) - Ms.C Fermin Nivardo.

- ❖ Antropometría: es la ciencia que estudia en concreto las medidas del cuerpo, a fin de establecer diferencias entre los individuos o grupos y obtener datos dimensionales en diferentes posiciones del cuerpo humano.
- ❖ Ergonomía: es la ciencia que estudia las dimensiones del cuerpo pero en movimiento en las diferentes actividades.
- ❖ INEN: esta norma establece las características que deben cumplir las agarraderas, bordillos y pasamanos al ingreso y dentro de los edificios. Para la accesibilidad de las personas al medio físico.

Normas de seguridad en los espacios para adultos mayores.

Según las normas INEN y normas cubanas para las viviendas de adultos mayores, es necesario tener presente los siguientes puntos (7) (pp.18-33):

- ❖ La anchura mínima de espacio que necesitan las personas para desplazarse en función de la ayuda técnica que utilizan son las siguientes: con un bastón 700 mm, con dos bastones 800 mm, con muletas de apoyo 900 mm, con silla de ruedas 900 mm.
- ❖ El máximo alcance de una persona en silla de ruedas se limita a una altura entre 400 mm y 1200 mm por encima del nivel de piso y con alcances laterales de 250 mm desde el lateral de la silla.
- ❖ Los tomacorrientes, interruptores se colocarán a una altura con relación al nivel de piso entre 800 mm y 1 200 mm.
- ❖ La anchura mínima de las puertas (marco y hoja) es de 900 mm. Las puertas y el marco para su fácil identificación deberán ser de color contrastantes con las paredes anexas, mejora la visibilidad.

(6) Ms. Fermin Nivardo - http://la_vivienda_para_adultos_mayores.ppt.

- ❖ Los antepechos no deben estar a más de 800 mm. y los manipuladores de las ventanas se situarán en una zona comprendida entre 900 mm y 1200 mm desde el suelo, para facilitar las vistas al exterior.
- ❖ No se concebirán desniveles de piso. De no poderse complementar este requisito y previa justificación, se salvarán los mismos con rampas cuya pendiente será de 6% como máximo y se destacarán mediante contrastes de colores y que los pisos sean antiresbalante.
- ❖ Los pasos en la escalera estarán limitados en sus extremos por barras de apoyo con pasamanos, a ambos lados en toda la escalera y prolongarse al menos 300 mm, más allá a partir del primer y último peldaño de cada tramo.
- ❖ En los baños los Inodoros la altura de asiento del inodoro será de 450 mm con relación al piso, y se colocarán barras de apoyo a 750mm. Lavamanos se colocarán a una altura de 800 mm y máximo 950mm con relación al piso, libre de obstáculos y la puerta del baño se abrirá preferiblemente hacia el exterior
- ❖ En las bañeras y ducha se ubicarán como mínimo dos barras de apoyo en paramentos diferentes a una altura de 900mm. Dispondrán de un asiento en su interior y se concebirá un área libre frente a la bañera será de 750 mm x 1200 mm, con una pendiente del 1% y no poseerán muretes.
- ❖ Los estantes no se podrán colocar de forma tal que alcancen una altura mayor que 1400 mm. Y deben estar colocados de forma accesible a la persona desde la silla de ruedas.
- ❖ Evitar pisos con dibujos y colores oscuros y mezclados, impiden ver manchas de agua o aceite. Evitar el uso de alfombras felpudas sueltas que pueden provocar caídas.
- ❖ La cama debe quedar a la misma altura que la silla de ruedas para facilitar el traslado a una altura de 400mm y Evitar poner cortinas cerca de los fogones (Ídem).

(7) [http:// Ms. Fermin Nivardo - la_vivienda_para_adultos_mayores.ppt](http://Ms.FerminNivardo-la_vivienda_para_adultos_mayores.ppt) - Normas Cubanas para Viviendas de A.M. NC 391-2/2004 y normas INEN Quito- Ecuador.

Diseño Interior (producto).

La determinación del tipo de Diseño Interior, es el tiempo mágico en el que establece la metodología a tomar para solucionar el problema en espacio interior, mediante algo diferente y funcional, *“basado en una práctica creativa que analiza la información programática, establece una dirección conceptual, refina la dirección del diseño, y elabora documentos gráficos de comunicación y de construcción”* (8). Información que permitirá llevar a la realidad el diseño. Como podemos observar en la Fig. No. 4 el producto es el diseño interior de un SPA en un estilo clásico.

Fig. No.6
Titulo: SPA



Fuentes:
<http://www.Diseño interior. Spa.htm>

Sin olvidar que en el desarrollo del proyecto de diseño interior al igual que la arquitectura debe constar los siguientes puntos:

Orden en el diseño: es la *“relación de cada parte con su uso”* (Ídem), en la fase de diseño debe existir lógica en la secuencia según a la función o utilidad del espacio, ya que facilitara la comodidad, rapidez, eficacia, y orientación al usuario.

Proporción: *“Concordancia uniforme entre la obra entera y sus miembros”*(Ídem), todo el proyecto de diseño debe decir un solo mensaje, basado en el estilo o concepto del proyecto.

(8)<http://cratividad-estilo.blogspot.com/2012/08/disenio-interior.html> Y <http://www.Arquitectura/procesos.htm>

Distribución: *“consiste en el debido y mejor uso posible de los materiales, espacio, coste de la obra conseguido de un modo racional y ponderado”* (Ídem). El costo y calidad del proyecto varía según el uso, usuario, cliente, lugar y presupuesto a invertirse, siempre dando lo mejor para que el resultado sea una bella arte.

Disposición: *“Las especies de disposición son; el trazado en planta, en alzado y en perspectiva”*(Ídem), la realización de los planos arquitectónicos permite conocer los resultados y beneficios con respecto al diseño de proyecto.

Investigación y análisis de las variables de diseño interior.

En la elaboración del producto de diseño interior, se debe analizar e investigar las variables que intervienen de manera directa e indirecta en el diseño interior como son; el usuario, el medio ambiente, clase sociales, económicas, culturales. Estableciendo las necesidades, normas y reglas del grupo social que intervienen en la edificación arquitectónica.

Los puntos a intervenir e investigar para el diseño interior son:

- ❖ El análisis de la arquitectura: corresponde al análisis del estilo de la construcción, en sus formas, materiales, texturas, para establecer una conexión visual con el Diseño interior.
- ❖ Usuario: se refiere a las características específicas del individuo a utilizar el espacio arquitectónico. En idioma, gustos, educación, trabajo, costumbres. Información que permite equilibrar las sugerencias a un resultado estandarizado.
- ❖ Grupo social y cultura: en el que se desenvuelve una nación, en idioma, cultura, turismo, estatus económico, producción y tradiciones.

(8)<http://cratividad-estilo.blogspot.com/2012/08/disenio-interior.html> y [http://www. Arquitectura/procesos.htm](http://www.Arquitectura/procesos.htm)

- ❖ Económicas: el informe del financiamiento o ingresos económicos a invertir en el proyecto.
- ❖ Entorno o medio ambiente: según donde se encuentra ubicado, varía el clima, materiales de construcción, especies de árboles, vegetación, y vida animal.

Propuesta de diseño interior.

Para la elaboración de la propuesta de diseño es necesario seguir los siguientes pasos para solicitar la aprobación. (9) (p2).

- 1) Título del proyecto, situación y ubicación con definición del cliente y del encargo concreto.
- 2) Información mediante documentación gráfica del estado actual del ámbito del Proyecto: Fotografías, esquemas, planos, etc.
- 3) Memoria descriptiva de la propuesta: Documentación histórica, aspectos funcionales, aspectos estéticos, aspectos técnicos.
- 4) Memoria justificativa de la propuesta: Situación del proyecto en el ámbito profesional, aspectos formativos que le supone al alumno la realización del proyecto, posibilidades de materialización del proyecto.
- 5) Planificación del trabajo para el cumplimiento de tareas dentro de plazos.

Fase de Investigación e Información mediante recogida y sistematización de la información precisa, el planteamiento del programa de necesidades y una estimación orientativa del coste económico.

Fase de Ideación y bocetación de varias propuestas, en las que se expongan los aspectos fundamentales generales del proyecto tanto funcionales, formales, constructivos y económicos, para seleccionar la solución a desarrollar (Ídem).

(9) [http://www. Normativa departamento de proyectos e investigación de estudios superiores de Diseño Interiores \(curso 2007-08\) pdf.](http://www. Normativa departamento de proyectos e investigación de estudios superiores de Diseño Interiores (curso 2007-08) pdf.)

Documentación definitiva del proyecto de Diseño Interior.

Luego de la aprobación del ante proyecto se procede a la elaboración de los planos finales que *“contienen toda la información necesaria y las pautas que se han de seguir para poder construir. Como en todo proceso creativo, según el criterio de la Diseñadora Rita García de Frochaux”* (10) los aspectos importantes a implementar son:

- 1) Fase de Proyecto en la que se definen de modo preciso las características generales mediante la adopción y justificación de soluciones concretas.
- 2) Fase de Desarrollo del Proyecto en la que se determinan los sistemas constructivos, las instalaciones, los detalles y las especificaciones de materiales y equipos proyectados, así como el presupuesto.
- 3) Fase de Presentación y Comunicación del Proyecto en la que se materializarán los documentos que lo componen:
 - Memoria descriptiva, justificativa y constructiva
 - Proceso de proyecto
 - Planos de plantas, alzados y secciones a escala
 - Planos acotados y con superficies
 - Planos de detalles
 - Planos de Instalaciones
 - Mediciones y Presupuesto
 - Justificación de la normativa exigida
 - Pliego de Condiciones
 - Perspectivas y planos a color
 - Presentación (3D) y defensa del proyecto. (9)

(10) La diseñadora Rita García de Frochaux <http://www.laestrella.com.pa/online/impresso/proceso-creativo-los-pasos-del-diseno-de-interiores.asp>

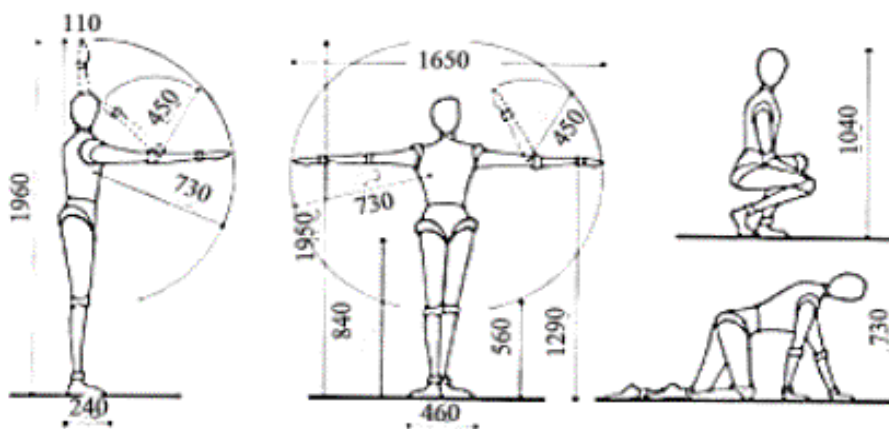
Equipamiento y mobiliario.

El equipamiento y mobiliario es el complemento del diseño, que sirven para facilitar las tareas habituales en casas, oficinas, trabajos y otro tipo de locales, en las actividades humanas, como dormir, comer, cocinar, descansar, en los diferentes mobiliarios: mesas, sillas, camas, estanterías, muebles de cocina, etc. con criterios ergonómicos.

Existen varios tipos de muebles, los que poseen una superficie horizontal separada del suelo, como sillas y camas, mesas, o bien, muebles para el almacenaje o archivado de libros, revistas, ropa, etc. Los materiales empleados para la elaboración de muebles suelen ser: Madera (el roble, pino, cerezo, castaño, haya, etc.), Plástico, Metal (por su movimiento y moderno con tubo de acero curvado y cromado) y Papel (quizás reforzado con tela, plástico etc.) (11).

En definitiva el estudio o decisión del equipamiento de un espacio arquitectónico al igual que su material, se determina según su función, obteniendo un mueble confortable que le ayude en la salud del adulto mayor en concordancia con el concepto de Diseño Interior. Además hay que tener presente que el equipamiento se determina según el usuario, función y movimiento (Fig. N.6 ergonomía).

Fig. No.7
Titulo: movimientos de cuerpo



Fuentes:
Normas y especificaciones para estudios proyectos

(11) <http://www.modayhogar.com/muebles>.

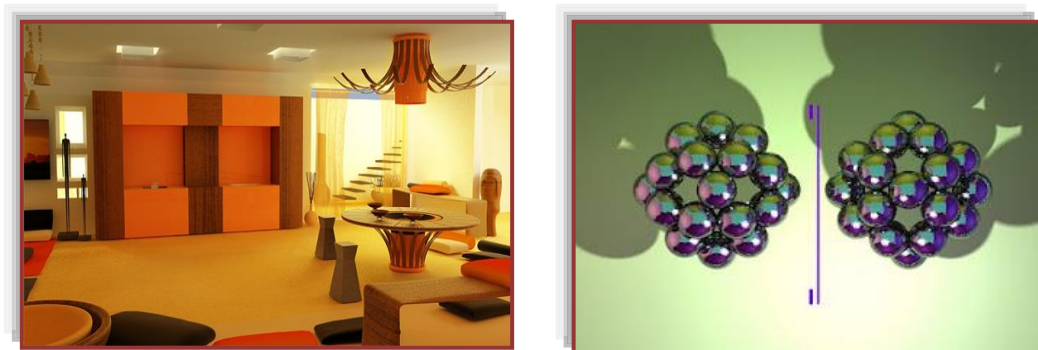
Manipulación del espacio.

Según el concepto del Arquitecto Amos Rapoport dice, “*el espacio es algo más que una realidad física y tridimensional*”. “*Con tiempos diferentes y en diferentes contextos*” (12), su congruencia es de gran importancia desde el punto de vista del diseño, además de ser su área de trabajo. Una organización de significados en donde se manipula la longitud, anchura y altura, así como el tiempo y el espacio, aplicando las figuras geométricas y los elementos básicos de diseño en todo el proyecto.

Elementos de Diseño Interior.

Los elementos de diseño, es el principio fundamental en la elaboración del Diseño Interior, para conseguir funcionalidad, equilibrio, comodidad y belleza en un solo cuerpo o espacio.

Fig. No.8
Titulo: Equilibrio



Fuentes:
Diseño Interior. 1307955322arredo.jpg
[http://figurasequivalentes.blogspot.com/construcción e instalaciones.](http://figurasequivalentes.blogspot.com/construcción-e-instalaciones)

Los siguientes elementos son:

Proporción y escala: Implica el espacio y el tamaño de todo lo que ocupa la habitación, incluyendo las personas que lo ocuparán. También implica la relación de los objetos en una habitación, como el tamaño de una ventana en relación con el resto de la habitación.

(12) Amos Rapoport, *aspectos humanos de la forma Urbana*. Colección Arquitectura/perspectiva.

Equilibrio: El equilibrio en el diseño interior de un espacio habla sobre la simetría y en una habitación también puede ser asimétrico, como los muebles y objetos que no están en el mismo tamaño, crean un equilibrio y se complementan entre sí cuando se colocan juntos.

Ritmo: El diseño interior de un espacio implica la creación de una organización coherente o textura en todo momento, por el uso de la repetición, de un determinado tema o motivo.

El contraste: Crear aspectos interesantes en cada espacio por medio del diseño de interiores, variando el tamaño y el color. Y debe ser coherente en estilo.

La armonía: Se logra una vez que todas las demás normas se han seguido. Al iniciar el proyecto del diseño de interiores de la casa, la primera cosa que hay que hacer es organizarse (13).

Elemento del confort en Diseño Interior.

En confort en la vida humana significa *“un estado o sensación psicológica de bienestar, comodidad, satisfacción, emoción o admiración producidos por nuestros sentidos (vista, olfato, tacto, gusto y audición)”* (14), ante la percepción de los diferentes elementos que definen a cada espacio en particular.

Estos elementos de confort son:

- ❖ Confort en Funcionalidad.
- ❖ Confort en el visual.
- ❖ Confort en la Luminosidad.
- ❖ Confort en mobiliario.
- ❖ Confort en tecnología y seguridad.

(13) <http://www.arqhys.com/arquitectura/elementos-diseno-interiores.html>.

(14) ([Http://www.buenastareas.com/ensayos/Confort-En-Arquitectura/2723033.html](http://www.buenastareas.com/ensayos/Confort-En-Arquitectura/2723033.html))

Por otro lado el cuerpo para sentirse bien posee diversos sistemas termorreguladores, tales como la exudación en casos de extremo calor y la contracción de las venas superficiales en caso de frío. Además *“El cuerpo necesita de Confort Ambiental, la sensación de completo bienestar físico y mental. Las condiciones ambientales desfavorables perjudican el proceso de este ciclo básico, generando “stress físico y psíquico”, pérdida de eficiencia y eventualmente hasta perdida de salud”* (Ídem).

Solicitando Confort ambiental en:

- ❖ Calidad del climático.
- ❖ Confort acústico.
- ❖ Confort lumínico.

En definitiva el Confort es el auxilio a la salud del hombre e intermediario en el cumplimiento de sus trabajos a cabalidad. Además este elemento es indispensable y por ende debe intervenir en las construcciones que el hombre convive.

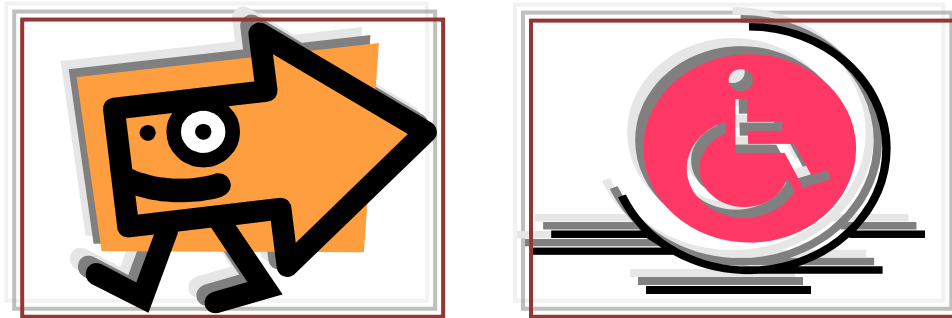
Señalética en arquitectura.

La señalética proporciona información y ubicación a las personas, para evitar la necesidad de un guía y saber siempre por dónde ir. Según el criterio de Cazorla, Marina y Merino Sanjuán la señalética es, *“Como un elemento de mobiliario urbano, que constituye un grupo de gran complejidad pues aunque se trata de productos que no proponen un uso de contacto directo con el usuario, son soportes de mensajes que exigen en muchos casos una respuesta directa del mismo”* (15).

Como ejemplo tenemos en la figura No.7, son símbolos y términos básicos a los que da respuesta un sistema de señales, sin utilizar palabras y de fácil compleción. Tomando la referencia en el mismo autor la señalética plantea:

(15) Puyuelo Cazorla, Marina y Merino Sanjuán–Expresión Gráfica Arquitectónica

Fig. No.9
Titulo: Señaletica



Fuentes:
[Http: //www.señales.com](http://www.señales.com)

- a) **ORIENTAR** Colocar una cosa en posición determinada respecto a los puntos cardinales. Estos elementos aportan una información de situación respecto a un orden superior fundamental para el usuario generando su mapa cognitivo del lugar.

- b) **SEÑALAR** En un mapa o plano la dirección septentrional para situar todos los puntos del mismo. Señalar permite referenciar lugares y objetos entre sí y distinguirlos en su contexto.

- c) **SEÑALIZAR** Acción de señalar mediante el uso de señales generalmente presentadas por medios gráficos. Se obtiene así un efecto de identificación a partir de elementos particulares.(16) (pp.6-8)

En conclusión la señaletica imparte información sin necesidad de palabras, y se puede utilizar diferentes simbologías según el resultado del análisis psicológico o entendimiento del grupo social. Por lo que en el diseño interior la señaletica facilita la orientación de la persona dentro o fuera de un lugar.

Decoración en Diseño Interior.

Decoración en el diseño interior “*es el arte de embellecer y ordenar conveniente los objetos en un espacio determinado. La decoración plantea un problema artístico y también otro de carácter científico y económico*” (17); por ella se trata,

(16) Puyuelo Cazorla, Marina y Merino Sanjuán–Expresión Gráfica Arquitectónica

no solamente de embellecer, sino también de desarrollar un plan ajustado a una valoración. Sometido a una *“finalidad utilitaria, comfortable y acordada, en muchos casos, a un determinado estilo o época, en relación con una significación social y adecuada a un particular sentido del gusto”*. (Ídem).como podemos observar en la figura N.8 Si adoras los animales pero no tienes tiempo o espacio para tenerlos en tu hogar, puedes optar por utilizar animales como motivo de la decoración.

Fig. No.10
Titulo: Decoración



Fuentes:
[Http: //www.decoracion-animales-para-decorar .com](http://www.decoracion-animales-para-decorar.com)

Sin duda hoy en día, las piezas decorativas pueden llevar una jungla a tu hogar y obtener resultados divertidos y sorprendentes. Sin embargo hay que evitar el exceso para no caer en el espanto más absoluto.

Técnicas y Materiales de construcción.

Las técnicas de construcción y los estilos arquitectónicos variarán de región a región y de país a país. La selección del material debe tomar en cuenta la accesibilidad, el costo, la durabilidad y la apariencia al igual que los niveles de habilidad del personal de construcción y de las prácticas locales de construcción. Si las técnicas de construcción y los materiales que se van a usar son demasiado diferentes a los acostumbrados por los trabajadores de la construcción, entonces pueda que sea necesario capacitarlos para que se pueda asegurar un trabajo de calidad (18).

(17) <http://www.arqhys.com/construccion/decoracion-arquitectura.html>.

- ❖ El uso de madera aserrada en la estructura principal es problemático en los climas húmedos por el deterioro, la pudrición seca y las termitas; sin tratamiento de presión con químicos, dicha madera no es a menudo un material adecuado.
- ❖ El concreto reforzado ha demostrado tener buena resistencia a terremotos y excelente resistencia al viento, el fuego y las termitas. Es una técnica muy usada que es accesible debido al gran número de plantas de producción locales.
- ❖ El ladrillo hecho de lodo cocido y reforzado con concreto en las equinas y alrededor de ventanas es otro material usado comúnmente.
- ❖ En algunas áreas, los módulos prefabricados (así como esos para azoteas y los paneles de madera) pueden ser empleados, simplificando el proceso de construcción. Debido a que minimiza la necesidad de elementos intermedios para armazones, techos con acero arrugado galvanizado con zinc se ha vuelto popular en muchas regiones. Lamentablemente, transmite calor y cuando llueve produce ruido.
- ❖ Un método para aliviar el problema del calor ha sido el de hacer techos con capas dobles del material corrugado, proveyendo una fuente de aire para permitir que escape el calor.
- ❖ Finalmente, paneles compuestos de cemento y madera hechos de una mezcla mixta de fibras de madera, astillas y fibra, y cemento son usados para paredes interiores y exteriores en proyectos de casas pequeñas en lugar de paneles de concreto reforzados sólidos y gruesos.
- ❖ Un factor en la selección de materiales es el criterio de conservación e impacto ambiental. Los ladrillos necesitan combustible de madera para ser hechos, pero ese no es el caso con los paneles (Ídem).

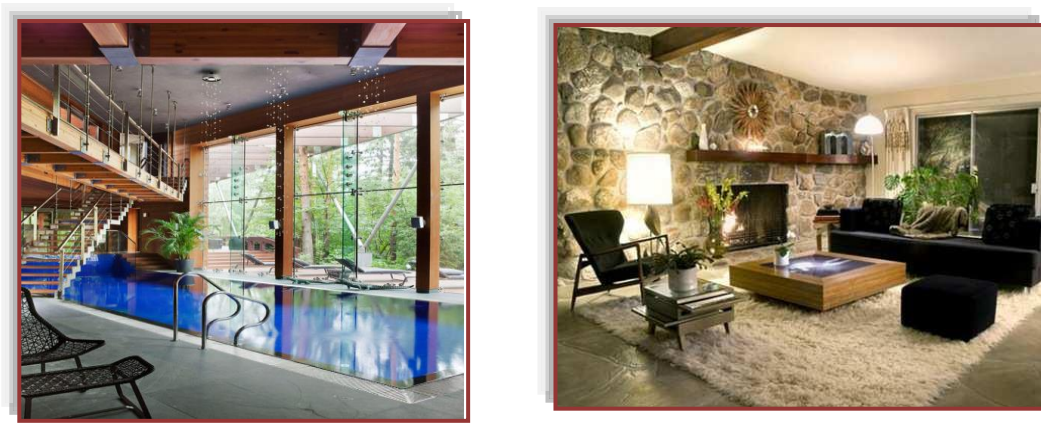
(18) JOIN APA <http://www.planning.org/planificacion/6/1.htm>

Materiales naturales y artificiales

Materiales pobres o ricos, auténticos o falsos, autóctonos o importados, naturales o artificiales, todos tienen un porqué en la historia de la arquitectura. El material en cada caso transmite mensajes muy distintos, proporciona un sinfín de opciones a la hora de crear en el interiorismo. Desde los suelos, paredes hasta los paneles, las superficies de trabajo, las puertas y los detalles.

Fig. No.11

Título: Diseño Interior; materiales naturales y artificiales



Fuentes:

[Http://FotosdeSalasModernasInteriores6_thumb.jpg](http://FotosdeSalasModernasInteriores6_thumb.jpg)

Según el criterio del autor, Bob Ramírez, manifiesta que en décadas recientes, la estética modernista ha llevado inevitablemente a una nueva dicotomía entre lo natural y lo artificial. Se fundamenta en los avances realizados en las industrias del plástico, así como de la introducción de una gama de nuevos materiales artificiales que ofrecen posibilidades infinitas en cuanto a la forma, además de unas considerables ventajas prácticas por su fácil mantenimiento y su gran durabilidad.

Sin embargo, el uso de plásticos para imitar las cualidades visuales de los materiales reales, además de su impacto adverso en el medio ambiente, ha generado en los últimos tiempos cierto rechazo por estos materiales, prefiriendo los materiales naturales, como podemos observar en la figura No.8

Fig. No.12
Titulo: Materiales de construcción



Fuentes:
www.acusticaintegral.com y www.uncreativ.livejournal.com

Lo natural, una vez más, se ha convertido en sinónimo de prestigio, y las cualidades que distinguen estos materiales naturales de los artificiales (como el hecho de que envejezcan y se desgasten, expresión inequívoca del paso del tiempo) se perciben como marcas de autenticidad.

Los materiales provocan variaciones ya sea natural o artificial por sus revestimientos rígidos o flexibles como él: acero, bambú, cerámica, charol, corcho, cuero, encaje, ladrillo, mármol, pana, seda, piedra, tablas de madera, vidrio, yeso, granito, Hormigón, Linóleo, Vinilo, Caucho, Etc. (19)

Acabados de construcción.

Los acabados de construcción es imitar la belleza de los materiales en la decoración, según el criterio de Mary Gilliatt, dice *“casi todos los materiales más raros y exóticos imaginables, han hallado su equivalente en una técnica pictórica decorativa. Así, los revestimientos de madera alrededor de las chimeneas por ejemplo, se “marmoleaban” con pintura, o bien se pintaban a imitación de alguna madera noble”* (20).

Además *“la pintura es un medio maravillosamente versátil”* (ídem). No solamente existe una amplia gama de colores, sino que virtualmente se pueden mezclar cualquier tonalidad, y existe en una gran variedad de textura y acabados con características de recubrimiento y de protección.

(19) <http://suite101.net/article/los-materiales-en-la-decoracion-interior>.

- **Recubrimientos.**

Las Pinturas acrílicas, Esmaltes con texturas, levaduras, técnicas aditivas y substractivas, otros, en diferentes técnicas de acabados recubre y protege el material. Ejemplo en la figura No.9 el laqueado en la pared permite simular una sensación de antigüedad.

Fig. No.13
Titulo: Acabados decorativos



Fuentes:
www.uncreativ.livejournal.com
www.acabados-decorativo:tierras-y-falsos-

Nuevas tecnologías dentro el diseño interior.

Dentro del diseño interior en los últimos años la tecnología ha ido influyendo en las grandes decisiones de comodidad, distracción y servicio. Por lo que el diseño debe garantizar, *las condiciones de transparencia, reflejos, efectos de la iluminación artificial, zonas de distracción etc., los medios digitales de prefiguración tri y tetra dimensional*” (21), adquiriendo un papel fundamental como instrumentos y complementos del diseño, como realidad futura.

Sea mediante sensuales superficies táctiles, televisores ligeros, elegantes e inteligentes, o pantallas gráficas esperando nuestras instrucciones, la tecnología ha ido infiltrando en una gran proporción nuestros momentos de entretenimiento. La omnipresencia de elementos audiovisuales, el acceso ubicuo a la música, públicos en cualquier lugar. Y ocultar o exhibir pantallas, altavoces, mandos, diseñando los espacios en torno a ellos: reuniones, relajación individual, entretenimientos.

(20) Mary Gilliatt-curso de interiorismo- reimpresión 2008- Barcelona.

(21) <http://www.okdecoracion.com/4457/materiales-que-se-utilizan-en-la-decoracion-i/>

Además como cualquier industria el diseño de Interiores evoluciona con la sociedad. Las tendencias actuales toman en cuenta factores como *“el respeto al medio ambiente, el uso eficiente de la energía y el papel central de la tecnología”* (22), aplicado en todos los espacios de la arquitectura. Fomentando la relación del hombre con la tecnología y naturaleza, como un ejemplo la utilización de los paneles solares.

Y el respeto al medio ambiente en Arquitectura se encuentra en apertura la utilización de *“los materiales respetuosos (ecológicos) con el medio ambiente, preocupados por el desarrollo sostenible (social, económica y medio ambiente”* (idem). Que permite hacer frente a las necesidades del presente sin poner en peligro a las futuras generaciones.

Uso eficiente de energía en el Diseño Interior.

La luz natural siempre ha sido un bien escaso en el interior de las casas. Ahora, *“la vivienda perfecta hace todo lo posible por captarla y potenciarla al máximo la luz natural”* (23), mediante la transparencia y el reflejo. Sin olvidar que en donde la luz natural desaparece es de gran ayuda luz artificial. Permitiendo que la variedad de colores, intensidad y tipos de iluminación artificial, produzcan efectos y sensaciones visuales positivas tanto exterior o interiormente.

En la iluminación artificial *“la tecnología LED (efectos infrarrojos, visibles y ultra violetas) ha introducido el color en el diseño de la iluminación, y la ha hecho ubicua arquitectónicamente, integrándola en cualquier elemento para enfatizar, guiar o inspirar.* Relacionado con la domótica (casa automática o diseño inteligente) mediante el encendido, apagado o regular la intensidad del mismo, para poder disfrutar de mayor confort, *“sofisticación y la quimera de la luz perfecta en un juego de niños”* (idem).

“El consumo eficiente de energía, viene dado por la gestión del apagado de las luminarias en ausencia de las personas que ya no ocupan una estancia, incluso,

(22) <http://www.basalte.com.es/interiorismo-tecnologico-avances-en-el-diseno-de-interiores/>

(23) <http://www.basalte.com.es/interiorismo-tecnologico-avances-en-el-diseno-de-interiores/>

más difícil todavía, poder llegar a conseguir el nivel justo de intensidad lumínica en función de la luz natural que entra en la habitación a controlar cuando esta se encuentra ocupada” (24). En este caso, la automatización en base a la eficiencia energética de un sistema de iluminación, requiere dotarlo de sensores de movimiento, presencia y medida del nivel de luminosidad, mediante la regulación domótico. Dado que iluminar las estancias vacías o excederse en la intensidad necesaria al iluminar se supone una pérdida de energía y dinero.

La Electrónica.

La electrónica es el campo de la ingeniería y de la física aplicada relativo al diseño y aplicación de dispositivos, por lo general circuitos electrónicos, cuyo funcionamiento depende del flujo de electrones para la generación, transmisión, recepción, almacenamiento de información, entre otros. Esta información puede consistir en voz o música como en un receptor de radio, en una imagen en una pantalla de televisión, en números o datos en un ordenador o computadora (25).

La electrónica de consumo engloba todos los equipos eléctricos utilizados cotidianamente y generalmente se utiliza en el entretenimiento, la comunicación y la oficina. Dentro de los productos clasificados bajo la categoría de electrónica de consumo encontramos el computador personal, los teléfonos, los MP3, los equipos de audio, televisores, calculadoras, GPS Sistema de navegación para automóviles, cámaras digitales, reproductores y grabadores de videos, como por ejemplo el DVD, VHS o videocámaras.

La innovación en dispositivos electrónicos está transformando la manera en que nos comunicamos unos con otros, capturar imágenes y transmitir información. Optimizando el poder de estos instrumentos con superficies de cristal de la misma calidad y sofisticación: como los productos electrónicos de Guardian (El vidrio electrónico para pantalla) han sido diseñados y fabricados según sus necesidades exactas, por lo que puede ofrecer al usuario una experiencia suprema en todo momento (26).

(24) <http://www.domoprac.com/domoteca/domoteca/integracion-domotica/control-del-sistema-de-iluminacion-con-domotica.html> DomoPrac 2007-2013

(25) <http://www.monografias.com/trabajos5/electro/electro.shtml>

Sistema de seguridad.

El hombre siempre se ha movido por el impulso innato de satisfacer sus necesidades, esto lo ha llevado a crear sistemas de seguridad para controlar su supervivencia. *“Un sistema de seguridad Lezama Lugo consta de componentes de software, hardware, dispositivos periféricos y equipo de control que serán controlado por un equipo de seguridad. Todo equipo está controlado por programas de aplicación, y generan un control determinado por los sensores de ambiente”* (27) (p.1).

En lo que refiere a seguridad del hogar, las empresas suelen prestar cuatro tipos de servicios: en primer lugar, *“la instalación de alarmas de intrusión”* (*ídem*) (p.5) (es decir, aquellas que, ya sea que cuenten con sistema infrarrojo o de otro tipo, detectan las intrusiones en una vivienda y hacen sonar la alarma de seguridad), la instalación de *“alarmas técnicas”* (*ídem*) (un ejemplo de este tipo de alarmas es aquellas que se utilizan para detectar humo), *“alarmas personales”* (monitoreo y seguimiento de un individuo y cobertura médica donde sea que se encuentre) y *“sistemas de video vigilancia”* (*ídem*). (También conocidos como “circuito cerrado de televisión”)

“El diseño del sistema debe considerar diagramas de bloques que especifiquen la transmisión de datos entre dispositivos, el medio de comunicación, el equipo que se utilizara y los detalles que contemplen la instalación del sistema” (*ídem*). Todo sistema de seguridad tiene como objetivo, la detección de cualquier situación de riesgo que se presente en un determinado ambiente. Estos datos pueden variara desde la detección de un intruso hasta el reporte del inicio de un incendio. Esto no quiere decir que el sistema de seguridad significa únicamente la detección de un problema, sino la manera de poner sobre aviso a las personas correspondientes para evitar accidentes y pérdida de vidas.

(26)<https://www.guardian.com/es/GuardianVidrio/ProductosVidrio/VidrioTecnico/ProductosElectronicos/index.htm>
(27) Lezama Lugo, 2001, modelado de dispositivos para un sistemas de seguridad implementando tecnología Jini. Universidad de las Américas _ puebla.

Sonido y comunicación.

La comunicación como actividad que permite la relación entre las personas y para el intercambio de información es compartida tanto por la educación como por los medios que emplean el sonido y grabaciones, como la televisión, internet, radio, Cd, etc. *“La comunicación es así mismo la razón de ser de la expresión, pues ésta es una necesidad natural de comunicar. Y sin duda vivir es expresarse y la expresión es la manifestación de ser en el mundo”* (28).

Las tecnologías de la información facilitan diversas formas de representación. *“Los recursos sonoros, al utilizar diversos lenguajes verbal, musical, sonoro, etc., permiten la elaboración de mensajes materializados en diversas formas de representación simbólica. De esta forma podemos construir un mensaje y comunicarlo por medio de múltiples sonidos, palabras y efectos. Los recursos sonoros se convierten en un medio para que cada persona pueda buscar su propia forma de representación”* (ídem).

Según el código que en ellas se ocupe, existen distintos tipos de comunicación son: Lingüística escrita: cuando el código empleado es lingüístico escrito. Lingüística oral: cuando el código empleado es lingüístico oral. No lingüística visual: cuando el código empleado es no lingüístico visual por ejemplo, la publicidad. No lingüística gestual: cuando el código empleado es no lingüístico (No requieren de un idioma determinado para ser capaces de transmitir el mensaje pero deben saber sus significados. Por ejemplo, los gestos que utilizamos a diario (29). Todos estos medios de comunicación buscan mantener informado al ser humano del desarrollo social.

(28)Moreno Herrero, 1998, <http://tecnologiaedu.us.es/cursos/32/html/cursos/cursosonido/2-2.htm>

(29) <http://www.Sistemas de Seguridad - tipos de alarma, sistemas de monitoreo y vigilancia.htm>

Conclusión de Diseño de Espacios Interiores.

Después de haber consultado las bibliografías de Fermin Nivardo, Amos Rapoport, Rita García de Frochaux llegamos a la conclusión que el diseño Interior es el complemento de la arquitectura, para que una edificación cumpla a totalidad con los requisitos de calidad de vida. Consumando con el objetivo del diseño interior en solucionar las necesidades hombre en su espacio interior, mediante el análisis del producto (arquitectura, usuario y su entorno), según la utilidad de la construcción.

Interviniendo la ciencia de la antropométrico, ergonómico y normas INEN del hombre en movimiento; al caminar, jugar, pintar, comer, dormir, sentarse, bañarse, ejercitarse, etc., estableciendo dimensiones estandarizadas para ser aplicadas en las dimensiones de; circulación, puertas, muebles, pisos, ventanas, pasillos, baños, señalética, escaleras, etc., según la utilidad y actividades de cada espacio arquitectónico, en el puedan disfrutar de independencia, comodidad y confort. En donde exista equilibrio entre belleza y funcionalidad.

Información que se ve reflejada en el proyecto de diseño interior. Mediante los dibujos esquemáticos; planos, cortes, alzados, detalles constructivos, perspectivas e ilustraciones de los materiales, en el que se pueda apreciar visualmente la propuesta de diseño interior. Siendo necesario tener presente el respeto y relación con el medio ambiente con respecto a la utilización de los materiales naturales o artificiales, en el momento de la construcción, equipamiento y acabados.

Sin olvidar que la tecnología es una ayuda positiva en el medio de la comunicación, diversión, distracción y protección dentro del diseño interior.

La Gerontología.

En la gerontología, se evidencia que el hombre es como la flor, que con el tiempo inevitablemente se marchita. En su juventud fue fuerte, sensual y muy activo, mientras que en su vejez luego de haber servido al mundo solo busca descansar y sentirse útil mientras llega su final. En el año 1980, por Ilya Metchnikoff determina que el concepto gerontología está compuesto por dos raíces griegas, geros: anciano y logos: estudio. Y es durante el año 1909 cuando otro estudio del ámbito gerontológico Leo Nascher, médico de origen austríaco, acuña que el concepto de Geriátrica, término compuesto también por dos raíces griegas, geros: ancianos e iátrikos: tratamiento.

Según el máster Francesc Xavier Altarriba, se define a la gerontología como el *“estudio de la evolución y comportamiento del hombre en su vejez, desde características diferenciales entre el género masculino o femenino, hasta aspectos médicos, biológicos, psicológicos, sociales, culturales, económicos, jurídicos, y filosóficos”* (30) (p.1), en las diferentes actividades de la vida diaria. Y en la misma condición es la Ciencia que estudia las enfermedades sucedidas en la vejez y su determinado tratamiento. Para conservar una calidad de vida en la vejez.

La persecución, en la búsqueda de una vejez llena de abundancia en salud física, salud psicológica, y social, logrará incrementar y conservar el bienestar emocional del adulto mayor, como medicina innata que alimenta su alma y fortalece el cuerpo, porque en un buen estilo de vida no es suficiente la simple ausencia de enfermedad. Sin embargo la Gerontología junto a la geriatría según el criterio del mismo autor busca *“conservar la capacidad para la función”* (ídem) (p.2), en la vejez, procurando siempre un envejecimiento agradable, y digno.

Calidad de Vida en Adulto Mayor.

La calidad de vida en la vejez es el resultado de la lucha continua por vivir, en un mundo que envejece rápidamente. Una carrera de aprendizaje, servicio y progreso

(30) Altarriba Francesc Xavier, *Gerontología: Aspectos Biopsicosociales del proceso de envejecer*. Edición 7, S/F

individual y de una nación, desde el origen del hombre hasta nuestros días. Por lo que la ciencia de la salud y el avance tecnológico busca sin descanso el bienestar del hombre en la etapa de la vejez, fortaleciendo su derecho de disfrutar la vida en cada minuto como si fuera el último momento.

Según el pensamiento de Hernán Zapata Faras, el término Calidad de Vida en la vejez aparece en la década del 70 y 80, en cubierto por el desarrollo del “*concepto de bienestar, salud, la felicidad y el éxito; en los aspecto especiales de la existencia humana*” (31) (p.192), que se ven reflejados en los resultados obtenidos del; trabajo, actividades, recreación, educación en la vejez. En donde su salud es más quebradiza y de concurrentes pérdidas del funcionamiento de diversos tipos, y sin embargo según el criterio del mismo autor “*esto no impide que los mayores logren niveles aceptables de bienestar físico, psicológico, y social*” (idem), como cuando eran adolescentes.

Los estudios de la Calidad De Vida en el Adulto Mayor, tomando la referencia en el mismo libro se proponen profundizar en los factores objetivos que conducen al “*bienestar de los individuos, y en los procesos psicológicos que permiten afrontar el deterioro*” (idem). Aprendiendo a disfrutar del momento, apreciar las canas y respetar las arrugas, además de gozar de las actividades diarias en las dimensiones que su cuerpo lo permita, sin dejar de pensar que bueno es seguir viviendo.

Además según el pensamiento de Robert L. Schalock Miguel Ángel, todos los esfuerzos sobre calidad de vida en la vejez van dirigidos a “*añadir vida a los años mas que años a la vida*”. Y “*determinantes sociales de la salud*” (32) (p.164), porque en la vejez no importa la cantidad sino la calidad, el aprecio y felicidad de cada día. Sin duda un día divertido nadie lo puede robar y vale más que una mina de oro que alguien lo puede alcanzar. En conclusión, el propósito de calidad de vida en la vejez es suministrar al adulto mayor salud y felicidad, considerado como el punto crítico para conservar vivo al adulto mayor. Un trabajo de gran esmero y paciencia de todos los que forman una nación en beneficio de la última etapa del hombre.

(31) Zapata Faras Hernán, *Revista de Psicología, Adulto mayor*. 2001

Necesidades del adulto mayor

En la vejez las necesidades son múltiples, tanto emociones, físicas, mentales económicas, de vivienda y en especial las de salud. Que con el tiempo poco a poco se van deteriorando, presionando al hombre joven en la búsqueda de alternativas de mantenimiento del cuerpo y mente en la vejez. Sin olvidar que cada persona por su estilo de vida tiende a variar en sus necesidades y gustos.

Las actividades indispensables, que según el criterio del mismo autor “*se considera un componente importante para la promoción de la salud y para optimizar el proceso de envejecimiento*” (32) (p.174). Como un tiempo paralelo al de la niñez. En el que se aplica un cuidado minucioso y de requerimientos de salud en actividades del Adulto Mayor como; dormir, comer, descansar, aprender, jugar, rehabilitación y estudio.

El centro gerontológico dedicado al cuidado del adulto mayor deben ofrecer los siguientes beneficios para un envejecimiento placentero y mantenimiento adecuado del adulto mayor.

Cuadro No.7
Titulo: Necesidades en el envejecimiento

NECESIDADES E INDICADORES DE LA CALIDAD DE VIDA EN EL ENVEJECIMIENTO	
DIMENSIONES	INDICADORES
1. BIENESTAR FÍSICO	SALUD Salud física, actividad de independencia física.
	Habilidad sensorial (visual, auditiva)
	ATENCIÓN MÉDICA Asistencia médica, servicios de cuidado
	OCIO
	NUTRICIÓN
	MOVILIDAD
2. INCLUSIÓN SOCIAL	AMBIENTA RESIDENCIAL Ambiente de vida, provisión de servicios, calidad de servicios
	APOYOS
	ACTIVIDADES DE VOLUNTARIADO Participación, actividad

(32) Schalock Robert L. Verdugo Miguel Ángel, *calidad de vida en el adulto mayor*. Madrid, 2003.

3. BIENESTAR EMOCIONAL	BIENESTAR PSICOLÓGICO
	Satisfacción, felicidad, satisfacción con la vida
	SALUD MENTAL
4. DESARROLLO PERSONAL	Autoestima
	COMPETENCIA PERSONAL
	EDUCACIÓN
5. RELACIONES INTERPERSONALES	HABILIDADES
	APOYO
	INTERACCIONES Vida social, relaciones sociales, actividad,
6. DERECHOS	AMISTADES
7. BIENESTAR MATERIAL	DERECHOS
	EMPLEO
	Trabajo, incentivos, retiro
8. AUTODETERMINACIÓN	VIVIENDA
	AUTONOMÍA
	Independencia
	ELECCIONES
	METAS / VALORES PERSONALES

Cuadro 7. Calidad de vida en el adulto mayor. Pp. 172- 174

Fuentes: Schalock Robert L. Verdugo Miguel Ángel,

Ultima etapas de la vida.

En el Ecuador, según cifras de la encuesta Nacional de Salud, Bienestar y Envejecimiento, en el 2010 habían 1.192.475 adultos mayores que representaban el 8,33% de la población y se espera que para el 2015 este grupo represente el 12,6% (33). En conclusión el número de la población Ecuatoriana sigue creciendo rápidamente al igual que el porcentaje de adultos mayores. Motivando al hombre joven a crear lugares adecuados para vivir la vejez.

La vejez a la muerte: Según el pensamiento de Luis María Gonzalo Sanz, a esta etapa de la vida la consideran como “*un proceso normal y natural, caracterizada por un deterioro físico y mental, con pérdida de vigor; etapa también de la cosecha de todo lo vivido*” (34) (p.16), en el trabajo, preparación y en el cuidado personal de su juventud. Por otro lado siguiendo el criterio del mismo autor es la época en la que las “*células, los tejidos, los órganos y, por tanto, el individuo como tal, van perdiendo vitalidad*” (ídem) (p-18), día a día, viéndose obligados a adaptarse a situaciones y actividades en las que es necesitan un menor esfuerzo.

(32) Schalock Robert L. Verdugo Miguel Ángel, *calidad de vida en el adulto mayor*. 2003. Pág. 172- 174

La menopausia y el retiro del trabajo: según el pensamiento de la Psicóloga Virginia Santir nos dice, que entre los grandes acontecimientos que anuncia los últimos años, tenemos “*cuando una mujer llega a la menopausia, ya no debe preocuparse por el embarazo y puede entregarse al sexo con renovado abandono. Del mismo modo, al eliminar la obligación de trabajo todos los días, se pone a disposición ese tiempo libre para invertirlo en otras cosas*” (35) (p.364), como viajar, jugar. Estas manifestaciones concretas son innegables, además de ser aspectos positivos de la vejez y el inicio de un nuevo estilo de vida y mientras puede seguir sirviendo a la sociedad.

En la vejez existen también manifestaciones naturales del cuerpo que con el tiempo suelen ser vistos de manera negativa, como la caída de cabello, arrugamiento de la piel, olvido de los grades recuerdos, cansancio, la aparición de nuevas enfermedades y la renuncia obligada a responsabilidades. Y aun más cuando el nivel de la envejecimiento es bien avanzado y adjuntando el olvido familiar aparece la terrible soledad y depresión.

Mientras el privilegio de un envejecimiento saludable, siguiendo con el pensamiento del autor, la conservación de la autonomía funcional es decir la autovalencia, se manifiesta como la “*capacidad para tomar decisiones y ejecutarlas por sí mismo. Como contrapartida al envejecimiento patológico además de la dependencia*” (idem) (p.365), evitando la necesidad de ayuda parcial o total de otra persona para tomar decisiones o ejecutar las actividades de la vida diaria.

Sin duda el envejesimiento y sabiduría: es un don que se adquiere solo con los años y nadie se lo puede comprar o arrebatarse, según el criterio del mismo autor “*Las personas que envejecen saludables pueden ser fuentes de conocimiento y sabiduría por su experiencia, y tienen la capacidad para ayudar a los jóvenes y a sí mismo*” (idem). Además, el espíritu humano, la actitud y la autoestima mejoran con la edad, sucede con ellos lo mismo que con el vino.

(33) [Http://www.ecuadorlibre.com/centros-gerontologicos](http://www.ecuadorlibre.com/centros-gerontologicos).

(34) Luis María Gonzalo Sanz, *Manual de Gerontología*, España 2002,

(35) Santir Virginia, *Nuevas Relaciones Humana en el Núcleo Familiar*, México, S/f

En conclusión los adultos mayores merecen el respeto, paciencia y cariño al igual que todo ser humano. Sus años vividos le convierte en un hombre sabio y guerrero capaz de dirigir a su pueblo hacia la victoria hoy y siempre.

Desgaste físico y mental en los adultos mayores.

En lo que se refiere a Desgaste físico según Robert Schalock y Miguel Ángel Verdugo, en su libro “calidad de vida”: Manifiesta que *“el cuerpo se deteriora con el tiempo, si bien pueden distinguirse algunos cambios visibles como el cabello canoso, la piel arrugada y la espalda encorvada, por otro lado algunos de los cambios biológicos internos se refieren a que el sistema urinario se vuelve más lento y menos eficaz en la eliminación de toxina y otros productos de desecho y el encogimiento de las arterias hace que el bombeo de sangre en todo el cuerpo consuma más energía y se agote fácilmente”* (36).

El desgaste físico del adulto mayor son problemas que se han relacionado con las complicaciones de la obesidad, la hipertensión, la parálisis cerebral, la salud dental, enfermedades coronarias e infartos, en algunas etologías. *“Enfermedades que si no se las tratan a tiempo, se vuelven más críticas y amenazantes, incrementando el descenso físico y funcional en los mayores. Requiriendo un control diario y cuidadoso para evaluar su tratamiento”* (Ídem).

En lo que se refiere al desgaste mental del adulto mayor, según el pensamiento del autor Sandalio Rodríguez Domínguez nos dice que el desgaste mental en la vejez, *“es la discapacidad intelectual que afectan directamente a su funcionamiento cognitivo y afectivo, repercutiendo negativamente en su nivel de funcionamiento general y en su calidad de vida”* (37) (p.55). Puesto que la mente es la parte más importante del cuerpo, siendo el motor que dirige el funcionamiento corporal del hombre. Que con el paso del tiempo se desarrolla o se deteriora.

Siguiendo en el criterio del mismo autor, la investigación psicogerontológica estudia las dificultades de la mente y se incardina en una amplia temática referida a las *“aptitudes mentales, funcionamiento de la memoria, habilidades y*

(35) Santir Virginia, *Nuevas Relaciones Humana en el Núcleo Familiar*, México, S/f

(36) Robert L. Schalock Miguel Ángel Verdugo, *calidad de vida*. Madrid, 2003.

estrategias de aprendizaje, elasticidad o rigidez del carácter, auto concepto, afectividad y movilidad emocional, regresión de la personalidad en situaciones de inseguridad, o incluso a la creatividad excepcional en la vejez” (ídem) (p.56). Así como la disminución de la agudeza sensorial en sus correlatos para asignar las actividades que puedan desempeñar en su vejez según su capacidad intelectual o salud mental.

En definitiva cuando el hombre envejece su cuerpo y mente se vuelven más frágiles, por lo que los adultos mayores necesitan lugares o centros gerontológicos, capacitados para tratar sus enfermedades, además de procurar la tranquilidad y comodidad del adulto mayor.

Actividades poco vigorosas en el Adulto Mayor.

Es el conjunto de ocupaciones que puede realizar el adulto mayor tanto como su cuerpo puede tener. La intensidad de diferentes formas de actividad física varía de una persona a otra, según lo ejercitado que esté cada uno y de su forma física, afín de mantener su flexibilidad. Ya que durante la vejez los músculos del cuerpo tienden a endurecerse y pierden la flexibilidad.

Según el criterio del mismo autor Rodríguez Domínguez Sandalio, los adultos mayores *“necesitan hacer ejercicios poco vigorosos, en actividades que necesitan de poca energía corporal y mental, como son los ejercicios aeróbicos, saltar la cuerda, hacer manualidades, correr, nadar, etc.”*⁽³⁷⁾. Asimismo la coordinación de distracción en la tercera edad, se mantiene a través de los juguetes y actividades físicas como las de un bebé. Si los adultos mayores participan en una gran cantidad de actividad física acorde a la capacidad de su cuerpo, su cerebro se mantiene activo. Permitiendo que el adulto mayor pueda trabajar tranquilamente sin afectar a su estabilidad, a lo contrario le permite mejorar su salud física y mental.

Los ejercicios de las personas físicamente débiles pueden *“ser ejercicios de rehabilitación y la practicar la jardinería”* ⁽³⁸⁾. Porque el jardín con las plantas y

(37) Rodríguez Domínguez Sandalio, *Ediciones Universidad Salamanca*.

los árboles alrededor en un ambiente de paz dos de la tercera edad pueden sentir una especie de unión con ellos que no les permite descubrir en la asociación humana. *“La jardinería es considerada como una de las pasiones más importantes de la tercera edad (idem).*

Disfrute de la vida en la vejez.

La convivencia con la familia y los amigos es importante para sentirse bien en la vejez, pero lo principal es quererse uno mismo con todos los defectos. Sobre las características y puntos que se presentan en el disfrute de la vejez existe; *“disfrute de la afectividad” (39).* Es el goce de la compañía y no pensar negativamente que es caridad o compasión y *“el respeto de los derechos humanos, que corresponde a la felicidad, autorrealización, acceso al trabajo, la salud, la recreación “(idem).*

“Además la seguridad social y las posibilidades de acceder a una vivienda digna con todos los servicios públicos en la participación en las acciones colectivas, respeto por la democracia, acceso a los nuevos medios electrónicos, disfrute de las manifestaciones artísticas, facilidad de estudiar investigar, actualizarse y espacios de participación “(idem). Como parte activa de una sociedad. Para lo cual el adulto mayor debe mantenerse siempre activo, alimentarse saludablemente y evitar el estrés. Como podemos observar en la imagen N. 11, para poder disfrutar la vida o jugar en la tercera edad no existe límites de creatividad, *“como el juego de la infancia; pasa pasa birun birun”.*

Fig. No.15
Titulo: Todos pueden jugar



Fuentes:
adultos-mayores-en-convivencia.@minsa.gob.pe jpg

(38) <http://es.prmob.net/jubilado/vejez/mayores-289796.html>

(39) <http://www.funlibre.org/documentos/lemaya2.htm>. Disfrutar-la-vida- de-adulto-mayor.

Bienestar en el adulto mayor

El bienestar en el adulto mayor se considera a los factores que contribuyen a predecir y mantener al mismo en buenas condiciones emocionales. Los factores considerados fueron el género, el estrato socioeconómico, el estado civil, la edad, la escolaridad, la autonomía y la falta de ella, la presencia o ausencia de enfermedades y las interacciones sociales con el bienestar personal.

Según el pensamiento de Ruiz, A. Pardo *“El concepto de bienestar incluyó la satisfacción actual y satisfacción con la vida, el estado de ánimo, la percepción del tiempo, la percepción de felicidad actual y la apreciación de felicidad a lo largo de la vida”* (40). Todo lo anterior mente mencionado nos lleva a la conclusión que el Bienestar en la vejez es el reflejo de lo que cada persona tiene, ya sea emocional o material.

Relaciones en el adulto mayor

Las relaciones en los adultos mayores al igual que en su juventud, buscan ambientes de amistad, fraternidad y cariño. Con el lema mientras más amigos con quien dialogar, compartir actividades, jugar, sonreír, mucho mejor. En los siguientes pensamientos del Autor Ruiz Pardo, nos dice *“las relaciones son elementos del ambiente social lo que llamamos sociedades de tipo humano que implican estructuras, funciones, actividades, relaciones, familia, convivientes y seguros sociales”* (40).

Las buenas relaciones familiares en la tercera edad, se enriquece por la presencia de personas que cuidan de ellos y a quienes éstos sienten cercanos. La familia es todavía la fuente primaria de apoyo emocional, y en la edad avanzada tiene sus propias características especiales. Las relaciones interpersonales en la tercera edad según Karen Fingerman *“suelen ser más satisfactorias que las de los jóvenes”* (idem). Para el fortalecimiento de las relaciones humanas existen programas de fortalecimiento familiar en el que puedan interrelacionarse e interactuar.

(40) Ruiz, A. Pardo, Calidad de vida relacionada con la salud. *Universidad Autónoma de Madrid*.

- Programa de apoyo socio-educativo para las familias
- Programa de formación para familias y cuidadores
- Participación activa de usuarios y familiares

Las Buenas relaciones sociales de la tercera edad, según el criterio del mismo autor, *“es la habilidad de interaccionar bien con la gente y el ambiente, habiendo satisfecho las relaciones interpersonales. Evalúa la repercusión del estado de salud sobre el desempeño habitual de las relaciones sociales, el aislamiento social debido a incapacidad física y las alteraciones del desempeño de roles sociales en la vida familiar y laboral”* (ídem).

Con la edad, los individuos regulan también mejor sus propias emociones cuando algo o alguien les enfadan o molesta. Asimismo, las personas mayores cuentan con otra ventaja: suelen tener más opciones que las jóvenes de elegir con quiénes se relacionan porque normalmente, ya no tienen que acudir a sitios de trabajo en los que las relaciones interpersonales se imponen por razones ajenas al deseo personal. Por último, las personas mayores cuidan y valoran más cada momento sus relaciones y procuran mejorarlas mediante programas.

- Programa de recreación grupal
- Programa de intercambio intergeneracional
- Tiempo libre: juegos de mesa, paseos, cineforo, etc.
- Programa de aprendizaje de computación e Internet
- Programas culturales: arte, día del abuelo, conversatorios
- Programas de comunicación masiva.

Luego de revisar los conceptos de Ruiz Pardo, Calidad de vida relacionada con la salud, llegamos a la conclusión que la soledad en la vejez es muy cruel. Siendo necesario fomentar las relaciones familiares y sociales, mediante los diversos programas mencionados en lugares aptos para su fusión; socializar, divertir, jugar, etc., que influyan de manera positiva en la autoestima del adulto mayor además de mantenerse activos y dinámicos.

(40) Ruiz, A. Pardo, *Calidad de vida relacionada con la salud*. Universidad Autónoma de Madrid. PDF

Bienestar física en el Adulto Mayor.

El plan de actividades para el bienestar físico del adulto mayor, se relaciona con *“los aspectos de la salud y el bienestar físico, con la repercusión de la sintomatología clínica sobre la salud. Para contrarrestar las deficiencias de la visión, la audición y el habla, y de los trastornos del sueño, y mejorar la capacidad de motilidad fina (destreza), la motilidad gruesa (movilidad) y mejorar la autonomía del adulto mayor”* (41).

Mediante actividades de: Resistencia (cardiorrespiratorio o aeróbico) como subir escaleras, caminar enérgicamente, etc. Fortalecimiento (fuerza) de los músculos y huesos mediante la acción de empujar, fraccionar, escalar, etc. Equilibrio en actividades de sentarse y ponerse de pie sin utilizar las manos, caminar por una línea, etc., y Estiramiento (flexibilidad) en actividades de flexión de los brazos, tronco, extensión de las piernas, etc. Y actividades deportivas.

Según el nivel de susceptibilidad de la enfermedad del adulto mayor. Mediante hábitos saludables se preservar el peso corporal, la agudeza visual, fuerza, potencia, coordinación, nivel de tolerancia y rapidez de recuperación de su cuerpo. Requisitos de la vejez para conservar el cuerpo en buenas condiciones, como podemos ver en la figura N.13, en donde el abuelito puede jugar beisbol tranquilamente sin necesidad de ayuda.

Fig. No.16
Titulo: Bienestar físico



Fuentes:
http://www.terapia_golf_villanueva.com

(41) <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaDim.html>

Y se puede observar, si un adulto mayor goza de bienestar físico, consigue conservar el *“Funcionamiento eficiente del cuerpo, resistencia a enfermedades, la capacidad física de responder apropiadamente a una diversidad de eventos y un nivel adecuado de aptitud física”* (ídem). A más de de expresar energía, vida y motivación hacia los demás.

Bienestar psicológico en el adulto mayor.

Algunos autores llaman a esta dimensión salud mental. *Recoge la repercusión del funcionamiento cognitivo. El adulto mayor goza de la capacidad para evocar recuerdos a corto y largo plazo, y la capacidad de pensar con claridad. También conserva la vitalidad o energía percibida para afrontar problemas derivados de la enfermedad o tratamiento”* (41).

La mente sana en la vejez permite planificar de mejor manera las actividades de la vida cotidiana, mantener buenas relaciones armoniosas con los demás, satisfacer necesidades instintivas potencialmente en conflicto sin lesionar a los demás y ser capaz de participar en las modificaciones positivas del ambiente físico y social. Como podemos observar en la figura N. 12 en la vejez también existen motivos de felicidad y amigos con quien compartir.

Fig. No.16
Titulo: Bienestar Psicológico



Fuentes:
<http://www.Remodelación-de-la-Casa-Hogar-para-el-Adulto-Mayor.com>

(41) <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaDim.html>

Asimismo las características que reflejan los adultos mayores que gozan de bienestar psicológico son *“intelectuales, existencia del equilibrio interior y afectivo, el individuo, vive satisfecho de sí mismo, se siente bien con relación a las demás personas y puede hacer frente a las exigencias de la vida”* (idem). En cualquier circunstancia de su vida.

Felicidad y éxito en los adultos mayores

La felicidad y éxito en los adultos mayores, se convierte en un tesoro anhelado. Según el concepto de Lionel Vidal Díaz, en lo que dice *“La valoración de la vejez y llegar a la felicidad es el reflejo de un alto autoestima, es el fundamento sobre el cual se identifica la capacidad de cualquier individuo para resolver los problemas”* (42). Los años tienen poco que ver con las interacciones personales o con la manera como honremos la vida. Como en la figura N.13 nos deja en claro no hay límites y fechas para cumplir los sueños. Ejemplo Reyna del centro gerontológico de Píllaro.

Fig. No.17

Titulo: Bienestar Psicológico – derechos.



Fuentes:

Victoria Ibarra – centro gerontológico Píllaro.

El éxito en la vejez es el resultado de las metas cumplidas y la satisfacción en los sentimientos, vivencias, pensamientos, y emociones relacionados con cada ser. Según el pensamiento del mismo autor esta *“recolección de experiencias es acumulada y procesada de manera inconsciente, hasta elaborar un conjunto de opiniones y sentimientos respecto al propio individuo”* (idem).

(41) <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaDim.html>

(42) Lionel Vidal Díaz, Autoestima y Motivación, Santafé de Bogotá.

En conclusión la felicidad es un derecho de todos, que debe persistir hasta los últimos días de sus vidas. Placidez en la que todos intervienen, ya que el éxito personal es el resultado de las cosas positivas que el hombre efectúe para cumplir sus fines y llegar a la felicidad.

El Autoestima en el adulto mayor

La autoestima es el sentimiento valorativo de cada ser, en el que influye muchos factores de manera positiva y negativa. Los siguientes pensamientos son de la autora Virginia Santir y nos dice *que la autoestima alta dentro de esa franja, se caracteriza por su madurez, tolerancia a las diferencias y aprobación de sí mismo. De desarrollar relaciones satisfactorias, encontrar un empleo o actividades enriquecedoras, aparte de honrar la vida y el universo.* (43) Ya que en la vejez el autoestima es más sensible y vulnerable.

El disfrutar de una alta autoestima en la vejez. Como en la figura N.14 sin necesidad de decirlo es simplemente expresado en las miradas o gestos corporales. Dos parejas que se ven felices, disfrutando el momento.

Fig. No.14
Titulo: alto autoestima



Fuentes:
El papel del psicólogo en la residencia- - Diario de Navarra.htm

Un alto autoestima permite tener confianza en sí mismo, ser el tipo de persona que quiere ser, aceptar retos personales y profesionales, entender el fracaso como parte de su proceso de crecimiento, disfrutar más de los demás y de sí mismo, tener

(43) Virginia Santir, *Nuevas Relaciones Humana en el Núcleo Familiar*, editorial pax México.

mejor capacidad para dar y recibir amor, etc. Y capases de sentirse importantes y único en cualquier lugar que se encuentre.

Tener presente que la autoestima en la etapa de la vejez es más manipulable por todo lo que le rodea. Y en aquel lugar menos pensado puede cambiar, como en un ambiente atractivo, rítmico, tranquilo y divertido el adulto mayor puede encontrar sensaciones positivas que les permiten sentirse bien y aceptase tal como es y en donde este.

La educación en el adulto mayor.

La educación en el adulto mayor constituye en nuestros días un proceso de gran importancia, con ella pueden lograrse un mejor estilo de vida en el anciano donde existan proyectos, esperanzas y el *“conocimiento real de sus potencialidades, de sus valores y hasta dónde puede llegar. Y permite preparar al anciano para llevar una vida más llevadera (44).*

La verdadera educación no se relaciona solo con el nuevo aprendizaje, sino el estar capacitado para recibir lo que la vida nos enseña diariamente, *“mediante la educación se puede lograrse que el anciano se encuentre interesado en el futuro, que se sienta parte de la sociedad, con funciones y roles social. Los centros educativos son agentes importantes que interaccionan con el anciano en su estimulación y preparación de la vejez (ídem).*

El hombre siempre está listo para aprender algo nuevo en cual quiere momento como educación permanente, en la escuela de la vida. En la tercera edad la educación es el apoyo psicológico, para el progreso y bienestar de su desenvolvimiento diario. Desarrollando otras destrezas, explotando la creatividad, expresión del lenguaje, reconocer las cosas, jugar, alimentarse, y en el aseo personal de los niños adultos.

(44) <http://www.redadultosmayores.com.ar/educacionAM.htm>

Autosuficiencia del adulto mayor

La autosuficiencia en la vejez, es poder hacer las cosas en cualquier momento, lugar y sin esperar la ayuda de alguien. El autosuficiencia es un estímulo fabuloso para continuar siendo productivo, el buen envejecimiento es la necesidad de todos los adultos mayores, para enfrentar y vencer los obstáculos de la vida, utilizando la fuerza y concordancia de su cuerpo.

“La razón para luchar por la autosuficiencia en la vejez, es para ser capaz de analizar y resolver las dificultades. Desempeñar un rol significativo como reservorios de conocimiento y habilidades, también pueden operar como mentores y monitores del aprendizaje” (45). Un gran ejemplo de autosuficiencia es considerar que los adultos mayores continúan con actividades vinculadas como trabajos o profesiones precedentes.

La autosuficiencia es también el desarrollando de habilidades, conocimientos y capacidades de independencia del adulto mayor: en actividades físicas, actividades recreacionales, en el deporte, al trasladarse de un lugar a otro, hacer trabajos manuales, alimentarse, etc., mejorando su autoestima.

Adaptación social por parte del adulto mayor

Los individuos se encuentra en un proceso de constante desarrollo y cambio, dicho proceso se apoya en la capacidad de adaptación, para sobrevivir y seguir desarrollándose. La adaptación es externa e interna afrontando el éxito y el fracaso de todo lo vivido y por vivir.

“Sus reacciones y conductas pueden ser variadas, los adultos mayores pueden regresar a épocas anteriores (infantilismo) o superar y lograr un nuevo equilibrio en los cambios de carácter, conducta, necesidades de dominio o auto afirmación” (46). En etapas anteriores daban plenitud a sus necesidades afectivas y emocionales sin límites, mientras en la nueva etapa las necesidades cambiaron,

(45) <http://www.adultosmayores.com.ar/Autosuficiencia.htm>

solo le queda buscar nuevas reacciones y emociones limitado a sus posibilidades o a la época infantil. *“Evitando en el adulto mayor el aislamiento, apegamiento a sus bienes, refugio en el pasado, negarse al cambio, agresividad y hostilidad” (idem).*

El goce de buena salud en la vejez, permite desarrollar habilidades para afrontar los cambios y reclamar a la sociedad *“el respeto a los derechos y deberes ciudadanos, el derecho a la información, alfabetización, derechos a la tecnología y sentirse parte de la sociedad mediante la auto valoración” (idem).* Ablandando la resistencia e impidiendo la pérdida de autoestima, independencia, salud, amigos, etc. Para que puedan disfrutar y aceptar la vejez.

Recreación en el adulto mayor

La diversión en el adulto mayor, favorece en el bienestar y alivia las tensiones, en la última etapa de la vida existe más tiempo libre para *“la recreación o programas de ocio, como un proceso de acción participativa y dinámica que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creaciones y libertad” (47).* Para el mejoramiento de la calidad de vida individual o grupal del adulto mayor, mediante la práctica de actividades físicas, intelectuales o de esparcimiento en diferentes niveles o en diferentes formas. Además de actuar como medio de integración social del adulto mayor,

Las modalidades de recreación que pueden ser instrumentadas, dejando siempre abierta la opción de libre elección son: recreación artística y cultural, recreación deportiva, recreación pedagógica, recreación ambiental, recreación comunitaria, recreación terapéutica. Como podemos observar en la figura No.15 las ganas de jugar, de divertirse siempre está presente.

(45) <http://www.adultosmayores.com.ar/Autosuficiencia.htm>

Fig. No.19
Titulo: alto autoestima – diversión



Fuentes:
Victoria Ibarra. Centro Gerontológico Píllaro.

La recreación artística, cultural, deportiva y pedagógica: la finalidad principal es el mantenimiento, desarrollo y recuperación de habilidades diversas; servir de estímulo de la creatividad que contribuyan al bienestar y autoestima.

La recreación ambiental: propiciar el disfrute de las relaciones con el medio ambiente, propicia la identificación con este, y fomenta el desarrollo de una cultura sostenible y la motivación por su preservación.

La recreación comunitaria: es la creación o fortalecimiento de redes de apoyo social, especialmente para las personas que viven solas, o tienen escasos recursos.

La recreación terapéutica: orientada a personas con problemas funcionales, físicos o psicológicos y puede ser ella misma vehículo o instrumento de rehabilitación o complemento de programas diseñados a estos fines (ídem).

(46) [http://www. Enplenitud.com/psocologia-del-adulto-mayore.htm](http://www.Enplenitud.com/psocologia-del-adulto-mayore.htm)

(47) <http://adultomejor.blogspot.com/recreacion-en-el-adulto-mayor.html>

Conclusión sobre la calidad d vida en el Adulto Mayor.

Después de haber consultado las bibliografías de los autores Robert L. Schalock Miguel Ángel Verdugo, Hernán Zapata Faras, Lionel Vidal Díaz y otros, llegamos a la conclusión que el termino calidad de vida en los adultos mayores, significa esperanza de una vida satisfactoria en la vejez. Mediante una buena estadía, educación, salud, atención, rehabilitación y entretenimiento, en contraposición al deterioro producido por el envejecimiento.

El envejecimiento es la época de un sin número de perdidas, tanto materiales como sentimentales en la que todos intervienen de manera directa o indirecta, manipulando su estado físico y mental., además con la debilitación de su cuerpo aparecen las enfermedades físicas y mentales. Por otro lado el cambio de actividades muy ejercitadas a poco vigorosas, como resultado del cambio biológico de su cuerpo, surge la inestabilidad mental en el Adulto Mayor.

En respuesta a las necesidades de la vejez llegamos a la conclusión que la última etapa de la vida es la más difícil. Se necesita un equipo de trabajo desde la naturaleza hasta el positivismo del adulto. Para crear un ambiente adecuado a las necesidades de su cuerpo y mente, que les permita valerse por sí mismo, amarse como es, además de seguir aprendiendo, trabajando, jugando, participando en la social y a aceptar los cambios de la vida de manera positiva. Al ofrecer calidad de vivienda, salud, alimentación, educación, tiempo de ocio y en especial la motivación a la felicidad, la vida del adulto mayor será más agradable y llevadera en el transcurso del tiempo.

Centro gerontológico y geriátrico centrado en la persona.

La Ciencia de la Salud centrada en la vejez y en alianza con la Arquitectura ha construido centros para el cuidado del adulto mayor. Según el pensamiento de Teresa Martínez Rodríguez nos dice el Centro Gerontológico con la intervención de geriatría, están “*destinados al cuidado diario del adulto mayor, para que encuentren un espacio adecuado donde se promueva su autonomía e interactúen con su mismo grupo etario en condiciones de bienestar*” (48 (p.39)). Como podemos observar en la figura No.16 un grupo de adultos mayores, se encuentran compartiendo su tiempo de ocio y fortaleciendo sus nuevas amistades.

Fig. No.20
Titulo: tiempo de ocio.



Fuentes:
Tercera edad – centro gerontológico.

Según el criterio del mismo autor, los centros gerontológicos son lugares donde los adultos mayores pueden mejorar su salud física y mental, “*mediante la oferta de servicios que promuevan su integralidad Bio-psico-social y espiritual, mediante programas de prevención especializada, para el fortalecimiento de sus relaciones familiares y sociales, así como la preparación que debe tener el envejeciente para la visibilización social y dignificación de adulto mayor en la sociedad*” (*idem*). Todo esto gracias a los servicios de atención Integral hacia el adulto mayor en los centros gerontológicos.

En conclusión el centro gerontológico, se convierte en una nueva casa apta para vivir la vejez, por sus características Arquitectónicas y sobre todo por su estructura interior. Donde cada espacio se encuentra equipado y diseñado según su

(48) Teresa Martínez Rodríguez, la atención gerontológica centrada en la persona, vitoria-Gasteiz,

función ya sea individual o para un grupo de adultos mayores. Un lugar donde cada día se viva una aventura, alegría y un amigo más, fomentando la vida, la autoestima y la salud del Adulto Mayor.

Servicios y atención al adulto mayor.

El centro gerontológico tiene el carácter identificable, que es la función de albergar, como edificio de servicio público, pero integrado en el entorno de forma armónica. Los edificios gerontológicos y el entorno están pensados o proyectados para garantizar la accesibilidad de todos los adultos mayores, para que puedan moverse independientemente.

Cada adulto mayor tiene un sin número de sugerencias para su vivienda, como diferentes costumbres, gustos y actitudes. En equilibrio y pensando en la utilidad del espacio para todos, los centros gerontológicos ofrecen los siguientes servicios, según el criterio del mismo autor (49).

- ❖ Alojamiento y Manutención.
- ❖ Cuidado personal y protección del usuario.
- ❖ Atención geriátrica y rehabilitadora.
- ❖ Atención social.
- ❖ Acompañamientos en la realización de gestiones, visitas médicas.
- ❖ Transporte adaptado.
- ❖ Podología, peluquería.
- ❖ Asistencia religiosa y/o espiritual.

Espacios para el convivir diario del adulto mayor.

Según el análisis de la Fundación Rey Ardid, “*en el espacio las comunicaciones horizontales y verticales del edificio responden a un esquema claro, que ayuda a la orientación de los usuarios*” (49), evitando las circulaciones cruzadas y compartidas entre los servicio y residentes. Los espacios del centro gerontológico

(49) Fundación rey ardid – Proyecto centro gerontológico juslibol).

son multifuncionales y hechas para un grupo de personas, asimismo son distribuidas según las actividades a realizarse. Para su estadía los centros gerontológicos, al igual que una vivienda para adulto mayor requieren:

- ❖ Recepción, Administración.
- ❖ Cocina, Comedor, Sala.
- ❖ Salas de terapias, Gimnasio, sala de juegos, Salas comunes de usos múltiples.
- ❖ Habitaciones de hombres y mujeres.
- ❖ Zonas de almacenaje.
- ❖ Baños geriátricos, Lavandería, Vestuarios,
- ❖ Zona de servicios del edificio.

Para que los Adultos Mayores puedan descansar, alimentarse, relajarse, hacer su aseo, arreglarse, divertirse y ejercitar el cuerpo en un determinado orden. Sin olvidar la existencia de zonas ajardinadas que favorecen la estancia al aire libre.

Autonomía del adulto mayor.

Partiendo del reconocimiento de la dignidad de todo ser humano, las personas mayores buscan la independencia posible, en una situación de fragilidad o dependencia en su proceso de atención personal, para así mejorar su bienestar subjetivo.

Bienestar subjetivo o derechos del Adulto mayor.

La atención gerontológica y geriátrica centrada en la persona, siguiendo líneas generales y la propuesta de principios rectores en el modelo de atención integral en las personas en situación de dependencia, los adultos mayores necesitan el respeto de sus derechos. Según el criterio de Teresa Martínez Rodríguez las necesidades del alma en la vejez son las siguientes:

(49) Fundación rey ardid – Proyecto centro gerontológico juslibol).

- ❖ **Dignidad:** Las personas mayores, con independencia del estado en que se encuentren con respecto a sus capacidades, tienen derecho al respeto a su diferencia, y a ser consideradas como seres valiosos y merecedores de respeto al igual que el resto de seres humanos.
- ❖ **Competencia:** Las personas mayores tienen capacidades, con independencia de los apoyos que precisen, para desarrollar, en mayor o menor grado, actuaciones competentes.
- ❖ **Autonomía.** Las personas mayores tienen derecho a mantener el control de su propia vida, y por tanto, a actuar con libertad.
- ❖ **Participación.** Las personas mayores tienen derecho a estar presentes en la toma de decisiones que afecten al desarrollo de su vida.
- ❖ **Integralidad.** La persona es un ser multidimensional en el que interactúan aspectos biológicos, psicológicos y sociales.
- ❖ **Independencia.** Las personas mayores tienen derecho a mantener el mayor grado de independencia posible en su vida cotidiana y a recibir apoyos diversos y adaptados a su situación que minimicen su dependencia de los demás. (50)
- ❖ **Individualidad.** Todas las personas son iguales en cuanto a sus derechos de ciudadanía pero cada una de ellas es única y diferente.
- ❖ **Inclusión social.** Las personas mayores son miembros activos de la comunidad y ciudadanos con derechos. Por ello, han de tener acceso y posibilidad de disfrutar de los recursos comunitarios en igualdad con el resto de la población.

(50) Teresa Martínez Rodríguez, la atención gerontológica centrada en la persona, servicio central de publicaciones de Gobierno Vasco, vitoria-Gasteiz,

- ❖ **Bienestar.** Las personas mayores han de tener acceso a programas dirigidos a la promoción de su salud y a la mejora de su bienestar personal (físico, material y emocional).
- ❖ **Continuidad de la atención.** Las personas mayores en situación de fragilidad o dependencia de ben tener acceso a los apoyos que precisan de manera continuada y adaptada permanente mente a las circunstancias cambiantes de su proceso. (ídem)

Programas de prevención para los adultos mayores.

Programas de preparación y disposición de los adultos mayores en el centro gerontológico son aplicados para anticipar, evitar o mejorar los daños físicos y mentales del adulto mayor, según sus capacidades y gustos. Los programas psico-emocionales en educación, recreación y socialización del adulto mayor que a continuación detallaremos son:

Programas para psico-emocional del adulto mayor.

- ❖ Programas de apoyo psicológico y social: el apoyo psicosocial busca fortalecer su identidad, autonomía y sentido de pertenencia. Este programa potencia además la vinculación de las personas mayores con su entorno inmediato. (51)
- ❖ Servicio de atención psicológica para el/la adulto/a mayor: trata de crear espacios grupales, para compartir diferentes actividades con el objetivo de estimular la memoria. Permitirse construir un espacio de reflexión en el cual poder desplegar inquietudes, cuestionar verdades sostenidas durante décadas y comenzar a ponerle palabras a las diferentes emociones, desafíos y cambios que se van presentando.

(50) Teresa Martínez Rodríguez, la atención gerontológica centrada en la persona, servicio central de publicaciones de Gobierno Vasco. vitoria-Gasteiz.

- ❖ Programas educativos y preparación para el envejecimiento saludable: Con el ánimo de promover hábitos y estilos de vida saludable, el Ministerio de Salud y Protección Social fomenta de la actividad física, alimentación saludable y el control del consumo de tabaco, de esta manera se busca promover estilos de vida saludables y reducir los factores de riesgo de obesidad y de las enfermedades no transmisibles.
- ❖ Programa de relajación y meditación: se trata de meditación de respiración profunda, relajación muscular, meditación de escaneo corporal para aliviar el estrés y programa de acompañamiento espiritual.
- ❖ Programas de recreación: actividades de entretenimiento en el tiempo libre de los adultos mayores, en programas de arte, culturales, teatro, danza, música, huertos, pintura, etc. y como programa de terapia ocupacional, mediante Técnicas de Apoyo Psicomotriz.
- ❖ Programas para el bienestar familiar: se refiere a los programas socio-educativo para las familias y cuidadores. Programas de participación activa de los familiares y usuarios como la navidad.
- ❖ Programas para el bienestar relacional: se trata de actividades para mejorar la relación grupal, mediante la recreación, intercambio intergeneracional y tiempo libre (ídem).

Programas para bienestar físico del adulto mayor.

- ❖ Servicio de rehabilitación: Mantener la máxima movilidad articular mantener o restaurar la independencia, mantener o incrementar la fuerza muscular, lograr un buen patrón de marcha y equilibrio, valorar postura, historia de caídas, lograr la confianza y cooperación del paciente desde el inicio.

(51)http://www2.ucsg.edu.ec/index.php?option=com_content&view=article&id=916&Itemid=851
 Universidad católica de Santiago de Guayaquil.

- ❖ Programa de Fisioterapia; es ejercicio y salud. Es el aporte que la terapia física puede tener en combatir o retardar, los procesos involutivos de la edad (mantener equilibrio, marcha e independencia). Mediante la movilidad de los brazos, hombros, piernas, cintura, cuello, espalda, y la relajación corporal.
- ❖ Programa de Nutrición y Estética: Se presentan sobre la situación social y de salud del adulto mayor, sobrepeso y obesidad en conductores de transporte público, expendio de alimentos, conocimientos y prácticas en salud, balance nutricional en pacientes con cáncer, síndrome de falta de apetito y obesidad en la tercera edad. (ídem)

Atención médica o geriátrica.

La gerontología trabaja a la par con la geriatría para el beneficio del adulto mayor. *“Esta ciencia evalúa de manera sistemática el problema y da el diagnóstico etiológico, que permitirá evaluar la magnitud de la enfermedad y de la disfunción física y mental, con el fin de seleccionar racionalmente el tratamiento y las necesidades de apoyo”* (52) en la comunidad de la tercera edad, para detener las enfermedades y conservar su salud.

Según el artículo de la salud en la tercera edad, se rige en la medicina rehabilitación y fisioterapia, según el deterioro y capacidad corporal de cada adulto mayor. Además *“la valoración clínica del adulto mayor está destinada a cuantificar, en términos funcionales los problemas Bio-psico-sociales, del paciente, así como las capacidades residuales o el tratamiento con que cuenta para enfrentar el proceso rehabilitador,* (ídem) en definitiva la geriatría se encarga de estudiar las enfermedades físicas, mentales y sociales del adulto mayor, para establecer su tratamiento adecuado y mejorar su calidad de vida.

El diagnóstico etiológico del adulto mayor.

Según el mismo artículo de Rehabilitación – Fisioterapia. “*El diagnóstico es el acto de conocer la naturaleza de una enfermedad mediante la observación de sus síntomas y signos del Adulto Mayor*” (52). El diagnóstico se establece mediante el análisis de los siguientes signos.

- ❖ Lenguaje, estado psicológico y mental del enfermo.
- ❖ Estado nutricional y alimentación.
- ❖ Frecuencias cardíaca y respiratoria.
- ❖ Resultados de las actividades de la vida diaria.
- ❖ Amplitud articular, Tono y Fuerza muscular.
- ❖ Sensibilidad superficial y profunda.
- ❖ Marcha y equilibrio, incluyendo evaluación de miembros inferiores.
- ❖ Reflejos, Movilidad y Complicaciones.

Todos estos puntos permiten conocer el grado de deterioro funcional y la reserva potencial en la capacidad física con que cuenta el paciente, a fin de diseñar un espacio a nivel de sus actividades, que contribuya adecuadamente en el tratamiento de rehabilitación del Adulto. (Ídem)

Tratamiento para el Adulto Mayor.

Es el conjunto de medios que se emplean para curar o aliviar una enfermedad. Como ejemplo la aplicación sistemática de los programas de rehabilitación, y el trabajo de equipo ha de ser coordinado e interdisciplinario para conseguir el objetivo común de facilitar una atención integral y abordar todas las necesidades que presentan las personas con discapacidad.

La rehabilitación incluye todas las medidas destinadas a reducir el impacto de la discapacidad y conseguir la mayor integración social, con la participación del paciente, como de la familia y la sociedad. El proceso rehabilitador se lleva a cabo con un equipo multidisciplinario que incluye médico especialista en

(52) MIEMBROS DEL GRUPO DE TRABAJO INTEGRADO (GTI): PLAN DE REHABILITACIÓN – FISIOTERAPIA, Diciembre 2010 Versión 0

rehabilitación, foniatras, fisioterapeutas, logopeda, terapeuta ocupacional, técnico ortoprotésico, personal de enfermería, trabajador social y psicólogo. (Ídem) según el tratamiento adecuado, como ejemplo.

- ❖ Programas de estimulación cognitiva.
- ❖ Mantenimiento de las actividades de la vida diaria (AVD).
- ❖ Orientación a la realidad.
- ❖ Terapia de reminiscencia.
- ❖ Reeducción psicomotriz.
- ❖ Musicoterapia. Etc.

Ejercicio y Salud en el Adulto Mayor.

El ejercicio alimenta la salud: nunca es demasiado viejo para ponerse en forma, según el pensamiento Soledad García, Matilde González, Roberto Ibarra dicen, “*Moverse es cuidarse*” (53) porque el ejercicio es una de las cosas más saludables que se puede realizar. Las personas mayores pueden hacer de manera sana y sin riesgos algunas actividades físicas, a más de no necesitar de equipos especializados para hacer ejercicio, como podemos observar en la figura No.17 la creatividad del adulto mayor y las técnicas para hacer ejercicio son infinitos, ejemplo la rumba terapia.

Fig. No.21
Titulo: Ejercicio y salud



Fuentes:

Asilo-para-ancianos-casa-para-adultos-mayores-casa-de-reposo_1.jpg

(52) MIEMBROS DEL GRUPO DE TRABAJO INTEGRADO (GTI): PLAN DE REHABILITACIÓN – FISIOTERAPIA, Diciembre 2010 Versión 0

(53) Soledad García Carpio, Matilde González Molina, Roberto Ibarra Pujana, Ejercicio físico para todos los mayores:

Actividad física, ejercicio físico y deporte: según el criterio del mismo autor, *“las actividades se basan en movimientos corporales voluntarios e intencionados que consume energía”* (idem). Por lo que las actividades físicas forman parte de nuestra rutina cotidiana como andar, subir y bajar escaleras, hacer las tareas del hogar, etc.

Los ejercicios más adecuados en la tercera edad tomando la referencia en el mismo libro, se basan en *“elegir el tipo de ejercicio con el que más disfruten al realizarlo”* (idem). En especial cuando algunos adultos mayores están poco dispuestos a comenzar a hacer ejercicios porque tienen miedo de que sean demasiado cansados, difíciles o costosos, pero hay que tener muy en cuenta que no se precisa hacer ejercicios hasta el agotamiento para adquirir beneficios en su salud.

Ejercicios moderados: en la utilización de poca energía física y mental, existe las actividades de natación, andar en bicicleta, Jardinería, caminar ligero, limpiar el piso, bailar, Bicicleta, Estática, etc. o Ejercicios vigorosos: que necesitan mayor fuerza física y mental como subir escaleras, Caminatas enérgicas, trotar, Béisbol, Tenis, Esquiar, Correr, etc.,

Los beneficios del ejercicio físico en la vejez, ayuda al hombre y a la mujer a *“contradecir la osteoporosis, evita la obesidad, mejora la circulación sanguínea, mejora el equilibrio, mejora la resistencia o la fuerza, aumenta la eliminación de colesterol disminuyendo el riesgo de hipertensión y el peligro de infarto, mejora la oxigenación cerebral reforzando la memoria y el pensamiento”* (idem) además contribuye a tener una visión más positiva de la vida en los adultos mayores.

Cuidando la salud de adulto mayor.

La salud en la tercera edad es el resultado del cuidado personal de toda su vida, según el pensamiento de Pilar del Carmen Martínez Argüello manifiesta que *“conservar buena salud en la vejez es mejorar su calidad de vida y de quienes le*

(53) Soledad García Carpio, Matilde González Molina, Roberto Ibarra Pujana, Ejercicio físico para todos los mayores:

rodean” (54). El envejecer implica pérdida progresiva de capacidades, sin embargo la velocidad con que ocurren estas pérdidas depende de nosotros mismos.

El mantenimiento y cuidado a conciencia del adulto mayor es para mantener su independencia física, mejorar su estado emocional, estimule y apoyo al anciano para realizar su aseo corporal, mejorar su integración social y estimule al Adulto Mayor a mantener su Calidad de vida

El Autocuidado del Adulto Mayor.

Los siguientes párrafos son extractos de Pilar del Carmen Martínez Argüello en lo que dice, *“el Autocuidado es lo que cada persona hace por sí misma y lo que hace otras personas por ella para ayudarle a mantener o mejorar la salud en la tercera edad” (54).* Comprende aquellas acciones de la vida diaria como bañarse, lavarse los dientes, alimentarse, descansar, pasear y otras que se realizan en caso de enfermedad como tomarse las medicinas.

Los Cambios físicos en la vejez y sus alternativas de Autocuidado son:

La Piel: Es el órgano más complejo del cuerpo, con los años pierde fuerza y elasticidad, presenta una disminuida cantidad de agua, se observan pliegues y arrugas debido a la pérdida de grasa. Aumenta la sensación de dolor y variaciones de temperatura.

Autocuidado: Bañarse diario. Tomar abundante líquido. Usar protector de sol, sombreros, sombrilla. Abrigarse bien en caso de frío y usar ropa fresca en clima cálido. Ingerir alimentos como frutas y verduras.

Los Ojos: Los párpados se vuelven caídos, hay mayor lagrimeo, formación de cataratas y disminución de la agudeza visual.

Autocuidado: Mantener los lugares bien iluminados. Usar lentes orientados por el médico. No limpiar los ojos con pañuelos sucios.

(54) Pilar del Carmen Martínez Argüello, Instituto Nicaragüense de Seguridad Social, Manual de Autocuidado del Adulto Mayor.

Los Oídos: Es el órgano a través del cual se perciben sonidos. Cumple otras funciones con relación a la postura y equilibrio. Ocurren cambios que favorece la acumulación de cerumen y disminución de la audición.

Autocuidado: El aseo diario. No introducir objetos como trabas y palillos, visitar al médico en caso de alguna alteración (ídem).

Cavidad Oral: Son órganos que participan en el proceso de alimentación como son: labios, dientes y paladar, entre otros. Con la edad, la cavidad bucal se modifica, se presenta disminución de la saliva, esto demora el acto de comer.

Autocuidado: Realizar la higiene con un cepillo suave, Usar hilo dental, Utilizar enjuagues bucales tres veces al día. Retirarse la prótesis diariamente de 15 a 30 minutos y dejadas en agua con unas gotas de cloro.

La Nariz: su principal función es la percepción de los olores, encargada de limpiar y calentar el aire que respiramos. Se produce pérdida de las células olfatorias y mayor tendencia a la resequedad nasal.

Autocuidado: Vivir en un ambiente bien ventilado que permita la circulación del aire. No introducir objetos extraños en la nariz. Utilizar pañuelos limpios o desechables.

El Sistema Digestivo: Transforma los alimentos en el organismo para que puedan ser absorbidos y utilizados. Hay alteraciones en la deglución y masticación.

Autocuidado: Masticar lentamente los alimentos. No ingerir alimentos pesados en horas de la noche. Consumir alimentos ricos en fibra como frutas, verduras y cereales.

Sistema musculo esquelético: Es la estructura de sostén del cuerpo, protege algunos órganos importantes y es el que permite el movimiento. Está constituido por huesos, músculos, articulaciones y cartílagos. En el proceso de envejecimiento puede haber disminución del tono, fuerza y elasticidad del tejido muscular.

(54) Pilar del Carmen Martínez Argüello, Instituto Nicaragüense de Seguridad Social, Manual de Auto cuidado del Adulto Mayor.

Autocuidado: Realizar ejercicios bajo orientación médica. Mantener una buena posición del cuerpo. Caminar lo más recto posible, enderezar el cuerpo, evitar doblar el cuerpo (ídem).

La Diabetes: Es una enfermedad seria, no tiene cura, pero si se controla el nivel de azúcar en la sangre se pueden prevenir o retrasar las complicaciones de la enfermedad.

Autocuidado: Realizar algún tipo de ejercicio físico como caminar. Comer adecuadamente (verduras, frutas). Evitar dulces, pastelería y gaseosas. Tomar los medicamentos recetados por el médico. Reducir el estrés.

Hipertensión Arterial: La hipertensión arterial es conocida como presión alta.

Autocuidado: Adoptar una dieta adecuada. Disminuir el consumo de sal. Reducir de peso si es elevado. Evitar el consumo de bebidas alcohólicas y tabaco. Practicar regularmente ejercicios físicos. Eliminar alimentos grasosos, enlatados, ahumados o embutidos.

La Próstata: La próstata es un órgano que con frecuencia presenta problemas. Generalmente a partir de los 45 años, la próstata pueda presentar diversas enfermedades incluido el cáncer.

Autocuidado: Evite el estreñimiento, ya que favorece la absorción en el intestino de toxinas que lesionan la próstata. Practique alguna actividad física para aumentar el riesgo sanguíneo en la región genital. Evite el sedentarismo o estar mucho tiempo sentado.

Osteoporosis: La osteoporosis consiste en el adelgazamiento del interior del hueso, lo que provoca su debilidad y la predisposición a fracturas. Estas fracturas comúnmente se presentan en la cadera, columna o en la muñeca.

Autocuidado: Ingestión del calcio para fortalecer el hueso. Buena nutrición con alimentos como leche, queso, mantequilla, frijoles, espinacas y sardinas. Además de Realizar ejercicio físico constante. Y eliminar tabaquismo, alcoholismo, café (ídem).

(54) Pilar del Carmen Martínez Argüello, Instituto Nicaragüense de Seguridad Social, Manual de Auto cuidado del Adulto Mayor.

Conclusión sobre el Centro Gerontológico.

Después de haber consultado las bibliografías de Teresa Martínez Rodríguez, Pilar del Carmen Martínez Argüello y otros, llegamos a la conclusión que el centro gerontológico es un nuevo hogar y refugio para las personas de la tercera, edad en donde pueden disfrutar el resto de sus días. En ellos se encuentran adultos mayores retirados del trabajo que desean descansar, personas que están distanciados de sus familias, y adultos mayores que se encuentran solos (indigentes) con el objetivo de tener en donde vivir y con quien compartir.

Los centros gerontológicos ofrecen atención, adaptación y rehabilitación al adulto mayor, mediante; atención médica o geriatría, actividades y programas de recreación, ejercicios, socialización, alimentación, respeto de sus deberes y derechos. Un hogar donde vivir, comer, dormir, reír, jugar, hacer amigos y ser feliz. Al igual que en una casa, en donde existe sala, comedor, cocina, dormitorios, baños, jardines, salones de juego y en especial áreas para la rehabilitación del adulto mayor.

Todos esos puntos positivos y necesidades a favor de un buen envejecimiento, necesitan de factores como: calidad de vivienda (dimensiones, equipamiento, distribución en función a su uso y relación espacial) y organización de la institución. Con el fin de obtener un lugar donde genere vida y bienestar hacia los adultos mayores y los que conforman el centro gerontológico.

Conclusión del Marco Teórico.

El derecho a la calidad de vida en la vejez es de todos. Construir centros gerontológicos, aplicando el diseño es crear un lugar confortable para vivir y disfrutar la última etapa de la vida, como pago a los servicios realizados por años. Un lugar capacitado para afrontar los problemas, necesidades y dificultades de la vejez sin renegar de ellos. En donde puedan divertirse, aprender, alimentarse, estudiar, hacer y compartir con amigos, manteniendo el cuerpo activo y una mente soñante.

Un Diseño Interior, basado en el análisis psicológico del usuario, uso, entorno y necesidades del adulto mayor conforme a sus vidas cotidianas, estableciendo un concepto de diseño interior funcional y estético, para ser aplicado en todo el centro gerontológico. Aplicando normas de ergonomía, antropometría y normas INEN, que contribuyan en su independencia, mejorando su estado emocional o autoestima, salud física, salud mental y conservar la dignidad en los adultos mayores

El éxito del diseño interior y del mismo centro gerontológico es fomentar la salud, felicidad e independencia en la tercera edad, por medio de calidad de vivienda en forma y función, programas de rehabilitación física y mental, programas de socialización social y familiar. En el cual se respire un ambiente de tranquilidad, armonía, salud y diversión para elevar su calidad de vida.

CAPÍTULO V

DIAGNOSTICO DE LA PROBLEMÁTICA.

Resultados obtenidos de la aplicación de herramientas.

a) Desarrollo de la encuesta a los usuarios del centro gerontológico.

Para obtener información de los servicios e instalaciones del centro gerontológico para orientar la propuesta, en busca de mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

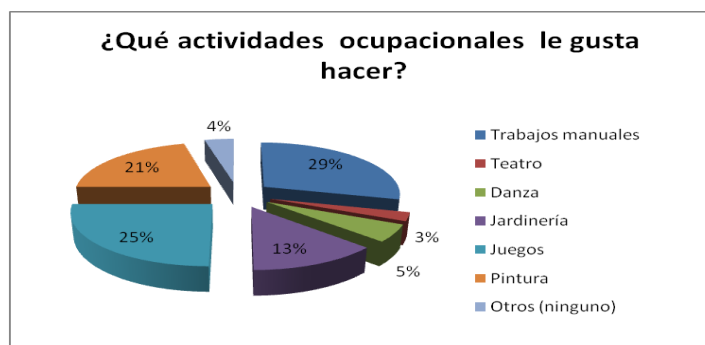
- Conocer la estancia del adulto mayor en el centro gerontológico.



Cuadro 8. Encuesta A1
Elaborado por: Victoria Ibarra.

Una nítida mayoría del 79% manifiesta que su estancia es buena, porque tienen alimentación y vivienda, mientras que el 21% de los adultos mayores su estancia es regular, porque se sienten solos y abandonados por sus familias.

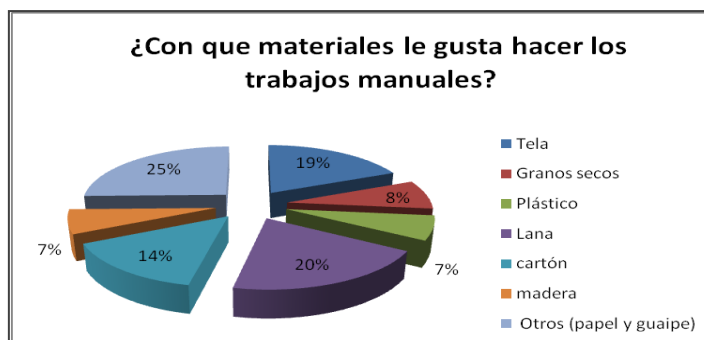
- El tipo de actividades ocupacionales que les gusta realizar a los adultos mayores.



Cuadro 9. Encuesta A2
Elaborado por: Victoria Ibarra.

Respecto a las actividades ocupacionales del adulto mayor, tienen más afinidad por los trabajos manuales (29%), jardinería (13%), juegos (25%) y pintura (21%). Y menos interés (5%) en la danza, el (3%) teatro. Mientras el (4%) de los adultos mayores no le gusta realizar ninguna actividad ocupacional.

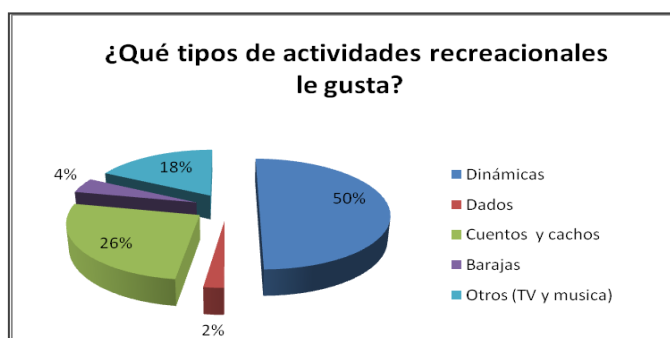
- Preferencia en los materiales para hacer los trabajos manuales



Cuadro 10. Encuesta A3
Elaborado por: Victoria Ibarra.

En la realización de los trabajos manuales, los adultos mayores prefieren el trabajo en papel y guaípe (25%), seguido del uso de la tela (19%), en lana (20%), en cartón (14%) y en menos preferencia el plástico (7%) y madera en (7%) por su utilidad y función.

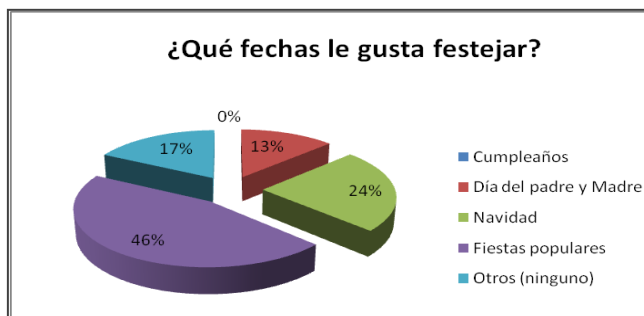
- Preferencia de las actividades recreacionales.



Cuadro 11. Encuesta A4
Elaborado por: Victoria Ibarra.

La mitad de los adultos mayores (50%) disfrutar su tiempo libre jugando dinámicas, mientras la otra mitad prefiere divertirse con dados (2%), cuentos y cachos (26%), barajas (4%) y entretenimiento de la TV y escuchar música (18%).

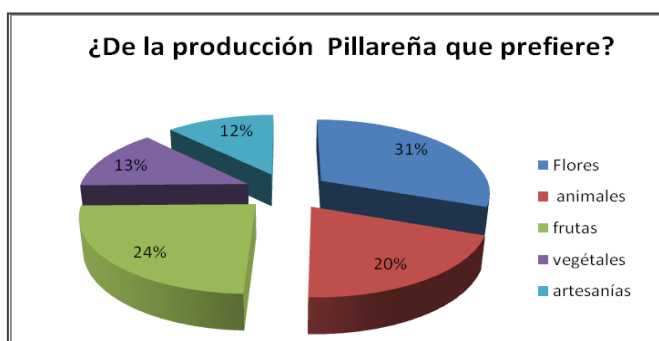
- Fiestas preferidas por los adultos mayores.



Cuadro 12. Encuesta A5
Elaborado por: Victoria Ibarra.

Una mayoría del 46% de los encuestados prefiere las fiestas populares por su religión católica. Mientras la otra mitad además de las fiestas populares les gusta festejar el día de la madre (13%), navidad (24%) y ninguna fecha en especial el (17%).

- La predilección en la producción Pillareña.



Cuadro 13. Encuesta A6
Elaborado por: Victoria Ibarra.

Píllaro es una tierra muy productiva y por su variedad y exquisitez los adultos mayores no tienen una preferencia definida. Por lo que se dividen en la producción de las flores (31%), animales (210%), frutas (24%), vegetales (13%) y artesanías e1 (12%).

Análisis de la encuesta.

Las encuestas realizadas a los adultos mayores del centro gerontológico, dieron como resultados, que este lugar representa un buen refugio a sus derechos, emociones, con la oportunidad de compartir y hacer amigos contemporáneos. Mediante la realización de actividades ocupacionales, con predilección mutua como son trabajos manuales, jardinería, juegos, pintura, danza y teatro, manteniendo siempre activo su cuerpo y mente. Y por la facilidad de manipulación del material en actividades manuales los adultos mayores prefieren utilizar la tela, granos secos, plástico, lana, cartón, madera, papel y guaipe.

Los adultos mayores debido a su descante físico y mental deben realizar actividades poco vigorosas. Las actividades recreacionales preferidas por los adultos mayores son dinámicas (cogidas, escondidas, el juego de la escoba, etc.), cuentos y cachos (adivanzas, historias, etc.), además el arte de bailar y escuchar música (sanjuanitos, nacionales, banda), y observar la televisión (chavito, noticias, dibujos).

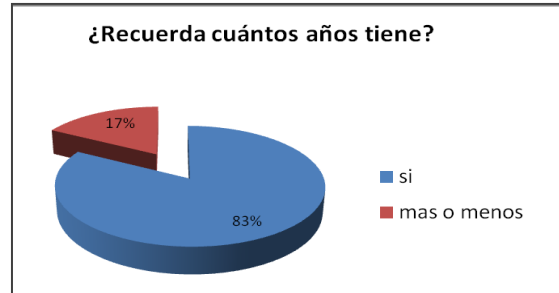
Los adultos mayores pillareños por su cultura y costumbres se divierten festejando las fiestas populares (fiestas de los santos), la navidad, día de la madre y padre, día de los difuntos, el 6 de enero. Momentos compartidos entre amigos y familiares. Sin olvidar que sus mejores momentos son cuando vivían y trabajaban en medio de la naturaleza: con las flores (rosas, claveles, gladiolas, nardos, etc.), plantas (de Claudia, pera, durazno, manzana, etc.) cultivos (de papas, lechuga, zanahoria, coliflor, cortar yerba, etc.), y tener animales (vacas, chanco, cuyes, gallinas, etc.) Y los recuerdos de independencia cuando cocinaban en leña los platos tradicionales (el cuy, conejo, cauca, pollo, morocho, etc.). En definitiva todos los adultos han trabajado en la tierra y viven enamorados de ella.

b) Desarrollo de la encuesta usuarios del centro de salud.

Conocer las opiniones y necesidades directamente desde el punto de vista de los adultos mayores para orientara la propuesta en busca de mejorar su bienestar emocional y física.

- Capacidad mental (recuerda cuántos años tiene).

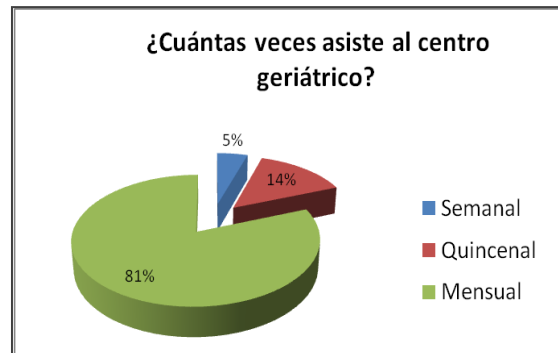
Una mayoría del 83% recuerda con exactitud su edad, mientras el (17%) de los adultos mayores su capacidad mental se ha desgastado.



Cuadro 14. Encuesta B1
Elaborado por: Victoria Ibarra.

- Asistencia al centro geriátrico

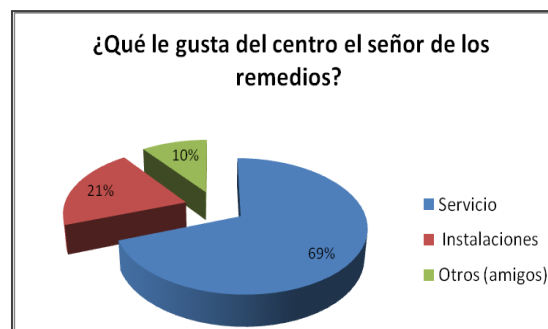
Una nítida mayoría de adultos mayores asiste mensualmente (81%) al centro geriátrico, mientras el (14%) asiste al lugar de manera quincenal y semanal (5%).



Cuadro 15. Encuesta B2
Elaborado por: Victoria Ibarra.

- Preferencias del centro el señor de los remedios.

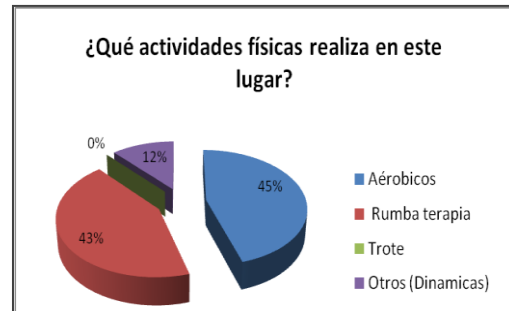
Una mayoría del (69%) de los adultos mayores disfruta de los servicios de la institución, mientras el (21%) le es confortable las instalaciones. Una minoría del (10%) disfruta solo de las gratas componías contemporáneas.



Cuadro 16. Encuesta B3
Elaborado por: Victoria Ibarra.

- Las actividades físicas que realiza en el centro geriátrico.

En su mayoría el (45%) de los adultos mayores tiene preferencia en sus actividades físicas por los aeróbicos, seguido de la rumba terapia en un (43%) y dinámicas en un (12%).



Cuadro 17. Encuesta B4
Elaborado por: Victoria Ibarra.

- Actividades que realizan afuera del centro geriátrico.

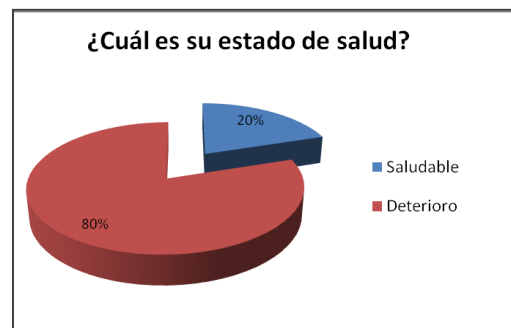
Por su ubicación y estilo de vida los adultos mayores se dedican a los quehaceres domésticos (33%), cuidado de animales en una mayoría del (60%), en la agricultura (3%). En una minoría del (4%) por su desgaste físico y mental no pueden hacer ninguna actividad.



Cuadro 18. Encuesta B5
Elaborado por: Victoria Ibarra.

- Estado de salud de los adultos mayores del centro geriátrico.

La mayoría de los adultos mayores (80%) su estado de salud se encuentra en deterioro físico y mental avanzado. Y una minoría del (20%) se encuentra aparentemente saludable.



Cuadro 19. Encuesta B6
Elaborado por: Victoria Ibarra.

Análisis de la encuesta.

La información obtenida del centro geriátrico, manifiestan que los adultos mayores en su mayoría conservan en buen sus recuerdos o cierta información (como su edad y ubicación), mientras que su salud física sigue deteriorándose poco a poco. El centro geriátrico como oportunidad de entretenimiento, socialización y mejoramiento de la salud, mediante sus servicios e instalaciones. Por lo que la mayoría de los adultos mayores asisten fielmente al lugar, para recibir beneficios de alimentación del gobierno y disfrutar de actividades recreativas o actividades físicas entre amigos.

Las actividades más preferidas por los adultos mayores por su facilidad y diversión son las actividades de rumba terapia, aeróbicos y dinámicas o juegos tradicionales. Actividades que favorecen en la rehabilitación física y mental de los adultos mayores, para que puedan seguir haciendo sus vidas de lo más normal posible. Ya que son personas, que mientras puedan siguen trabajando en los quehaceres domésticos, cuidado de animales y agricultura.

Son adultos mayores que al igual que sus padres, son grandes cultivadores de la tierra y que nunca tuvieron la oportunidad de estudiar. Y que por su deterioro físico y mental avanzado, el centro geriátrico representa para ellos un lugar donde conocer amigos, ejercitar su cuerpo y mantenerlo activo.

c) Desarrollo de la entrevista a directivos del centro gerontológico.

Para obtener información de los servicios e instalaciones del centro gerontológico y orientar la propuesta en busca de mejorar la calidad de vida de los A.M.

- ¿Qué caracteriza a este centro gerontológico?
- ¿En qué estado de salud llegan los adultos mayores?
- ¿Son frecuentes las visitas de su familia o de personas allegadas?
- ¿Cuál es el orden del día de los adultos mayores?
- ¿Qué tipo de rehabilitación aplican en el adulto mayor?
- ¿Qué actividades físicas realizan y cuáles son sus beneficios?
- ¿Cuáles son las actividades de recreación ocupacional para los adultos mayores?
- ¿Las instalaciones del centro gerontológico, ¿ Son suficientes o no?
- ¿Qué servicios se necesitarían implementar dentro del centro gerontológico en mejoras del mismo?
- ¿Qué características cree que debe tener los muebles o equipos especializados para el adulto mayor?

Análisis de la entrevista.

En la realización de la entrevistas a las personas encargadas del funcionamiento del centro gerontológico de Píllaro. Declararon que el centro el Señor de los Remedios ya tiene 6 años al servicio de los Pillareños y se caracteriza por atender a las necesidades de los adultos mayores indigentes y personas de bajos recursos económicos (el trabajo de sus familiares no les permite cuidarles), que se encuentran en un estado de salud deteriorada y no terminal (hipertensión arterial, demencia senil, discapacitados, artritis reumática, etc.

La ingratitud del tiempo y el olvido familiar, ha obligado a que las visitas familiares sean en fechas y horas limitadas. Dedicando todo su tiempo libre al cuidado personal, en el siguiente orden del día; en la mañana medicación, cambio de pañales, el desayuno, segunda medicación, cambio de ropa, baño del adulto en turno, actividades de terapia ocupacional, psicología, en el medio día el almuerzo, después higiene de las manos y cabeza, a continuación la siesta, tv, música,

mientras se hace las 5:00 de la tarde para la merienda, y finalmente la televisión y dormida. Solo el día domingo es el único día que suele variar, debido algunas visitas familiares o fechas festivas. Como los adultos mayores sobrepasan los 80 años, su desgaste físico y mental es avanzado por lo que necesitan un mantenimiento corporal, mediante las terapias de mantenimiento o rehabilitación (termo terapia y electroterapia) y actividades físicas en gimnasia (ejercicios de coordinación y equilibrio, ejercicios de bajo impacto, ejercicios pasivos o activos, etc.), para así mantener su movilidad y prevenir rigidez de las articulaciones.

Mientras en las actividades de recreación ocupacional, a maneta de terapia espiritual y socialización, realizan; dibujo, pintura, trocear el papel, pegar, pasar hilo, collares con sorbetes, jugar con granos, etc. Por lo que les hace falta un lugar amplio para las terapias y actividades de entretenimiento de los adultos mayores, con un equipamiento y mobiliario adecuado de corosil, plástico, madera para evitar humedad y facilidad en la limpieza. Y mejorar y mantener la salud y buen autoestima del adulto mayor Pillareños.

d) Desarrollo de la observación en el centro gerontológico.

Mediante la técnica de observación en el centro gerontológico, se pudo determinar que los adultos mayores no son personas exigentes de comodidades o tecnologías, solo quieren recibir atención, cariño, paciencia e independencia al hacer las cosas. Lo que si extrañan son sus tiempos de convivencia con sus familiares, vivir en medio de la naturaleza con las plantas, flores, frutas y animales, una libertad que se esfuma por sus obstáculos físicos, desagrado visual e insuficiente luz natural, convirtiéndose en una cárcel visual.

Los Adultos mayores disfrutan de los juegos y actividades ocupacionales, como niños del jardín, y debido a sus movimientos e imaginación necesitan de un lugar donde puedan hacer, ordenar y guardar sus cosas. Su deterioro físico y mental es muy avanzado, siendo indispensables en sus vidas las terapias, rehabilitaciones y control médico para su buen funcionamiento. Y mejorar su calidad de vida.

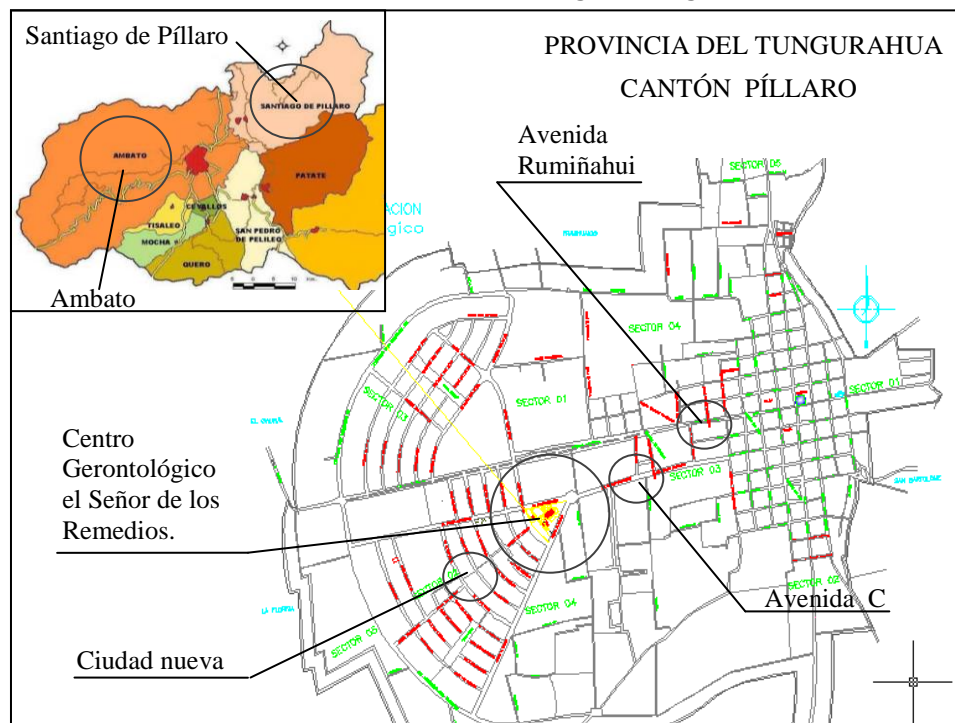
Análisis del centro gerontológico el “Señor de los Remedios”.

- **Ubicación del centro gerontológico.**

El centro gerontológico se encuentra ubicado, en el cantón Santiago de Píllaro, el nombre que proviene de dos voces quechuas PILLALLA y AROQUE, que quiere decir Altar del Dios del Rayo y del Trueno. Y se encuentra localizado en la provincia de Tungurahua.

Fig. No.22

Titulo: Ubicación del centro gerontológico



Fuentes:

Mapa de Píllaro – Municipio

La ciudad de Píllaro posee una superficie aproximadamente de 443,1 Km². Se encuentra a una altura de 2.800 metros sobre el nivel del mar, variando en los valles y los páramos. Su clima cambia de acuerdo a la altitud; en los páramos y montañas llueve y puede nevar con frecuencia, provocando un frío intenso. Su clima promedio está entre los 13°C a 14°C. Su población es de 34.925 habitantes según el censo de 2001. Y se encuentra dividida en nueve parroquias. Dos urbanas: La Matriz y la Ciudad Nueva; junto a las siete parroquias rurales:

Baquerizo Moreno, Emilio María Terán, Marcos Espinel, Presidente Urbina, San Andrés, San José de Poaló y San Miguelito.

En el campo económico Píllaro, posee una de las tierras más fértiles que lo han convertido en el granero del país, la agricultura es una de las actividades económicas más importantes; tanto es así que aquí podemos encontrar sin dificultad: legumbres, hortalizas, tubérculos, cereales y una gran variedad de frutas entre ellas la famosa manzana Emilia y las plantaciones de flores. Otra de las actividades económicas de mucha importancia y de la cual se ha caracterizado, es la ganadería ya sea por sus grandes pastizales que la convierten en una gran productora de leche, la misma que se ha tecnificado para la elaboración de productos lácteos de muy buena calidad.

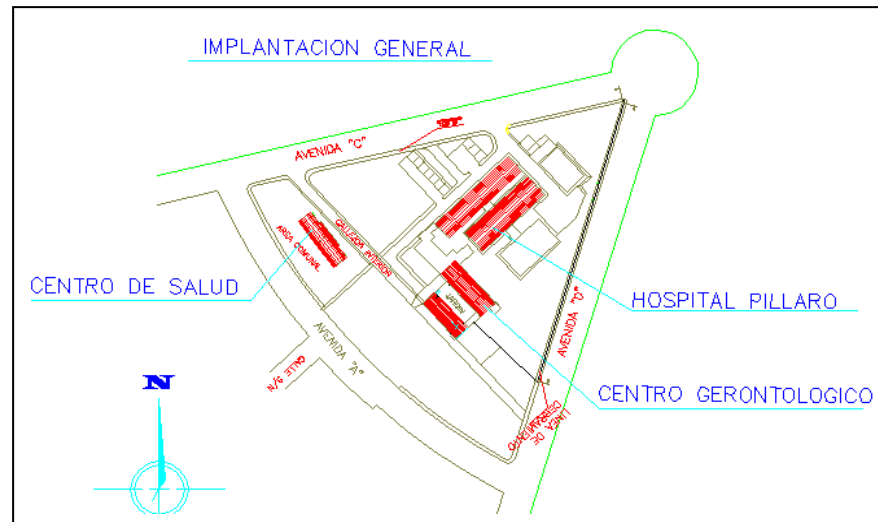
En el campo artesanal, en Píllaro son muy reconocidas por su calidad a nivel nacional e internacional la elaboración de guitarras, charangos y arpas. Por encontrarse en una zona ganadera las monturas y zamarros. Se elaboran también de muy buena calidad correas, pelotas y mochilas. Además Píllaro posee un alto potencial de atractivos turísticos tanto naturales como culturales.

- **Estudio del Centro Gerontológico.**

El centro gerontológico el Señor de los Remedios se encuentra ubicado en la parroquia la Ciudad Nueva del cantón Píllaro. Y se encuentra funcionando en las antiguas instalaciones del hospital de Píllaro y en la antigua iglesia de la zona. Arquitecturas que fueron rehabilitadas al servicio de los adultos mayores.

El centro gerontológico se encuentra ubicado junto al nuevo Hospital de Píllaro y el centro de Salud del Ilustre Municipio de Píllaro. Y en sus alrededores se realizan las actividades educación (escuelas y colegios), distracción (el parque infantil), el terminal de Píllaro, viviendas familiares y la naturaleza.

Fig. No.23
Titulo: Implantación general



Fuentes:
Mapa de Píllaro – Municipio

Lugar que se encuentra a pocos minutos del centro de Píllaro, en una de las avenidas principales (avenida C). Ubicación que facilita a los adultos mayores en el abastecimiento de los recursos, movilización, y trato social.

La municipalidad del cantón Píllaro, abre un espacio para adultos mayores indigentes y de escasos recursos económicos los que se instalan en el Asilo de Ancianos “SEÑOR DE LOS REMEDIOS” el que entra a funcionar a partir del mes de enero del año 2007. Actualmente la capacidad del asilo es de 30 personas, las que reciben atención integral. En el Asilo de Ancianos se cubre las necesidades de atención médica, alimentación, atención, psicológica, social y recreativa. Mediante el departamento del desarrollo social y municipalidad de Píllaro.

El objetivo general:

- Mejorar la calidad de vida de los adultos mayores que se encuentran solos y abandonados en el cantón Píllaro brindándoles atención, al prestarles un espacio en donde puedan vivir, disfrutar actividades relacionadas con recreación, salud, compañía, abrigo, alimentación y todos lo que ellos requieran en esta etapa de su vida.

Objetivos específicos:

- Cuidar a un grupo de ancianos que se encuentran en la indigencia y abandono en la etapa final de su vida.
- Brindar protección, seguridad y unos momentos de alegría junto a la compañía de gente afín, ya que en la actualidad algunos ancianos se encuentran olvidados y en muchos casos abandonados por sus familias.
- Proveer a los adultos mayores, beneficios, cuidado médico, psicológico, físico haciendo su estadía placentera.

Justificando que la creación del asilo de ancianos va en beneficio de los adultos mayores de la localidad y se justifica debido a un creciente número de ancianos que se encuentran abandonados y se dedican a la mendicidad.

Los recursos humanos o el responsable del Asilo de ancianos es el departamento de desarrollo Social de la municipalidad, además se recibe el apoyo del Patronato Municipal de Ambato Social, el MIES, el MSP.

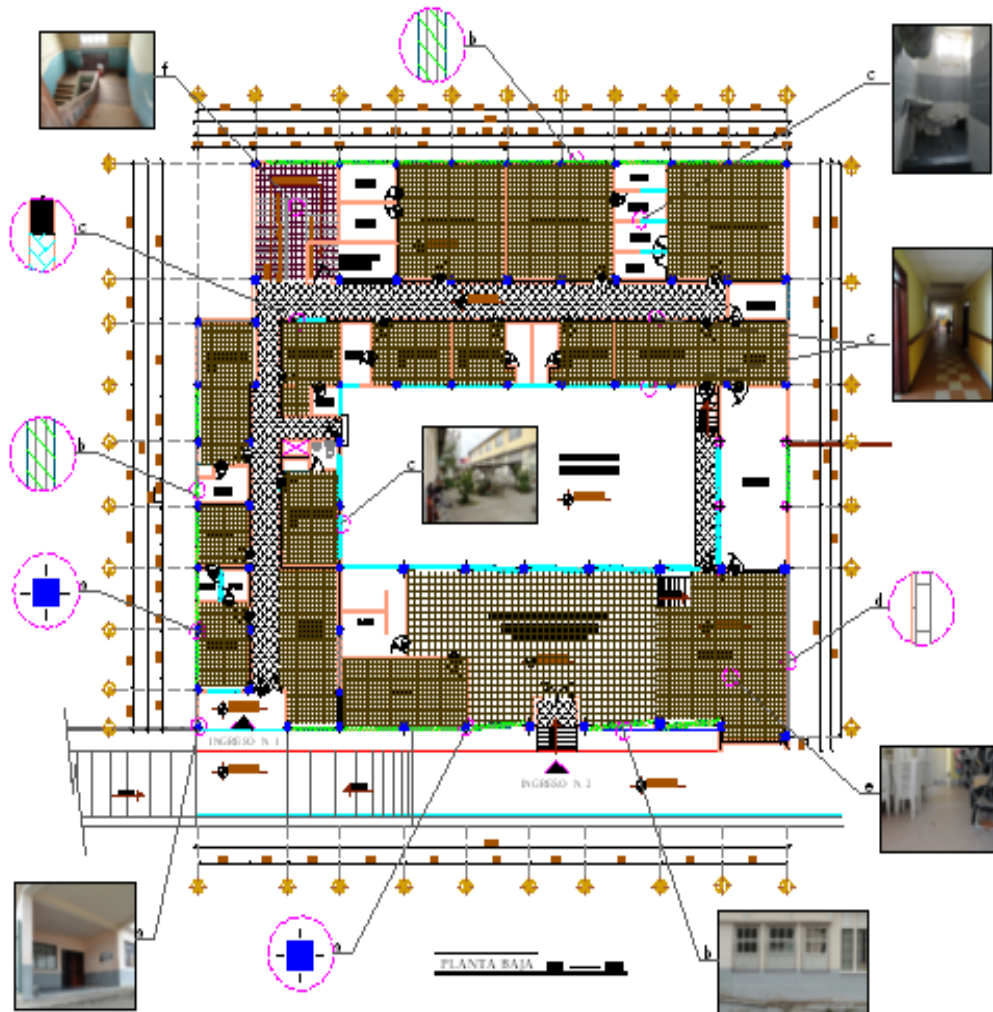
Se propiciara actividades en beneficio de los adultos mayores para ello se contara con el apoyo de un equipo como son: una administradora de asilo, cinco auxiliares de enfermería, un auxiliar de servicios, y una trabajadora social. También el aporte a las universidades de la provincia para que los estudiantes realicen pasantías en los Asilos.

Recursos económicos proviene de la municipalidad canaliza de su presupuesto global el aporte del 10% el que es distribuido equitativamente en los proyectos de beneficio social que viene ejecutando la municipalidad e favor de los sectores vulnerables del Cantón Píllaro. Además de los apoyos de OGS y ONGS.

- **Levantamiento y análisis de las plantas existentes.**

El centro gerontológico para el servicio de los adultos mayores tiene: una sala de espera, oficina de la trabajadora social, enfermería, habitaciones de hombres y mujeres, jardín de terapia física, cocina, comedor, salón de uso múltiple, cuarto de maquinas y baños en cada cuarto. Espacios que se encuentran distantes e incómodos para las diversas actividades como son; la alimentación, descanso y relajación, por lo que el adulto mayor tiene que realizar largos recorridos para llegar a su destino. Además existen lugares muy oscuros, sin barras de apoyo rampas adecuadas.

Fig. No.24
 Titulo: CENTRO GERONTOLÓGICO



Fuentes:
 Levantamiento arquitectónico por Victoria Ibarra
 Nota: los planos completos en la propuesta.

- **Análisis de movilidad desde el exterior al interior.**

El centro gerontológico se encuentra ubicado en una avenida secundaria, específicamente para el servicio de salud y de los usuarios del centro gerontológico. En el ingreso principal hacia el centro existe una rampa peatonal y vehicular casi al nivel de la planta baja, con el fin de facilitar la llegada del adulto mayor al centro gerontológico.

Fig. No.25
Título: Ingreso principal.

No existe rampa para subir hacia la vereda en sillas de ruedas.



En la rampa o ingreso vehicular, su piso es de piedra y muy resbaladizo cuando llueve.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.26
Título: Acceso 1.

El Hall de ingreso es un espacio muy frío y no existe muebles en donde el adulto mayor o otras personas pueda esperar.



Entre la zona de llegada y el Hall de recibimiento no existe una rampa y pasamanos que permitan el ingreso y salida independiente.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Ingreso secundario o entrada del centro geriátrico no tiene cubierta en defensa de los cambios climáticos, su ingreso es amplio con un ancho de 1.50m y una altura de 3.00 m. Las ventanas son demasiadas pequeñas y diferentes para el ingreso de la luz natural. Además de ser una construcción antigua.

Fig. No.27
Título: Acceso 2.

El techo es de teja y hormigón

Las ventanas son con estructuras de madera.



El ingreso directo causa una ráfaga e ingreso del viento hacia el interior.

El material (metal), color (negro) y la forma de la puerta, da un aspecto de frialdad.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.28
Título: Rampa de ingreso.

La rampa del ingreso peatonal no tiene barras de apoyo y su piso es liso.



Las instalaciones eléctricas se encuentran descubiertas.

Las paredes necesitan mantenimiento y renovación de pintura

Elaborado por: Victoria Ibarra

- **Análisis de movilidad en el interior.**

La circulación dentro el centro gerontológico, con respecto en los pasillos existe dimensiones desde 1.20 cm y de 1.56 cm las cuales con aceptables para su movilización en muletas, bastón y en los giros de 90 grados en silla de ruedas. Los pasillos son demasiado oscuros y en su recorrido se observa solo puertas y un espacio vacío.

Fig. No.29
Título: Pasillo 1.

La iluminación y ventilación natural no es la suficiente.

En la iluminación artificial solo existe la general, y tiene que estar siempre perdida



La decoración de las paredes no tiene una finalidad y armonía.

El diseño de la cerámica en el piso no se ve simétrico y dinámico.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.30
Título: Pasillo 2.

La información o señalética es escasa. Y se encuentra en lugares muy altos con difícil interpretación para los adultos mayores.



Las paredes parecen pizarrones de información publicitaria.

La pintura de las paredes está deteriorada, al igual que la madera de las puertas

Elaborado por: Victoria Ibarra

Como los adultos mayores son de edad muy avanzada, necesitan de la ayuda de otras personas para moverse, como es en el caso de trasladarse al comedor. Obligadamente ellos tienen que pasar por la zona de jardín y realizar un largo recorrido. Y en donde están expuestos a los cambios climáticos.

Fig. No.31
Título: Jardín interno .

No existe una cubierta para los cambios climáticos

Carencia de iluminación artificias para la movilización en la noche.



El único ingreso de los adultos mayores hacia el comedor.

No existen barras de apoyo e información necesaria.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.32
Título: Gradas y Rampas

Para pasar al comedor los adultos mayores deben bajar gradas que no tienen pasamanos

Existen algunos desniveles, y algunos son demasiados altos.



Utilizar una rampa que es demasiada pronunciada la pendiente. Y sin barras de apoyo.

Elaborado por: Victoria Ibarra

- **Análisis fotográfico del centro gerontológico.**

En los espacios Interiores encontramos. La sala de visitas que funciona como la sala de espera, sala de relajación, zona de entretenimiento (TV y música) y la zona donde hacen los trabajos manuales de los adultos mayores, por lo que el espacio es demasiado pequeño. Y se encuentra ubicado directamente con en el ingreso de la calle.

Fig. No.33
Título: Sala de espera

La puerta principal tiene rejas, dando una sensación de cárcel.

Por donde ingresa en gran cantidad el viento y se puede observar que sucede en la calle, y eliminando la privacidad.



El tablero de información es demasiado complejo y desordenado.

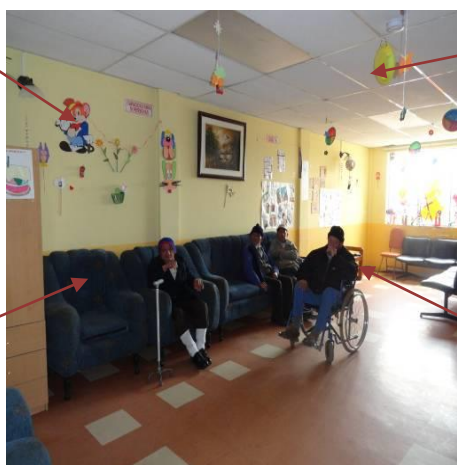
El mueble se encuentra demasiado cerca de la puerta, obstaculizando el paso.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.34
Título: Sala de visita y trabajo

Sus paredes están demasiadas decoradas con los trabajos manuales.

El mueble no es el adecuado en: forma y ubicación para la TV y el equipo de sonido.



El tipo de iluminación no es suficiente, para las diferentes actividades.

La ubicación de los muebles hacia la televisión, es indirecta causando dolor muscular.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Oficina de la directora, en este lugar se realiza las reuniones de las actividades y control de los adultos mayores, médico para la rehabilitación y control, enfermería en donde se abastece las medicinas e información para cada adulto mayor. Los tres servicios no cuentan con suficiente espacio, orden y equipamiento para la ejecución de sus actividades.

Fig. No.35
Título: Oficina

No existe orden en el mobiliario lo que roba espacio.

Los colores y acabados de las paredes lo hacen ver frío el lugar.



Demasiado color negro en los muebles, hace ver más pequeño el espacio.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.36
Título: Médico.

El espacio es muy pequeño y frío.

El piso no tiene diseño.



El mueble es pequeño para guardar y los colores, materiales hacen muy frío el lugar.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.37
Título: Enfermería

Desorden de las cosas y muebles para un lugar muy pequeño. Causando un desorden visual.



El tipo de iluminación natural no es suficiente para opacar al miedo.

Elaborado por: Victoria Ibarra

En las habitaciones de los hombres y mujeres en la iluminación hace falta la iluminación independiente en caso de necesitar luz en la noche. Con respecto al mobiliario; los roperos debería ser uno solo y grande para evitar el desorden e incomodidad, evitando que los objetos se encuentren fuera del lugar, ubicación y alcance del adulto mayor.

Fig. No.38
Título: Dormitorio femenino.

Baño sin uso, se encuentra obstaculizado por una cama

Los muebles obstaculizan la entrada de la luz natural.



En la separación entre las camas deberían existir veladores para sus cosas personales: medicina, agua, papel higiénico, etc.,

Un lugar donde sentarse, sin molestar.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.39
Título: Dormitorio masculino.

Los objetos y utensilios de limpieza personal (toalla) se encuentran en lugares altos.

Los apoyadores de los adultos mayores (bastón, andador) están fuera del alcance.



Con la ubicación de los muebles los adultos mayores se pueden golpear.

Los muebles no tiene la capacidad para guardar sus cosas y lugar apropiado.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Sin embargo existen muebles fijos en los cuartos que son utilizados como bodega de las ropas limpias, cobijas, sábanas del centro gerontológico.

Fig. No.40

Título: Dormitorio masculino 2.

Cantidad de muebles y no calidad. Además se encuentran muy cerca de la puerta dificultando la salida e ingreso del adulto en sillas de ruedas.



Los acabados en las paredes no expresan nada.

El basurero se encuentra escondido. Y no existe iluminación independiente

La silla no tiene su lugar y estorbar en el paso.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Los baños definitivamente son pequeños y no tiene barras de apoyo para el desenvolvimiento de los adultos mayores. Y no existe un sistema sonoro y visual de información en caso de un accidente.

Fig. No. 41

Título: Baños.

Los colores de la cerámica son fríos y opuestos a la delicia del agua.



No existe un mueble donde guardar los elementos de baño.

No existe el espacio necesario para un adulto mayor en silla de

No existe la distancia desde el eje del inodoro hacia la pared de 5.50cm

No existen barras de apoyo.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No. 41
Título: Baños 2.

Visualmente no es agradable y de confianza para el aseo personal sin ayuda de alguien.

No existen ningún tipo de barras de apoyo.



La porta papel se encuentra lejos del alcance del adulto mayor.

En la ducha no existe donde sentarse durante el baño.

Elaborado por: Victoria Ibarra

En el comedor y salón de uso múltiple que se encuentra ubicada en la antigua iglesia, y para llegar a esta zona es necesario realizar un gran recorrido en forma de U. En donde encontramos un desorden del mobiliario y la necesidad de una bodega.

Fig. No.42
Título: comedor



Deterioro en el techo y pintura en las paredes.

La señalética demasiado pequeña y ubicación no adecuada.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.43
Título: Sala de uso múltiple



La tubería de las bajantes de lluvias está visible. Y algunos muebles no tienen uso.

No existe un pasamano entre el comedor y el salón debido al desnivel de 0.50cm para evitar accidentes.

Elaborado por: Victoria Ibarra

La Cocina necesita de una remodelación debido a que la cerámica se encuentra en deterioro en los mesones, paredes y piso, no existe un extractor de cocina y un sumidero. Y hace falta de un equipamiento tecnológico para cocinar. Y **la lavandería** encontramos en el segundo piso de la aplicación, existe lavadora y secadora, existe una pequeña mesa para planchar y no muebles para guardar las ropas limpias, cobijas, sábanas, etc. y se encuentra en la entrada o hall del segundo piso.

Fig. No.44
 Titulo: cocina

No existe extractor de cocina y protección, ya que es una cocina industrial.



Los muebles altos no son los suficientes. Y demasiado color blanco parece hospital.

Por el deterioro de la cerámica, la limpieza no debe ser nítida.

Las grietas permiten la acumulación de la basura y aparición de bichos.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.45
 Titulo: lavandería

No existen muebles para guardar la ropa limpia



No existe cubierta para la ropa que se está secando en caso de lluvia.

La ropa sucia es colocada en el piso.

Se encuentra ubicado en el ingreso del segundo piso.

Elaborado por: Victoria Ibarra

El jardín, tiene más adoquín que área verde, sin embargo los adultos mayores acuden al lugar más a menudo ese un lugar, por su relación con la naturaleza. En donde hace falta más áreas verdes, bancas, y una cubierta transparente para disfrutar de sol y la lluvia.

Fig. No.46
Titulo: Patio

El piso tiene desniveles que impide caminar tranquilamente al adulto mayor.

No existen límites o protección de las plantas



Las instalaciones están visibles y paredes sin pintar.

Las cosas de limpieza se encuentran en el jardín

Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.47
Titulo: Patio

Los caminos no tienen conexión y son demasiado

La cubierta es pequeña y no es muy funcional y estética.



Existen cosas sin función y utilidad.

Muebles no apropiados para que el adulto mayor pueda descansar.

Elaborado por: Victoria Ibarra

- **Análisis de otros centros gerontológicos.**

El centro gerontológico Patate.

El centro gerontológico Patate, en la obra se invirtieron 625 mil dólares y se encuentra ubicado en Patate. Las modernas instalaciones tienen capacidad para 30 personas. La edificación se asienta sobre un área de 3.000 metros cuadrados. En sus instalaciones comprenden salas de terapia, 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, donde atenderá personal médico e instructores a las personas mayores de 65 años.

El centro gerontológico se encuentra a una sola planta. En el ingreso existe una pequeña rampa para evitar el ingreso del agua y que el adulto mayor pueda salir al patio por sí solo. En el techo del pasillo existe paneles transparentes para aprovechar la luz y ventilación natural además de la artificial.

Fig. No.48

Título: Ingreso al centro

Los adultos mayores tienen un patio grande en donde pueden tomar el sol y disfrutar de la naturaleza.



Las ventanas son amplias y visibles hacia el exterior.

Fig. No.46

Título: Sala de espera

La zona de esparcimiento es amplia e iluminada tanto natural como artificial.



Y como se puede apreciar los colores, materiales, mobiliario, cuadros, expresan armonía y equilibrio.

Elaborado por: Victoria Ibarra

Los dormitorios de hombres y mujeres son amplios, con iluminación y ventilación natural y artificial suficiente. Con equipamiento, mobiliario independiente y un armario general que aprovechar el espacio.

Fig. No.47
Titulo: Dormitorios

Las ventanas son amplias para la luz natural.

Se puede observar algunas instalaciones eléctricas.



Existe iluminación natural y artificial (general e individual).

Fig. No.48
Titulo: Baño

Cada cuarto disfruta de un baño completo y capacitado; en dimensiones, barras, equipamiento para adultos mayores, al igual que el baño social.



Elaborado por: Victoria Ibarra

Los corredores o hall del centro gerontológico son amplios, claros y con vista panorámica aprovechando al máximo la luz y ventilación natural. Además de existir las barras de apoyo necesarias.

Fig. No.49
Titulo: Hall

Existen ductos de iluminación y ventilación natural en el Hall principal.

La señalética es amplia y colocada en una altura adecuada.



Paredes hacia el exterior son de paneles de vidrio y estructuras metálicas para relacionarlos con la naturaleza.

Elaborado por: Victoria Ibarra

El comedor es amplio y se encuentra conectado directamente con la cocina, con suficiente iluminación y ventilación natural.

El comedor es amplio y se separa del pasillo por un panel de vidrio aprovechando al máximo la luz natural.



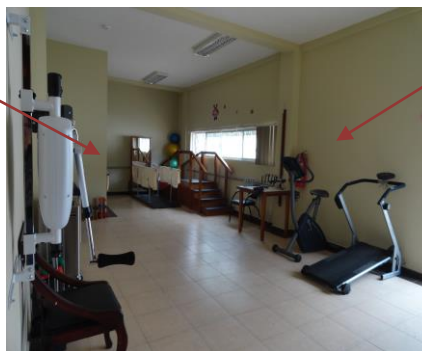
Las puertas de ingreso son amplias y no existen rampas internas lo que permite que los adultos mayores se movilicen solos.

Fig. No.50
Titulo: Cocina y comedor

El cuarto de rehabilitación es amplia, cómoda y contiene el equipo necesario para las terapias de los adultos mayores. En definitiva el centro gerontológico se encuentra en buenas condiciones para ofrecer calidad de vida a los adultos mayores de Patate. Tanto en estructura, equipamiento, tecnología, y especialistas.

Fig. No.51
Titulo: Cuarto de rehabilitación

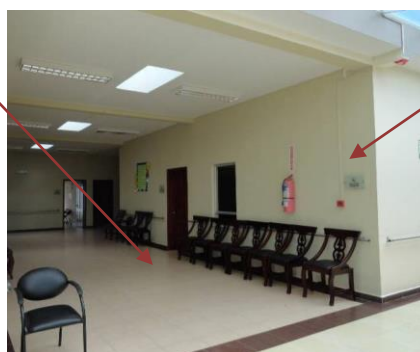
Hace falta paneles divisorios para las actividades, además de ser un ambiente divertido.



La aplicación de cerámica en el piso facilita la limpieza. Y los colores reflejan limpieza.

Fig. No.52
Titulo: Ingreso al cuarto de rehabilitación

La sala de espera es elegante, estética pero le hace falta un toque de alegría y entretenimiento visual para los adultos mayores.



Las herramientas de primeros auxilios están presentes.

Elaborado por: Victoria Ibarra

El ex centro gerontológico en el Hospital Regional de Ambato.

El ex centro gerontológico ubicado en el Hospital regional de Ambato, que funcionaba en una construcción antigua del hospital, tenían dormitorios, sala comedor, enfermería y un patio interno con cubierta que funciona como comedor.

El ambiente arquitectónico era triste como el de un hospital por sus colores, distribución, formas rectas, equipamiento, grandes alturas, con ventanas pequeñas. Y no tenía las dimensiones adecuadas y barra de apoyo en los muebles, dormitorios y baños para los adultos mayores. Hoy en día los adultos mayores viven en el centro gerontológico de Patate.

Fig. No.53
Titulo: baño



Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.54
Titulo: dormitorios



Elaborado por: Victoria Ibarra

Vivienda de la familia Junta.

La vivienda del señor Francisco Junta y su esposa María se encuentra ubicado en la parroquia de San Miguelito a 20 minutos del centro gerontológica de Píllaro. Son personas de edad muy avanzadas y de bajos recursos económicos, don Francisco tiene 93 años y la señora 92 años, quienes visitan el centro geriátrico cuatro veces al mes. Viven solos a pesar de tener hijos, en una casita de un piso, de bloque y teja; con una cocina, dormitorio y un cuarto para sus gallinas.

Fig. No.55
Titulo: Patio



Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.56
Titulo: Cocina



Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.57
Titulo: Dormitorio



Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.58
Titulo: Sala



Elaborado por: Victoria Ibarra

Nota: No les gusta la posibilidad de vivir en el centro gerontológico por que parece una cárcel y prefieren vivir en su casa en medio delo campo.

Cuadro de necesidades a resolver.

Necesidades del centro gerontológico de Píllaro.		
Necesidades	Indicador	Elementos
Adecuada distribución espacial	Ubicación	Relación espacial
Confort	Iluminación Ventilación Dimensiones Equipamiento Amueblamiento	Iluminación natural Iluminación artificial Ergonomía Antropometría
Circulación	En las actividades: Sala Baño Dormitorio Pasillos	Normas INEN Ergonomía Antropometría
Independencia	En las actividades: Físicas Recreación Relajación Pasillos Baños Rampas.	Normas INEN (pasamanos, barras de apoyo) Ergonomía Antropometría
Estar en casa y adaptación	Costumbres Naturaleza Libertad Valores y derechos	Elementos de la cultura Pillareña.

Cuadro 20. Cuadro de necesidades del centro Gerontológico.
Elaborado por: Victoria Ibarra.

Cuadro de los problemas a resolver.

Problema en el centro gerontológico Píllaro.	
Problemas	Indicador
En las relaciones funcionales	Ubicación y relación
Confort	Iluminación Ventilación Dimensiones Equipamiento Amueblamiento
Dimensionado	Circulación Alcance Profundidad
Barreras Arquitectónicas	Gradas Rampas Ingresos Circulación Barras de apoyo
Sociocultural	Costumbres Trabajos Naturaleza Libertad.

Cuadro 21. Cuadro de problemas del centro Gerontológico.
Elaborado por: Victoria Ibarra.

Lista de requisitos en el centro gerontológico.

Requisitos del centro gerontológico de Píllaro.	
Zona de Administración	Oficina de la dirección
Zona Social	Sala de recepción o espera. Sala social. Sala de estar Sala de TV y música Baño social
Zona de Descanso	Dormitorio de hombres y mujeres Baños completos.
Zona de recreación	Cuarto de juegos Cuarto de trabajos manuales Jardinería o paisajismo Baño
Zona de rehabilitación	Enfermería Asistencia médica Cuarto de terapias Cuarto de actividades físicas Baño
Zona de alimentación	Cocina Comedor Alacena Baño
Limpieza	Cuarto de lavandería Bodega

Cuadro 22. Cuadro de requisitos del centro Gerontológico.
Elaborado por: Victoria Ibarra.

Conclusiones y recomendaciones.

En conclusiones:

- Al desarrollar las técnicas de investigación en el centro gerontológico de Píllaro, nos permitió descubrir que los adultos mayores no gozan de calidad de vida, ya que no tienen independencia en sus movimientos y en rutinas diarias. Además los espacios no ofrecen el disfrute visual y el confort necesario en las diferentes actividades de sus vidas cotidianas.
- El adulto mayor Pillareño es un hombre trabajador, que en su juventud se entregó completamente al trabajo del campo y disfruta vivir en medio de la naturaleza por la libertad, iluminación, aire puro y belleza natural. Y sueña inconscientemente con el lugar y la época donde fueron felices.
- Sin duda, todo hombre en cualquier etapa de su vida tiene el derecho de disfrutar de una calidad de vida, sin importar la edad, el poder económico y lugar en donde viven. El derecho de convivir en una vivienda, alimentación, educación, salud y socialización de calidad.

Recomendaciones:

- El diseño interior del centro gerontológico de Píllaro, debe tener presente las costumbres o tipos de vida en la que los adultos mayores se desenvolvían en épocas pasadas, ya que ellos siempre lo tienen presente. En espacial los elementos representativos de la naturaleza.
- Tener presentes que el centro gerontológico recibe a personas de bajos recursos económicos o indigentes, que no son exigentes de riquezas. Solo buscan cariño, atención, alegría, amigos y un lugar donde vivir con dignidad.
 - Conservar en lo más posible el ingreso de la iluminación y ventilación natural en todos los espacios del centro gerontológico. Como elemento que representa la libertad y conexión con el medio ambiente.
- En la distribución, circulación y equipamiento de los espacios, se debe tener presente la ergonomía, antropometría y normas INEN. En las dimensiones de altura, anchura y profundidad para que los adultos mayores puedan ser independientes en algunas actividades de su vida.

CAPÍTULO VI

FUNDAMENTACIÓN DE LA PROPUESTA DE DISEÑO INTERIOR

Justificación de la existencia del producto

En el creciente interés por mejorar el bienestar y calidad de vida de los adultos mayores del centro gerontológico de Píllaro y recuperar el derecho de vivir bien en la vejez, luego de haber servido por muchos años a una nación. El Diseño Interior viene hacer el camino para mejorar su estadía en su nueva casa. Ya que actualmente los adultos mayores del centro “el Señor de los Remedios” no gozan de independencia, comodidad, confianza, atracción visual, al momento de desplazarse por el lugar o al hacer alguna actividad.

Propuesta que toma en consideración a las normas de arquitectura, antropometría, ergonomía, y normas INEN, aplicando en las zonas de circulación, alcance, profundidad y relación espacial. Además de tener presente el confort acústico, visual, iluminación natural / artificial, ventilación y en tecnología. En función con elementos o características primordiales del medio en el que se desenvolvían los adultos mayores.

Fomentando la sensación de libertad, fortaleciendo la independencia, salud y gusto por vivir en un medio atractivo y confortable. En una vivienda donde los adultos mayores puedan disfrutar del momento y ejecutar las actividades exitosamente. Y añadir más vida a los años que más años a la vida en la vejez.

Problema de Diseño

DISEÑO DE ESPACIOS INTERIORES DEL CENTRO GERONTOLÒGICO Y GERIÁTRICO “EL SEÑOR DE LOS REMEDIOS”, PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES EN PÍLLARO.

Objetivos específicos

Mejorar la iluminación y ventilación natural.

Mejorar las relaciones entre cada espacio arquitectónico.

Ampliar los baños y mejorar el equipamiento (INEN).

Eliminar las rampas arquitectónicas.

Paisajismo Interior

Movilidad y seguridad adecuadas.

Mejorar la conexión o familiarización con la naturaleza.

Proyecto conceptual.

Comprendiendo que los adultos mayores del Centro Gerontológico de Píllaro vivían en el campo; de la agricultura, ganadería, artesanía y turismo. El proyecto se basará en la cultura Pillareña y los requisitos de la arquitectura para mejorar la calidad de vida. Como fuente de fortaleza en la vejez.

Mediante los elementos:

- Religión: (católicos)
- Costumbres: trabajar el campo, festejar las fiestas de los santos y fiestas populares, bailar y cantar música nacional e instrumental.
- Producción:
 - Flores; rosa, gladiolo, claveles, astronomías, nardo, cartucho.
 - Frutas; manzana, pera, durazno, capulí, Claudia, mora.
 - Vegetales; col, lechuga, zanahoria,
- Cuidado de animales: cuyes, gallinas, vacas artesanías; en madera como la guitarra.
- Arquitectura artesanal.

Fig. No.60
Titulo: Elementos de la naturaleza



Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.61
Titulo: Artesanías



Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.62
Titulo: Arquitectura artesanal



Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.63
Titulo: Religión



Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.64
Titulo: Agricultura



Elaborado por: Victoria Ibarra

Fig. No.65
Titulo: Artesanía



Elaborado por: Victoria Ibarra

Justificación de la existencia del producto

Mediante la propuesta de Diseño Interior basado en la cultura Pillareña, el centro Gerontológico el Señor de los Remedios ofrece un panorama familiar, acogedor, atractivo, cómodo, capaz de solventar las necesidades de distracción, entretenimiento, relación con la naturaleza, salud, socialización, educación. Mediante la atracción visual de la madera, piedra, ladrillo, carrizo, teja, imágenes de la naturaleza o religión y artesanías que son representaciones de estoy en casa.

La vejez es una de las etapas más difíciles, en la que se requiere de muchos cuidados y precauciones, debido a su desgaste físico y mental. Por lo que los espacios y pasillos son amplios e iluminados para facilitar el desenvolvimiento personal y ayuda en su ubicación. Al igual que el equipamiento o mobiliarios es el adecuado ya que se basan en las normas de antropometría del adulto mayor.

El mejoramiento de la relación espacial y funcional, iluminación, ventilación, ampliación, restauración y comodidad visual facilitara la adaptación y gusto por vivir en un lugar nuevo. Y debido a sus costumbres siempre estará conectarlo con la naturaleza a pesar de encontrarse en el centro del cantón Píllaro. En donde pueden mejorar su estado físico, emocional, social y psicológico sin alterar por completo sus estilos de vida.

Propuesta del Diseño Interior del centro Gerontológico.

- Anteproyecto.
- Proyecto final.

Validación de la propuesta

Por medio de la validación de la propuesta se ha confirmado que el diseño interior del centro gerontológico si cumple con las necesidades del adulto mayor.

CUADRO DE VALIDACIÓN DE REQUISITOS.				
Necesidades	Indicador	Elementos	Cumplimiento	
			Si	No
Adecuada distribución espacial	Ubicación	Relación espacial	si	
Confort	Iluminación Ventilación Dimensiones Equipamiento Amueblamiento	Iluminación natural Iluminación artificial Ergonomía Antropometría	si	
Circulación	En las actividades: Sala Baño Dormitorio Pasillos	Normas INEN Ergonomía Antropometría	si	
Independencia	En las actividades: Físicas Recreación Relajación Pasillos Baños Rampas.	Normas INEN (pasamanos, barras de apoyo) Ergonomía Antropometría	si	
Estar en casa y adaptación	Costumbres Naturaleza Libertad Valores y derechos	Elementos de la cultura Pillareña.	si	

Cuadro 23. Cuadro de validación de requisitos.
Elaborado por: Victoria Ibarra.

Conclusiones:

- La profunda investigación del campo y bibliografía determino las implicaciones del concepto calidad de vida en el contexto de los adultos mayores para determinar el más adecuado proceso y diseño a aplicarse en la propuesta.
- El análisis de los problemas del centro gerontológico y geriátrico de Píllaro, ayudo a identificar los problemas que tienen solución desde el diseño interior. Mediante el análisis crítico de observación, entrevista y encuestas en el centro gerontológico.
- La propuesta de Diseño Interior, dirigida a los adultos mayores de Píllaro, está basada en los estudios realizados sobre sus vidas y costumbres, en función con las normas de cuidado o precaución hacia el adulto mayor. Con ello se crea un ambiente familiar y seguro, que contribuya a mejorar la calidad de vida.

Recomendaciones:

- La aplicación de la antropometría, ergonomía, normas INEN en el diseño, permite que los centros gerontológicos tenga la comodidad necesaria para la movilización e independencia de los adultos mayores.
- La mayor cantidad de iluminación natural, transparencia y belleza del área verde permite que los adultos mayores se sientan libres, tranquilos y con ganas de vivir como una planta.
- La investigación bibliográfica y de campo es la base fundamentada, que fortalece y fundamenta la propuesta del diseño interior.

CAPÍTULO VII

ANEXOS

ANEXO 1

Formato de la encuesta a los usuarios del centro gerontológico.

Objetivos:

Conocer las opiniones y necesidades directamente desde el punto de vista de los adultos mayores para orientar la propuesta en busca de mejorar su bienestar emocional.

1. ¿Cómo es su estancia en el centro gerontológico?
Muy buena () buena () malo () regular ()
Porque.....

2. ¿Qué actividades ocupacionales le gusta hacer?

Trabajos manuales () jardinería ()
Teatro () juegos ()
Danza () pintura ()
Otros.....

3. ¿Con que materiales le gusta hacer los trabajos manuales?
Tela () lana ()
Granos secos () cartón ()
Plástico () madera ()
Otros.....

4. ¿Qué tipos de actividades recreacionales le gusta?

Dinámicas () Cuentos y cachos ()
Dados () Barajas ()
Otros.....

5. ¿Qué fechas le gusta festejar?

Cumpleaños () Navidad ()
Día del padre y Madre () Fiestas populares ()
Otros.....

6. ¿De la producción Pillareña que prefiere?
Flores () animales () frutas () vegetales () artesanías ()
Cuales.....

Formato de la encuesta a los usuarios del centro geriátrico.

Objetivos:

Conocer las opiniones y necesidades directamente desde el punto de vista de los adultos mayores para orientara la propuesta en busca de mejorar su bienestar emocional y física.

1. ¿Recuerda cuántos años tiene?

.....

2. ¿Cuántas veces asiste al centro geriátrico?

Semanal () Quincenal () Mensual ()

3. ¿Qué le gusta del centro el señor de los remedios?

Servicio () Instalaciones ()

Otros.....

4. ¿Qué actividades físicas realiza en este lugar?

Aérobicos () rumba terapia () trote ()

Otros.....

5. ¿Qué actividades realiza afuera del centro?

Quehaceres domésticos () cuidado de animales () agricultura ()

Otros.....

6. ¿Cuál es su estado de salud?

.....

Formato de la Entrevista a los Encargados del centro gerontológico.

Objetivos:

Obtener información de los servicios e instalaciones del centro gerontológico para orientar la propuesta en busca de mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

1. ¿Qué caracteriza a este centro gerontológico?
.....
2. ¿En qué estado de salud llegan los adultos mayores?
.....
3. ¿Son frecuentes las visitas de su familia o de personas allegadas?
.....
4. ¿Cuál es el orden del día de los adultos mayores?
.....
5. ¿Qué tipo de rehabilitación aplican en el adulto mayor?
.....
6. ¿Qué actividades físicas realizan y cuáles son sus beneficios?
.....
7. ¿Cuáles son las actividades de recreación ocupacional para los adultos mayores?
.....
8. ¿Las instalaciones del centro gerontológico, ¿ Son suficientes o no?
.....
9. ¿Qué servicios se necesitarían implementar dentro del centro gerontológico en mejoras del mismo?
.....
10. ¿Qué características cree que debe tener los muebles o equipos especializados para el adulto mayor?
.....

ANEXO 2

Resultado de los cuadro de validación de requisitos.

Cuadros de programación.

ANEXO 3

Imágenes del trabajo de investigación.

Fig. No.66

Titulo: Visita al centro gerontológico de Patate



Fig. No.67

Titulo: Visitas al centro gerontológico de Píllaro.



Fig. No.68

Titulo: Gustos de los adultos mayores



Elaborado por: Victoria Ibarra

Elaborado por: Victoria Ibarra

CAPÍTULO VIII

BIBLIOGRAFÍA

Fuentes bibliográficas.

- Amos Rapoport, *aspectos humanos de la forma Urbana*. Colección Arquitectura/perspectiva.
- Arian Mostaedi, *Arquitectura de interiores*, Instituto Monsa de Ediciones, Barcelona – España
- Altarriba Francesc Xavier, *Gerontología: Aspectos Biopsicosociales del proceso de envejecer*. Edición 7, S/F pág. 1-2
- Díaz Lionel Vidal. 2000. *Autoestima y Motivación, Valores para el desarrollo personal*, Santafé de Bogotá, Cooperativa editorial Manguitero - pág.12-14.
- Francesc, Xavier. *Gerontología: Aspectos Biopsicosociales del proceso de envejecer*. Edición 7, S/F. P1-P2
- Fundación rey ardid – Proyecto centro gerontológico juslibol).
- Gonzalo Sanz Luis María. 2002. *Manual de Gerontología*, España – pág. 16-18.
- Instituto Europeo di Design North American *DISEÑO DE INTERIORES LA FIGURA PROFESIONAL, BARCELONA*,
- Lezama Lugo, 2001, modelado de dispositivos para un sistemas de seguridad implementando tecnología Jini. Universidad de las Américas _ puebla. Pág. 1-5
- Luis María Gonzalo Sanz, *Manual de Gerontología*, España 2002, pág. 16
- Lionel Vidal Díaz, *Autoestima y Motivación*, Santafé de Bogotá.
- Mostaedi Arian, *s/f, Arquitectura de interiores*, Instituto Monsa de Ediciones, Barcelona – España- pág.1-2.

- Mary Gilliatt-curso de interiorismo- reimpresión 2008- Barcelona Pilar del Carmen Martínez Argüello, Instituto Nicaragüense de Seguridad Social, Manual de Auto cuidado del Adulto Mayor. pág. 20
- Miembros del grupo de trabajo integrado (gti): plan de rehabilitación – fisioterapia, Diciembre 2010 Versión 0
- Puyuelo Cazorla, Marina y Merino Sanjuán–*Expresión Gráfica Arquitectónica*
- Puyuelo Cazorla, Marina y Merino Sanjuán–*Expresión Gráfica Arquitectónica* pág. 6-8
- Rapoport Amos, *aspectos humanos de la forma Urbana, Arquitectura, Perspectiva*, editado GG.
- Rodríguez Domínguez Sandalio. s/f. “*LA VEJEZ: HISTORIA Y ACTUALIDAD*”, Ediciones Universidad Salamanca - pág.55-56.
- Ruiz M. A., Pardo. A., 2005. *Calidad de vida relacionada con la salud: definición y utilización en la práctica médica*, Universidad Autónoma de Madrid, pág.33.
- Robert L. Schalock Miguel Ángel Verdugo, *calidad de vida. Madrid*, 2003.
- Rodríguez Domínguez Sandalio, *Ediciones Universidad Salamanca. Pág. 55-56*
- Ruiz, A. Pardo, *Calidad de vida relacionada con la salud. Universidad Autónoma de Madrid. Pdf*
- Schalock Robert y Verdugo Miguel Ángel. 2003. *Calidad de vida, manual para Profesionales de la Educación Sociales*, alianza editorial, S. A., Madrid – pág. 164, pág. 172- 174, pág. 168.
- Santir Virginia. S/F. *Nuevas Relaciones Humana en el Núcleo Familiar*, editorial pax México - pág.357-359, pág.364-365, pág. 357-366. pág.364-365.
- Soledad García Carpio, Matilde González Molina, Roberto Ibarra Pujana, *Ejercicio físico para todos los mayores:*
- Schalock Robert L. Verdugo Miguel Ángel, *calidad de vida en el adulto mayor. Madrid*, 2003. Pág. 164,174, Pág. 172- 174

- Schalock Robert L. Verdugo Miguel Ángel, *calidad de vida en el adulto mayor*. Pp. 172- 174
- Santir Virginia, *Nuevas Relaciones Humana en el Núcleo Familiar*, México, S/f pág. 364-365
- Teresa Martínez Rodríguez, la atención gerontológica centrada en la persona, servicio central de publicaciones de Gobierno Vasco, vitoria-Gasteiz,
- Virginia Santir, *Nuevas Relaciones Humana en el Núcleo Familiar*, editorial pax México
- Zapata Faras Hernán, *Revista de Psicología, Adulto mayor*. 2001 pág. 192
- Zapata, Hernán. (2001). *Revista de Psicología, universidad de chile, Adulto mayor*. Participación e identidad- pág. 31-32-P192.

Fuentes electrónicas.

- http://www.ecuadorlibre.com/index.php?option=com_content&view=article&id=877:rl-no-215-centros-gerontologicos-la-dificultad-de-sucreación&catid=5:resena-legislativa&Itemid=15.
- <http://www.funlibre.org/documentos/lemaya2.htm> y http://trazos-enredados.blogspot.com/2011/04/disfrutar-la-vida-de-adulto-mayor-es_23.html
- <http://www.psiquiatria.com/articulos/psicogeriatría/35654/>
- Copyright © 2012. Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.
- http://www2.ucsg.edu.ec/index.php?option=com_content&view=article&id=912&Itemid=847.
- <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaDim.html>
- <http://adultomejor.blogspot.com/2005/12/recreacion-en-el-adulto-mayor.html> 13-11-2012, 1-2 y 6 estrofas
- <http://www.joselearquitectura.com/blog/sobre-psicologia-ambiental>.
- [http:// la_vivienda_para_adultos_mayores.ppt](http://la_vivienda_para_adultos_mayores.ppt) - Ms.C Fermin Nivardo.

- [http:// Ms. Fermin Nivardo - la_vivienda_para_adultos_mayores.ppt](http://Ms.FerminNivardo-la_vivienda_para_adultos_mayores.ppt) - Normas Cubanas para Viviendas de A.M. NC 391-2/2004 y normas INEN Quito- Ecuador. Pág. 18-33
- <http://cratividad-estilo.blogspot.com/2012/08/disenio-interior.html> y [http://www. Arquitectura/procesos.htm](http://www.Arquitectura/procesos.htm)
- [http://www. Normativa departamento de proyectos e investigaci3n de estudios superiores de Dise1o Interiores \(curso 2007-08\) pdf. Pag 2](http://www.Normativa departamento de proyectos e investigaci3n de estudios superiores de Dise1o Interiores (curso 2007-08) pdf. Pag 2)
- La dise1adora Rita Garc1a de Frochaux [http://www.laestrella.com.pa/online/impreso/ proceso-creativo-los-pasos-del-disenio-de-interiores.asp](http://www.laestrella.com.pa/online/impreso/proceso-creativo-los-pasos-del-disenio-de-interiores.asp)
- [http://www. http://www.modayhogar.com/muebles.](http://www.modayhogar.com/muebles)
- [http://www.arqhys.com/arquitectura/elementos-disenio-interiores.html.](http://www.arqhys.com/arquitectura/elementos-disenio-interiores.html)
- (Http: [//www.buenastareas.com/ensayos/Confort-En-Arquitectura/2723033.html](http://www.buenastareas.com/ensayos/Confort-En-Arquitectura/2723033.html)
- [http://www.arqhys.com/construccion/decoracion-arquitectura.html.](http://www.arqhys.com/construccion/decoracion-arquitectura.html)
- JOIN APA <http://www.planning.org/planificacion/6/1.htm>
- http. Bob Ram1rez -[http://suite101.net/article/los-materiales-en-la-decoracion-interior.](http://suite101.net/article/los-materiales-en-la-decoracion-interior)
- www.acusticaintegral.com y www.uncreativ.livejournal.com
- <http://www.okdecoracion.com/4457/materiales-que-se-utilizan-en-la-decoracion-i/>
- <http://www.basalte.com.es/interiorismo-tecnologico-avances-en-el-disenio-de-interiores/>
- <http://www.basalte.com.es/interiorismo-tecnologico-avances-en-el-disenio-de-interiores/>
- <http://www.domoprac.com/domoteca/domoteca/integracion-domotica/control-del-sistema-de-iluminacion-con-domotica.html> DomoPrac 2007-2013
- <http://www.monografias.com/trabajos5/electro/electro.shtml>
- <https://www.guardian.com/es/GuardianVidrio/ProductosVidrio/VidrioTecnico/ProductosElectronicos/index.htm>

- Moreno Herrero, 1998, <http://tecnologiaedu.us.es/cursos/32/html/cursos/cursosonido/2-2.htm>
- (29) [http://www. Sistemas de Seguridad - tipos de alarma, sistemas de monitoreo y vigilancia.htm](http://www.Sistemas de Seguridad - tipos de alarma, sistemas de monitoreo y vigilancia.htm)
-) <http://es.prmob.net/jubilado/vejez/mayores-289796.html>
- (39) <http://www.funlibre.org/documentos/lemaya2.htm>. Disfrutar-la-vida-de-adulto-mayor.
- 41) <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaDim.html>
- <http://www.redadultosmayores.com.ar/educacionAM.htm> y <http://www.adultosmayores.com.ar/Autosuficiencia.htm>
- [http://www. Enplenitud.com/psocologia-del-adulto-mayore.htm](http://www.Enplenitud.com/psocologia-del-adulto-mayore.htm)
- <http://adultomejor.blogspot.com/recreacion-en-el-adulto-mayor.html>
- http://www2.ucsg.edu.ec/index.php?option=com_content&view=article&id=916&Itemid=851 Universidad católica de Santiago de Guayaquil.