

BIBLIOTECA UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

**CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA
DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACIÓN**

San José, 2 julio 2020

Señores:
Universidad
Centro de Información Tecnológico (CENIT)

Estimados Señores:

El suscrito (a) Mónica María Morales Cárdenas con número de identificación 115480629 autor (a) del trabajo de graduación titulado Hogar Integral para la atención de ancianos Manos Amigas, como requisito para optar por el grado de Licenciatura en Arquitectura; *SI* autorizo a la Biblioteca de la Universidad Hispanoamericana para que con fines académicos, muestre a la comunidad universitaria la producción intelectual contenida en este documento.

De conformidad con lo establecido en la Ley sobre Derechos de Autor y Derechos Conexos N° 6683, Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica.

Cordialmente,

 115480629

Firma y Cédula de Identidad

**ANEXO 1 (Versión en línea dentro del Repositorio)
LICENCIA Y AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA PUBLICAR Y
PERMITIR LA CONSULTA Y USO**

Parte 1. Términos de la licencia general para publicación de obras en el repositorio institucional

Como titular del derecho de autor, confiero al Centro de Información Tecnológico (CENIT) una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

- a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, el autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito.
- b) Autoriza al Centro de Información Tecnológico (CENIT) a publicar la obra en digital, los usuarios puedan consultar el contenido de su Trabajo Final de Graduación en la página Web de la Biblioteca Digital de la Universidad Hispanoamericana
- c) Los autores aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.
- d) Los autores manifiestan que se trata de una obra original sobre la que tienen los derechos que autorizan y que son ellos quienes asumen total responsabilidad por el contenido de su obra ante el Centro de Información Tecnológico (CENIT) y ante terceros. En todo caso el Centro de Información Tecnológico (CENIT) se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.
- e) Autorizo al Centro de Información Tecnológica (CENIT) para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.
- f) Acepto que el Centro de Información Tecnológico (CENIT) pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.
- g) Autorizo que la obra sea puesta a disposición de la comunidad universitaria en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en las "Condiciones de uso de estricto cumplimiento" de los recursos publicados en Repositorio Institucional.

SI EL DOCUMENTO SE BASA EN UN TRABAJO QUE HA SIDO PATROCINADO O APOYADO POR UNA AGENCIA O UNA ORGANIZACIÓN, CON EXCEPCIÓN DEL CENTRO DE INFORMACIÓN TECNOLÓGICO (CENIT), EL AUTOR GARANTIZA QUE SE HA CUMPLIDO CON LOS DERECHOS Y OBLIGACIONES REQUERIDOS POR EL RESPECTIVO CONTRATO O ACUERDO.



HOGAR INTEGRAL PARA LA ATENCIÓN DE ANCIANOS

HOGAR INTEGRAL PARA LA ATENCIÓN DE
ANCIANOS MANOS AMIGAS
CALLE FALLAS, DESAMPARADOS

ARQUITECTURA PARA LA TERCERA EDAD



MÓNICA MORALES CÁRDENAS

CARTA DEL TUTOR

San José, 10 de febrero del 2020

**Departamento de Registro
Carrera Arquitectura
Universidad Hispanoamericana**

Estimados señores:

El estudiante **Mónica María Morales Cárdenas** cédula de identidad número **1-1548-0629** me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado **Hogar Integral para la atención de ancianos Manos Amigas** el cual ha elaborado para optar por el grado académico de **Licenciatura en Arquitectura**.

En mi calidad de tutor, he verificado que se han hecho las correcciones indicadas durante el proceso de tutoría y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación; antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones.

De los resultados obtenidos por el postulante, se obtiene la siguiente calificación

a)	ORIGINALIDAD EN EL DESARROLLO Y PRESENTACIÓN DEL TEMA: MEDIACIÓN Y TRATAMIENTO DE LA INFORMACIÓN EN DOCUMENTO ICONOGRÁFICA Y DIAGRAMÁTICA	20%	20%
b)	CUMPLIMIENTO ENTREGA AVANCES	10%	10%
c)	COHERENCIA ENTRE LA FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y EL DESARROLLO DE OBJETIVOS CON EL PROCESO DE DISEÑO EN SUS DIFERENTES ETAPAS (DEMOSTRACIÓN Y APLICACIÓN DEL CONOCIMIENTO POR PARTE DEL ESTUDIANTE): - CONCEPTUALIZACIÓN ESPACIAL/FUNCIONAL/TÉCNICA - PARTIDO ARQUITECTÓNICO - PROPUESTA DE DISEÑO	20%	20%
d)	APLICACIÓN E INTERPRETACIÓN DE LAS CONCLUSIONES COMO LINEAMIENTOS DE DISEÑO EN PROPUESTA -ESPACIAL, TÉCNICA Y FUNCIONAL - A NIVEL DE ANTEPROYECTO, QUE DEFINA EL CARACTER E IDENTIDAD DEL MISMO Y CUMPLA CON LAS NECESIDADES ESTABLECIDAS Y CONTEMPLE LA REGULACIÓN CONSTRUCTIVA Y URBANA.	30%	30%
e)	PRESENTACIÓN Y REPRESENTACIÓN GRÁFICA DE ANTEPROYECTO: RESOLUCIÓN ESPACIAL- FUNCIONAL- TÉCNICA. PRINCIPIOS DE COMPOSICIÓN DIAGRAMÁTICA - AMBIENTACIÓN - PROPORCIÓN Y MANEJO DE LA IMAGEN GRÁFICA DEL PROYECTO.	20%	10%
TOTAL		100%	90

En virtud de la calificación obtenida, se avala el traslado al proceso de lectura.

Atentamente,

**RONALD
ALEJANDRO
AZOFEIFA
JIMENEZ (FIRMA)**

Firmado digitalmente por
RONALD ALEJANDRO
AZOFEIFA JIMENEZ
(FIRMA)
Fecha: 2020.02.11
15:43:19 -06'00'

Arq. Ronald Azofeifa Jiménez
Cédula identidad: 3-0388-0732
Carné Colegio Profesional: A-20920

DECLARACIÓN JURADA

Yo **Mónica María Morales Cárdenas**, mayor de edad, portador de la cédula de identidad número **1-15480629** egresado de la carrera de Arquitectura de la Universidad Hispanoamericana, hago constar por medio de éste acto y debidamente apercibido y entendido de las penas y consecuencias con las que se castiga en el Código Penal el delito de perjurio, ante quienes se constituyen en el Tribunal Examinador de mi trabajo de tesis para optar por el título de licenciatura en arquitectura, juro solemnemente que mi trabajo de investigación titulado: **"HOGAR INTEGRAL PARA LA ATENCIÓN DE ANCIANOS MANOS AMIGAS."**, es una obra original que ha respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derecho de Autor y Derecho Conexos número 6683 del 14 de octubre de 1982 y sus reformas, publicada en la Gaceta número 226 del 25 de noviembre de 1982; incluyendo el numeral 70 de dicha ley que advierte; artículo 70. Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que éstos no sean tantos y seguidos, que puedan considerarse como una producción simulada y sustancial, que redunde en perjuicio del autor de la obra original. Asimismo, quedo advertido que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público, en fe de lo anterior, firmo en la ciudad de San José, a los 14 días del mes de febrero del año dos mil veinte.

Firma del estudiante

Cédula **115480629**

02 de abril de 2020

Señores
Universidad Hispanoamericana

Estimados Señores:

En mi calidad de lector Asignado del Proyecto final de Graduación titulado:

“Hogar Integral para la atención de ancianos, Manos Amigas, en Calle Fallas de Desamparados”

Elaborado por la estudiante **Srta. Mónica Morales Cárdenas** con cedula: 1-1548-0629, proceso que se desarrolló en la Escuela de Arquitectura de esta Universidad, a efecto de optar por el grado Académico de Licenciatura en Arquitectura.

Certifico:

Que el documento final del proyecto de graduación fue leído y revisado donde se constató que el mismo fue corregido por el postulante, a través de correos electrónicos y video llamadas, tanto en su contenido de fondo como en su forma, por lo que, en una forma integral, indico que este reúne y cumple con todos los requerimientos de la modalidad de Proyectos de Graduación.

Sin más por el momento y quedando a la disposición de ampliar lo que se considere conveniente,

Atentamente

JORGE ARTURO
ROJAS MOLINA
(FIRMA)

Firmado digitalmente
por JORGE ARTURO
ROJAS MOLINA (FIRMA)
Fecha: 2020.04.02
13:28:56 -06'00'

Arq. Jorge Arturo Rojas Molina
Ced. 1-0496-0842,
Carne profesional A-8731

San José, 18 de abril de 2020

Señores(as)
Universidad Hispanoamericana
Carrera de Arquitectura

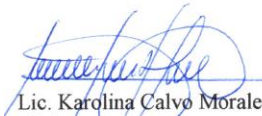
Estimados señores(as):

Sirva la presente para saludarles y expresar que Mónica Morales Cárdenas me entregó para efectos de la revisión filológica el trabajo final de graduación denominado *Hogar Integral para la atención de ancianos Manos Amigas*, el cual ha elaborado para optar por el título de Licenciatura en Arquitectura.

He revisado los aspectos de estructura gramatical, acentuación, ortografía, puntuación y los vicios de dicción que se trasladan al escrito, además del ordenamiento correcto de ideas para una óptima coherencia y cohesión, por consiguiente, doy fe de que se han realizado todas las correcciones pertinentes.

Así, este trabajo se encuentra listo para ser presentado oficialmente a la Universidad Hispanoamericana para los fines que Mónica Morales Cárdenas considere necesarios.

Atentamente,



Lic. Karolina Calvo Morales
Filóloga Española
Cédula identidad #1-1220-0176
Colegiada # 56247, Colypro
Carné #125, Asociación Costarricense de Filólogos

C.c.: Archivo



CAPÍTULO 1: ASPECTOS GENERALES

1. Problema	3
1.2 Pregunta del problema.	5
2. Justificación.	6
3. Delimitaciones.	9
4. Viabilidad.	11
5. Objetivos	12
6. Teorías Relacionadas	13
7. Casos de estudio.	17
Análisis FODA.	26
8. Marco Histórico.	28
9. Marco Conceptual.	32
10.Reglamentación.	35
11. Metodología.	48



CAPÍTULO 2: ANÁLISIS DEL USUARIO

1. Usuario	53
1.1 Análisis calidad de vida.	54
1.2 Clasificación usuario.	55
1.3 Necesidades.	57
1.4 Enfermedades y patologías.	58
1.5 Uso del color	62
1.6 Iluminación de espacios.	63
2. Perfil del usuario.	65
3. Opinión usuario.	67
3.1 Análisis de entrevista	69
4. Ejes de desarrollo.	70



CAPÍTULO 3: ANÁLISIS URBANO

1. Análisis macro	72
1.1 Topografía	73
1.2 Perfiles.	74
2. Ubicación macro	75
2.1 Núcleo urbano.	76
2.2 Uso del suelo.	78
2.3 Flujos urbanos.	79
2.4 Hitos.	81
2.5 Nodos.	82
2.6 Bordes.	83
2.7 Sendas.	84
3. Análisis Urbano.	85
4. Cobertura vegetal	89
5. Focos de contaminación	91
6. Transporte público.	93
7. Análisis micro.	95
8. Análisis climático.	99
8.1 Estrategias pasivas	103



CAPÍTULO 4: PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

1. Descripción del proyecto	105
2. Concepto.	106
3. Metáfora.	107
4. Programa arquitectónico.	109
5. Zonificación	110
6. Diseño del proyecto	112
6.1 Plantas arquitectónicas.	113
6.2 Estructural.	115
6.3 Plantas de cubiertas.	117
6.4 Rutas de evacuación.	118
6.5 Fachadas.	123
6.6 Secciones.	125
7. Vistas del proyecto.	128
8. Conclusiones del proyecto.	139

1.1 Antecedentes del problema

De acuerdo con las proyecciones de población vigentes, a mitad del 2008 hay aproximadamente 278 mil personas adultas mayores en el país y constituyen el 6 % de la población. Una de cada tres personas adultas mayores tiene entre 65 y 69 años, mientras que una de cada cinco tiene 80 años y más.

Geográficamente, las personas adultas mayores se concentran en el área metropolitana y en pocos cantones. Aproximadamente, dos tercios de la población de 65 años y más vive en la región central.

En Calle Fallas de Desamparados se desarrolla un Centro Diurno Manos Amigas, una ONG sin fines de lucro de la mano con la Asociación ProDesarrollo integral y protección al anciano. Este centro diurno está dirigido por Ana Patricia Ramírez, presidenta; y Sirlene Aguilar, administradora.

Con mucho esfuerzo y dedicación, poseen una casa que funciona como centro diurno y cubren todas las necesidades de los y las ancianos(as), desde alimentación, cuidado, recreación, salud, educación y, lo más importante, cariño, haciendo sentir a estas personas queridas y felices.

Ellas encontraron un terreno cercano ubicado en Calle Fallas, un lugar conocido como Monteclaro, bastante amplio y próximo a las personas que actualmente utilizan las instalaciones del centro diurno, donde la proyección es construir el nuevo hogar integral para la atención de esta población.

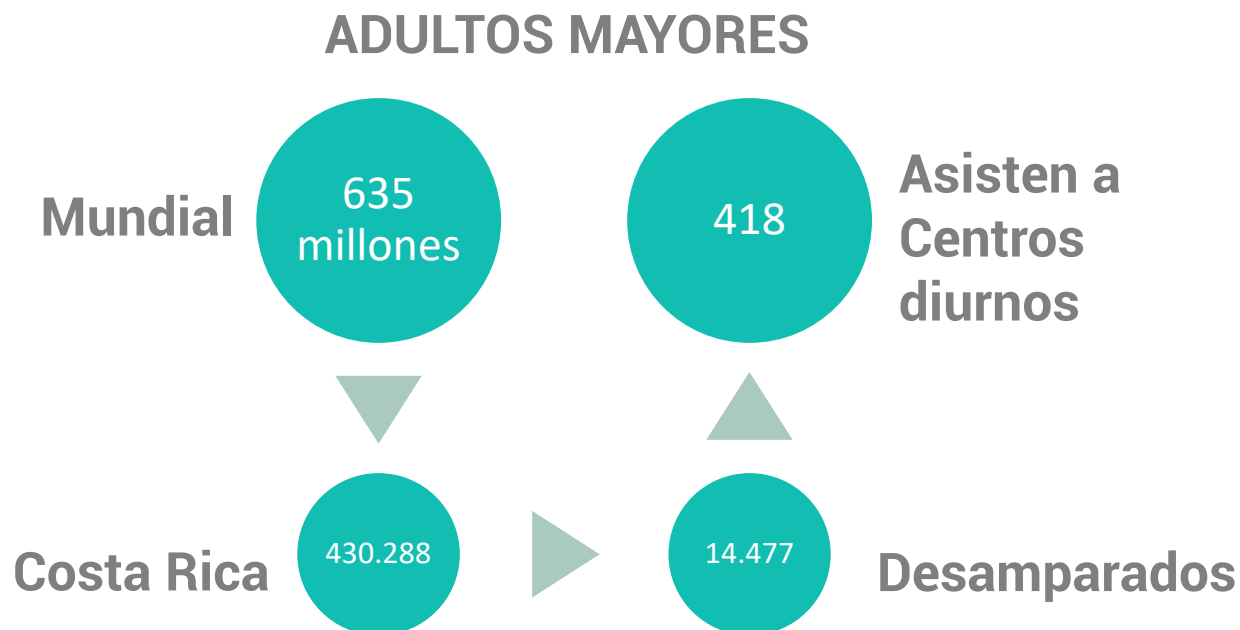
Costa Rica: Población de 65 años y más por condición de asistencia a centros diurnos para adultos(as) mayores y sexo, según provincia y cantón

Provincia y cantón	Total			Asiste			No asiste		
	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres
Costa Rica	311 712	144 830	166 882	6 448	1 547	4 901	305 264	143 283	161 981
San José	114 665	49 301	65 364	3 031	694	2 337	111 634	48 607	63 027
San José	28 171	11 256	16 915	862	193	669	27 309	11 063	16 246
Desamparados	14 477	6 157	8 320	418	91	327	14 059	6 066	7 993

Tabla #1

Tabla población mayor 65 años en Costa Rica.

Fuente: <http://www.inec.cr/social/poblacion-adulta-mayor> (2011)



Según Censo 2011

Fuente: <http://www.inec.cr/social/poblacion-adulta-mayor> (2011)

Capítulo

1

Aspectos Generales

1. Problema

1.2 Pregunta del problema.

2. Justificación.

3. Delimitaciones.

4. Viabilidad.

5. Objetivos

6. Teorías Relacionadas

7. Casos de estudio.

Análisis FODA.

8. Marco Histórico.

9. Marco Conceptual.

10. Reglamentación.

11. Metodología.



¿Cómo las personas adultas mayores de Desamparados pueden mejorar su calidad de vida al contar con un hogar de cuidado especializado?

Según el INEC (2011), en relación con el crecimiento demográfico observado en el Censo 2011, queda en evidencia que los servicios de atención y cuidado de esta población son escasos y no han de llegar a suplir sus necesidades.

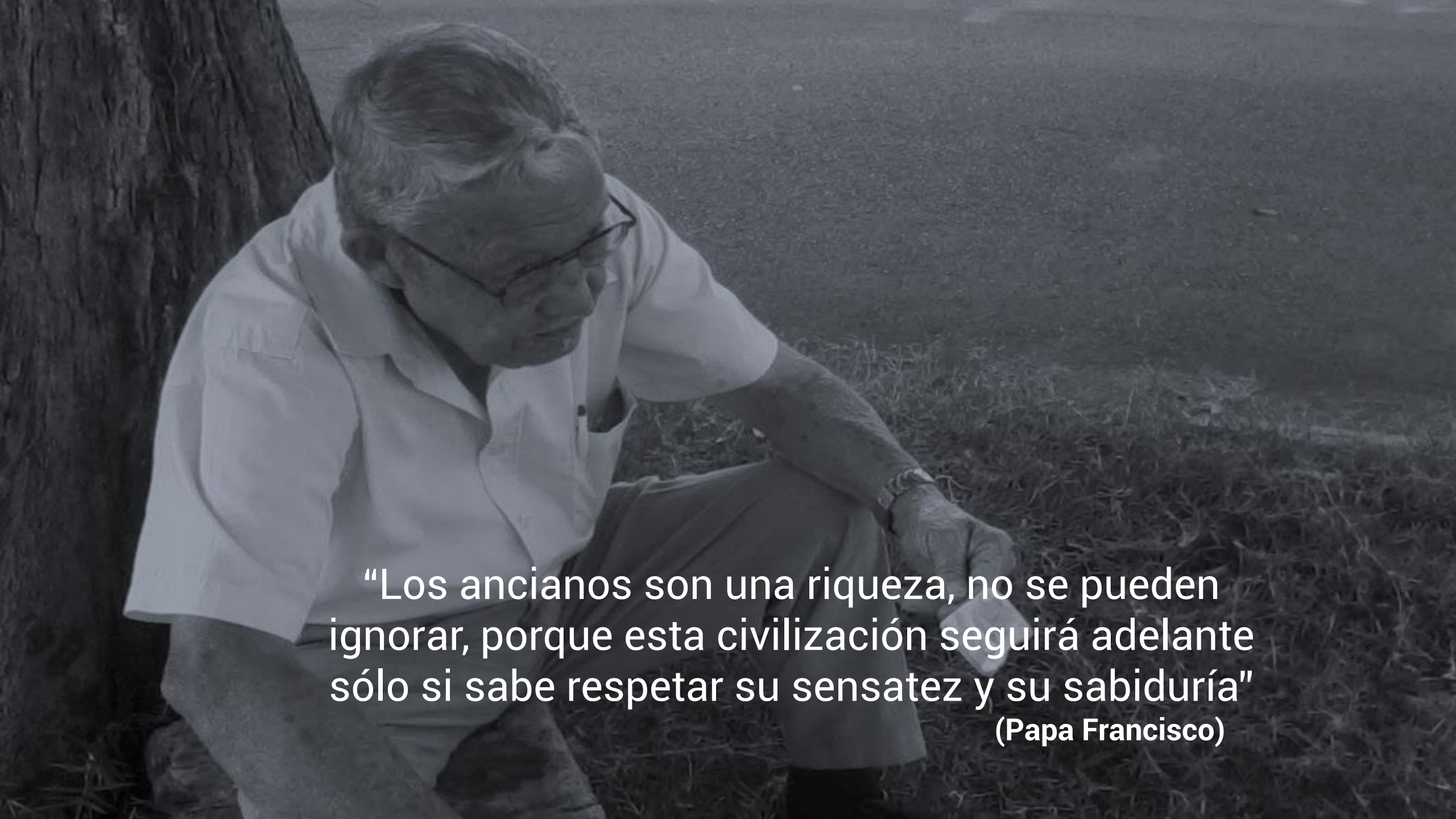
En el caso de los hogares, estos ofrecen una mayor cantidad de servicios especializados, situación que no se presenta en los centros diurnos, los cuales poseen una oferta menos variada para las personas usuarias.

Es importante destacar que la incorporación de las personas adultas mayores a estos centros especializados trae resultados positivos para su salud, pues su red social se amplía.



F2 Anciana





“Los ancianos son una riqueza, no se pueden ignorar, porque esta civilización seguirá adelante sólo si sabe respetar su sensatez y su sabiduría”

(Papa Francisco)

Se dice que la población costarricense se encuentra, según el CONAPAM (2004), en una fase de evolución en su crecimiento demográfico debido a los cambios desarrollados en los últimos años con respecto a las tasas de fecundidad que disminuyeron y el aumento de la esperanza de vida.

De esta manera, distintas organizaciones en Costa Rica han prestado más atención a la población adulta mayor. Datos del INEC (2011-2025) proyectan que para el año 2025 aumente 2.3% las personas mayores a los 65 años, lo cual genera un interés prioritario en buscar solución a la alta demanda de infraestructura y servicios especializados que requerirán este sector de la población.

En la provincia de San José, se contabilizan 48 instituciones de bienestar social enfocadas a la atención de personas adultas mayores. De acuerdo con el CONAPAM (2004), estas se dividen según la modalidad, en 27 hogares y 21 centros diurnos, los cuales atienden entre 25 a 30 adultos(as) mayores, en promedio .

Es decir, de acuerdo con el INEC (2011), de una población de 114.665 personas adultas mayores en dicha provincia, alrededor del 1% son atendidas en centros diurnos y hogares.



F3 Anciana, mercado

Según la información anterior, se comienza a percibir un gran porcentaje de la población que aún no es considerada dentro de este tipo de programas y que, eventualmente, con el aumento de la esperanza de vida y las proyecciones de crecimiento demográfico, van a causar que dichas instituciones en la provincia de San José no puedan atender la demanda generada.

La finalidad de esta investigación es profundizar en la infraestructura existente para generar un diagnóstico de la situación actual y, a partir de eso, entender cuáles son las deficiencias que existen y solucionarlas mediante una propuesta de diseño arquitectónico que considere las pautas generadas a partir de dicha investigación y, finalmente, brinde una mejor calidad de vida de la persona adulta mayor costarricense.

Se propone al cantón de Desamparados como área de estudio, pues presenta una deficiencia en cuanto a infraestructura y centros especializados para personas adultas mayores CONAPAM (2014).



EQUILIBRIO Y
CALIDAD DE VIDA



635 millones	418
Mundial	Asisten a Centros diurnos
Población	
430,288	14477
Costa Rica	Desamparados

ESPERANZA DE VIDA
 Hombres 77,6 años
 Mujeres 82,7 años

NATALIDAD
 13,9 nacimientos por cada mil habitantes

CRECIMIENTO POBLACIONAL
 Hombres 47,2%
 Mujeres 52,8%

ADULTOS MAYORES

2019
 8,6%
 430,288 adultos mayores

2025
 10,9%
 530,343 adultos mayores

DESAMPARADOS
 9,2%

ENVEJECIMIENTO ACTIVO

El envejecimiento es un proceso evolutivo y dinámico, una etapa más del ciclo vital de una persona.

Este enfoque de ciclo vital permite entender la vejez como una evolución adaptativa que puede ser positiva si se aceptan los cambios, internos y externos que conlleva.

Costa Rica presentó en el 2018 la Estrategia Nacional para un Envejecimiento Saludable, que promueve un aumento en la esperanza de vida, además, que las personas mayores mantengan bienestar desde el punto de vista mental, físico y espiritual, y una vejez con una capacidad funcional óptima (Ministerio de Salud, 2018).



F5 Collage Envejecimiento activo



3.1 DELIMITACIÓN SOCIAL

El proyecto está dirigido a la población adulta mayor de Desamparados.

3.1 DELIMITACIÓN FÍSICA

Se lleva a cabo en la provincia de San José, Específicamente en el sector de Calle Fallas de Desamparados.

3.1 DELIMITACIÓN DISCIPLINARIA

Se realiza en el ámbito de la arquitectura, en colaboración con otras áreas profesionales, como salud, geriatría, terapia física, psicología, enfermería y artes.

UBICACIÓN GEOGRÁFICA



COSTA RICA
Población: 5 003 000 hab.
Superficie: 51 100 km²

PROVINCIA 1 SAN JOSÉ

CALLE FALLAS

DISTRITO 1 DESAMPARADOS

CANTON 3 DESAMPARADOS

En el cantón de Desamparados queda en evidencia que los servicios de atención y cuidado para la población adulta mayor no llega a suplir sus necesidades.

Según la Junta Protección Social (JPS), anualmente destina fondos a las entidades públicas y privadas mediante la transferencia de recursos a las organizaciones sociales, así como la ejecución del Programa de Ayudas Técnicas. Para ese efecto, evalúa y realiza estudios técnicos a las organizaciones solicitantes de recursos económicos para apoyo a la gestión, proyectos específicos y ayudas técnicas.

La Municipalidad de Desamparados, en conjunto con la Asociación Manos Amigas y el presupuesto otorgado por la Junta de Protección Social, velarán por la construcción de un edificio destinado a albergar aproximadamente 150 personas adultas mayores en riesgo social. Dicho edificio contará con todas las normativas que rige la ley, espacios funcionales, donde intervenga un buen diseño arquitectónico; todo lo anterior en pro de estas personas que tanto lo necesitan.



F8. JPS

JUNTA PROTECCIÓN SOCIAL JPS



F9. Municipalidad Desamparados



MUNICIPALIDAD DE DESAMPARADOS

5.1 Objetivo general

Diseñar un anteproyecto arquitectónico dirigido a la atención y la rehabilitación de la población adulta mayor, que proporcione los espacios que mejoren su calidad de vida en el cantón de Desamparados.

1. Objetivo específico

Identificar la necesidades de la población adulta mayor en Desamparados, en un ámbito de salud integral, social y mental.

2. Objetivo específico

Analizar las características topográficas, espaciales y climatológicas del lote propuesto para el proyecto.

3. Objetivo específico

Desarrollar la propuesta arquitectónica del Hogar Manos Amigas que cumpla con las necesidades físico-espaciales de la población adulta mayor.



IDENTIFICAR
Distrito
Desamparados



ANALIZAR
Sitio



DESARROLLAR
Anteproyecto
arquitectónico

Red de Cuido (CONAPAM, 2014)

La Red de Atención Progresiva para el Cuido Integral de las Personas Adultas Mayores impulsa una estructura social compuesta por personas, familias, grupos organizados de la comunidad, instituciones no gubernamentales y estatales. Pretende garantizar el adecuado cuidado y satisfacción de necesidades a las personas adultas mayores del país, promoviendo así una vejez con calidad de vida.

La información acerca de la Red de Cuido es provechosa para interpretar en la propuesta las necesidades de las personas adultas mayores, además de conocer la estructura base de la red, en conjunto con las instituciones que brindan ayuda a dicha población.



F 10



Roxana Campos Jiménez, Centro de integración para el adulto mayor, recreación-naturaleza (Proyecto de Graduación, Universidad Hispanoamericana, Costa Rica) 2016.

La investigación de Campos proyecta una propuesta arquitectónica que permitan un desarrollo físico y recreativo de las personas adultas mayores en busca de una mejor calidad de vida.

La especialización del proyecto en el tema de hospedaje y recreación hace que sea importante para esta investigación, pues brinda ejemplos y características de los espacios técnicos para el desarrollo de dichas actividades, dando así una plataforma para determinar el diseño de este tipo de áreas dentro de la propuesta a realizarse como resultado del presente documento.

Cristián Ruiz Rudolph, Centro Integral para el Adulto Mayor, Santiago, Chile (Proyecto de Graduación, Universidad de Chile, 2006)

Ruiz plantea una propuesta de un nuevo centro diurno y hogar para la persona adulta mayor como solución a la situación existente en las cual se encontraban las instalaciones antiguas. Concluye con un análisis de la infraestructura y especifica sus malas condiciones. La propuesta es de interés para este proyecto de graduación, pues trata el tema de los centros diurnos y extiende una propuesta en respuesta a las necesidades espaciales de estos.



F 11



F 12



HIDROTERAPIA

A través de los años, el cuerpo humano se vuelve más débil, pues los músculos no tienen la misma fuerza, los huesos ya no son tan fuertes y las articulaciones son vulnerables. Para resolver estos problemas existe la hidroterapia, un tipo de ejercicio que combina los movimientos realizados en la fisioterapia con la reducción del impacto provocado por el agua.

La hidroterapia es un tratamiento donde el agua es el principal elemento terapéutico y se aplica en personas de avanzada edad para tratar algunas de sus enfermedades. Se realiza en piscinas de poca profundidad, dentro del agua, pues la gravedad disminuye, lo cual facilita y contribuye a mejorar la movilidad a personas con alteraciones físicas (traumatológicas, reumatológicas, neurológicas) que han perdido parte de su capacidad motriz.

Las piscinas deben contar con todas las adecuaciones necesarias para el fácil acceso de las personas y su seguridad.

Con la evolución de cada paciente dentro de sus limitaciones, los ejercicios de terapia física acuáticos también comienzan a evolucionar y pueden convertirse en un método para practicar aeróbicos y para reforzar la musculatura del cuerpo.

BENEFICIOS

- ◆ Mejora de la circulación vascular
- ◆ Estimulación del sistema inmunitario
- ◆ Mejora de la tonificación muscular
- ◆ Mejora el estado de ánimo
- ◆ Favorece la respiración
- ◆ Contribuye a la socialización



F 13



MUSICOTERAPIA

Cuando las capacidades cognitivas se ven afectadas, la música muchas veces sigue siendo un excelente medio para comunicarse y dejar salir la creatividad y las emociones, incluso cuando existen dificultades severas en el lenguaje. Actualmente, se utiliza con éxito para tratar personas con Alzheimer, demencia, Parkinson, autismo o enfermedades psiquiátricas.

Se ha demostrado que la musicoterapia estimula diferentes áreas de la memoria, contribuye a incrementar la autoestima, sirve como método de contacto con la realidad y es una base sólida para formar nuevas relaciones sociales. También se utiliza para evocar recuerdos o sensaciones agradables y, en definitiva, generar un profundo bienestar en los pacientes.

BENEFICIOS

- ◆ Fomenta la participación, la interacción y la comunicación social en el grupo
- ◆ Mejora el estado de ánimo y la autoestima
- ◆ Permite hacer aflorar las emociones
- ◆ Mejora la expresión verbal y no verbal

TERAPIA Y ASISTENCIA CON ANIMALES

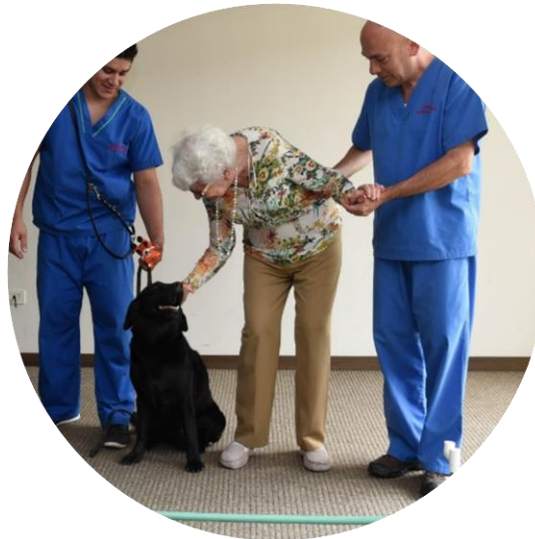
El proyecto busca adaptar las necesidades de las personas con discapacidades diferentes y articular el ser humano-animal-ambiente para un mejor desenvolvimiento del paciente y así obtener resultados positivos.

Las terapias asistidas con animales ayudan a realizar un proceso de aprendizaje y a sensibilizar las habilidades sociales del ser humano, así se puede rescatar al niño interior. De esta manera, se aprende a mirar la vida desde otro punto de vista y así encontrarle sentido a la vida.

Este proyecto plantea los parámetros que la arquitectura necesita para llegar a ser el vínculo entre las terapias y el bienestar humano, por medio de animales.



F14



BENEFICIOS

- ◆ Reducción de la depresión
- ◆ Disminución del uso de medicamentos
- ◆ Reducción de la sensación de soledad
- ◆ Descenso de los índices de estrés
- ◆ Mejora de la salud física y la pérdida de memoria
- ◆ Aumento del apetito

NIVEL NACIONAL

Edad promedio

80 años

Servicios especializados

Terapia física y ocupacional, psicología, médico, enfermería, nutrición, terapia retentiva, talleres impartidos por estudiantes universitarios, trabajo de la parte cognitiva, etc.

Otros servicios

Realizan 1 paseo al año con las personas adultas mayores del hogar de ancianos y otro tipo de paseos una o dos veces al mes a lugares cercanos o a visitar otros centros diurnos. Servicio de microbús.



F15 Centro Curridabat



F16. Centro Curridabat

A nivel nacional, se observa que la mayoría de los centros diurnos atienden grupos pequeños de personas adultas mayores, en promedio 30.

Destaca por los servicios, actividades y tratamientos que brinda y que es de utilidad para el diseño del proyecto Manos Amigas.

1

Centro Gerontológico de Curridabat.

Curridabat

Distrito Curridabat



NACIONAL

1982



20



NO



NIVEL NACIONAL

Edad promedio

78 años

Servicios especializados

Nutrición, terapia ocupacional, terapia física, recreación

Otros servicios

Pueden ser convivios con otros grupos de personas adultas mayores, juegos deportivos acorde a sus edades y capacidades físicas, charlas, conversatorios, actividades recreativas.



F 17



F 18

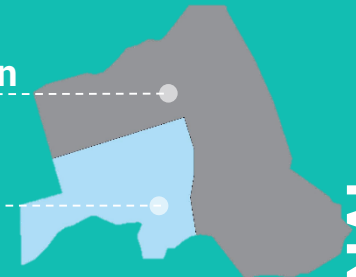
Este centro trabaja tres áreas de acción: Área de Salud, Área de Deporte y Recreación, Área de Terapia Física y Terapia Ocupacional. Esta división proporciona criterios y técnicas para utilizar en la organización del hogar de ancianos.

2

Centro Diurno del Adulto Mayor de Belén

Heredia, Belén

San Antonio



NACIONAL

1998



50



1500m²

NIVEL NACIONAL

Edad promedio

80 años

Servicios especializados

Alojamiento diurno y nocturno permanente, enfermería y primeros auxilios, terapia física, nutrición, trabajo social.

Otros servicios

Ofrece residencias, en las cuales se atiende una población pequeña personas adultas mayores, garantizándole así una atención integral y personalizada.

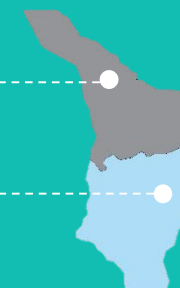


3

Residencias geriátricas Santa Clara

Escazú

Bello Horizonte



2005



24



SI



Este caso de estudio se caracteriza por tener residencias privadas conformando un ambiente familiar, tranquilidad, confort y atención personalizada. Es provechoso el diseño arquitectónico de este centro, pues genera espacios externos agradables donde las personas adultas mayores pueden realizar actividades físicas, caminatas o simplemente descansar.

NIVEL LATINOAMERICANO



Edad promedio

80 años

Servicios especializados

Psicología, enfermería, nutrición, terapia física y mental.

Otros servicios

Biblioteca, área de juegos, "deck / escenario" de madera, para múltiples eventos



Panel SIP
(Panel aislado estructural)



F 20



F 21

En este caso el edificio es modular, con el objeto de lograr un mejor aprovechamiento del material, disminuir la velocidad de construcción y facilitar el transporte al lugar, se decide utilizar panel prefabricado de 8 cm de espesor, compuesto por dos placas de madera aglomerada de 15 mm y un alma de poliestireno expandido de alta densidad. Las propiedades y conformación de este panel permiten utilizarlo tanto como muros, divisiones o cubierta, logrando con un solo elemento; cerramientos, estructura y aislación de manera limpia y seca.

1

Hogar de Ancianos Alhué Chile



Santiago

Alhué



Elevaciones

2010



295m²

LATINOAMERICA

NIVEL LATINOAMERICANO



2

Casa del Abuelo México

México

Veracruz



LATINOAMÉRICA

Edad promedio

74 años

Servicios especializados

Medicina general
Terapia Psicológica
Trabajo Social
Servicio de Comedor
Terapias

Otros servicios

Talleres de tejido, cocina,
pintura, ajedrez, lectura,
baile, terrazas al aire libre,
y áreas de usos múltiples.



F 22

El edificio se desarrolla en una sola planta, para así lograr una accesibilidad universal, logrando que una parte del edificio se pose naturalmente en el sitio y la otra se eleve ligeramente, permitiendo un área de usos múltiples “abrazada” por dos árboles existentes, minimizando el impacto en la zona y generando vistas directas a su ambiente natural. El concepto es generar un refugio en convivencia con el entorno brindado calidad de vida a las personas adultas mayores.



2016

780m²

NIVEL LATINOAMERICANO



Edad promedio

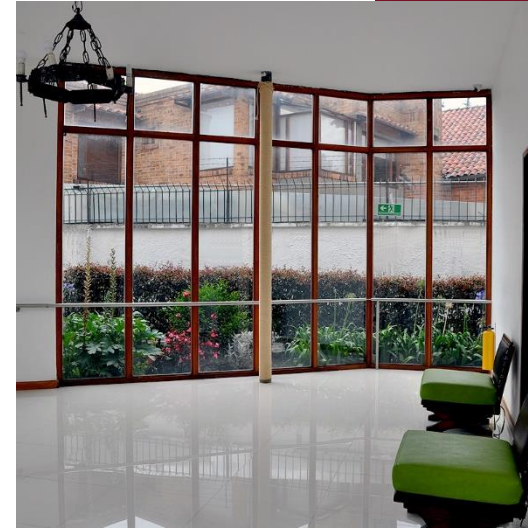
78 años

Servicios especializados

Enfermería 24 horas
Alimentación
Atención postoperatorio
Terapia ocupacional
Nutrición

Otros servicios

Actividades recreativas
Transporte
Peluquería
Restaurante para visitantes

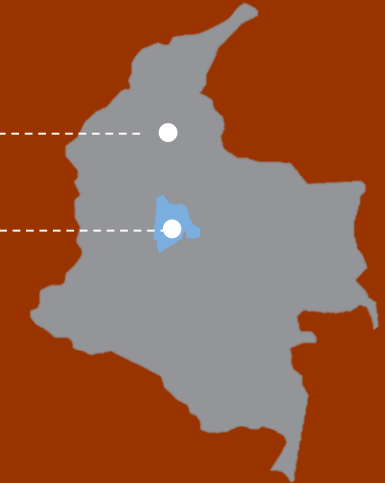


3

Hogar Amar
Bogotá Colombia

Colombia

Bogotá



LATINOAMERICA

Este hogar está diseñado de manera flexible, pues ofrece distintos espacios para el cuidado y recreación de las personas adultas mayores. Las áreas exteriores tienen un gran diseño paisajístico y son utilizadas especialmente por residentes con pérdida de memoria. La iluminación natural es una de las principales pautas en el diseño.

2001



825m²

NIVEL MUNDIAL

Edad promedio

70 años

Servicios especializados

Enfermería, atención médico-geriátrica, hospedaje, terapia, piscina, áreas recreativas

Otros servicios

Funciones públicas, una cafetería, un salón de eventos, una capilla, biblioteca

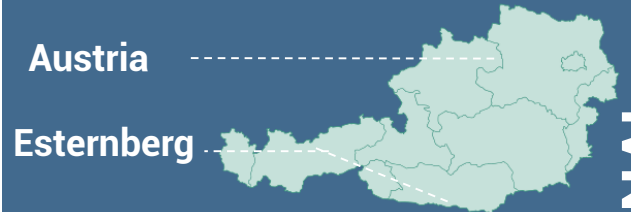


F 24

Es una propuesta de volúmenes con un eje central donde se ubican áreas de enfermería y salud, este funcionamiento es aprovechado para generar circulaciones internas y conexiones fáciles para las personas adultas mayores. En conclusión, se pueden utilizar estas pautas para adaptarlas al proyecto.

1

Asilo de Ancianos Gartner, Austria.



Austria

Esternberg



2008



SI



5480 M2

NIVEL MUNDIAL

**Edad promedio**

74 años

Servicios especializados

Recepción, sala de estar y actividades, comedor, cocina, consultorio médico y personal de enfermería, salas de reuniones, oficinas administrativas, vestidor para los empleados, lavandería y peluquería.

Otros servicios

Asilo, 40 habitaciones, espacios techados de recreación para días de lluvia.



2

Asilo de Ancianos Oporto, Portugal.



Oporto

Portugal

INTERNACIONAL

2015



SI



3515 M2

Está constituido por dos edificios conectados a nivel de piso superior mediante un cuerpo de metal y cristal, el proyecto fue diseñado con el fin de proporcionar una correcta distribución entre los diferentes pisos, estableciendo un circuito de independencia entre las personas funcionarias con múltiples servicios y entre los y las visitantes. Además, el uso del color destaca en la parte psicológica de las personas usuarias, lo cual brinda ideas y herramientas para desarrollar en el proyecto.

NIVEL MUNDIAL

**Edad promedio**

78 años

Servicios especializados

Brindan alojamiento asistido para personas que sufren de demencia, así como para personas mayores que ya no pueden vivir en su hogar. Su objetivo es promover el bienestar y la salud en general, al tiempo que reconoce la diversidad que acompaña al envejecimiento.

Otros servicios

Locales para rehabilitación, piscina, farmacia, supermercado.



F 26

El proyecto consta de una piscina terapéutica y una sala de fisioterapia. La doble altura del espacio donde se encuentra la piscina interactúa con el paisaje que rodea el sitio, por medio de una serie de ventanas que enmarcan el paisaje y dotan al espacio de luz natural.

La propuesta ayuda a la comprensión de los espacios mediante colores e iluminación natural. El diseño ha sido planteado para generar actividades que fomenten la independencia de las personas, con espacios que sean accesibles físicamente para todas, llenos de color y de materiales cálidos.

3

Centro de Bienestar Onni Pukkila, Finlandia



INTERNACIONAL

2008



SI



2120 M2

Análisis de la situación de la población adulta mayor en Costa Rica

FORTALEZAS



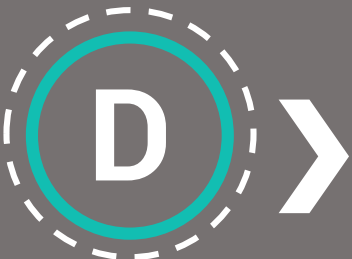
- Personal capacitado y especializado en servicio social y humano (enfermería, psicología, medicina, trabajo social, técnicos, entre otros).
- Buena Infraestructura en las áreas de salud especializada para personas con discapacitadas, en busca de generar una mayor calidad de vida a esta población.

OPORTUNIDADES



- En algunas escuelas y colegios se concientiza sobre las personas que viven en asilos y hacen promoción para que sean visitados por jóvenes y niños(as) brindándoles compañía y apoyo.
- Disponibilidad de los familiares para brindar soporte en las actividades recreativas de los asistidos.

DEBILIDADES



- No se cuenta con instalaciones suficientes para recibir a más residentes. Se atiende grupos pequeños por falta de espacios.
- Efecto emocional: enviar a las personas mayores a un asilo también puede dar la impresión de no quererlas. Esto puede llevar a sentimientos de depresión que a la larga afectan la salud y bienestar. Se debe explicar a esta persona las razones por las cuales lo están haciendo y que esté convencida de la idea.

AMENAZAS



- Hay poca importancia y difusión en los medios de comunicación que provoca un bajo conocimiento sobre la situación que viven y el apoyo que necesitan las asociaciones y las personas adultas mayores.
- Mayor exigencia legal.



ANTECEDENTES HISTÓRICOS

DESAMPARADOS

Según la historia del cantón de Desamparados, los primeros asentamientos indígenas se establecieron en Aserrí, sobresaliendo el cacique Acserri. Los primeros españoles provenientes de Cartago atravesaron el Valle Central y al recorrer las tierras entre los ríos Damas y Tiribí, en lo que hoy es San Antonio y Patarrá, se encontraron con un clima tan especial y benévolo que muchos colonizadores decidieron habitar estas tierras y otros se devolvieron luego de fundar Cartago, dada las características de fertilidad y climatología que tiene este territorio conocido hoy como Desamparados.

Los pobladores iniciales ubicaron sus casas a lo largo del camino que unía San José con Aserrí y separaron sus propiedades con cercas, por lo que antiguamente se llamó Dos Cercas. En aquella época Dos Cercas era un distrito de San José y tenía los siguientes barrios: Patarrá, Salitral (San Antonio), San Felipe (San Miguel), Palo Grande (San Rafael) y El Molino (San Juan de Dios).

En 1821, tomó gran importancia el caserío Dos Cercas y se había planificado muy bien sus primeros cuadrantes, respetando la ley de formación de cabildos, además, ya había aumentado su población, superando otros asentamientos como Patarrá, San Antonio, Aserrí y el mismo Curridabat (Biblioteca Pública de Desamparados, 2014).



F 30

DESAMPARADOS

SUPERFICIE	1 186,26 Km²
ALTITUD	1 161 msnm
POBLACIÓN	235 863 hab.
SUBDIVISIONES	13 distritos.

ORIGEN DEL CANTÓN

DESAMPARADOS

El origen del nombre del cantón se remonta a la construcción de la ermita dedicada a Nuestra Señora de los Desamparados, en 1821, y a la posterior creación de la Parroquia de Desamparados, en 1824. A partir de la creación de la parroquia, lentamente se fue llamando a Dos Cercas como Pueblo de los Desamparados y, seguidamente, Desamparados, nombre que perdura hasta la actualidad.

Los terrenos donde está ubicada la iglesia y el parque fueron donados por la familia Quesada Bermúdez, que vivía en el lugar que hoy es Villa San Antonio.

En 1836, Desamparados tenía 1200 habitantes. Todo esto le fue dando ciertas características que le valieron el título de Villa, a pesar de su poca edad como pueblo (Biblioteca Pública de Desamparados, 2014).



F 31



F 32



Imágenes referentes al cantón de Desamparados, donde se realizara el proyecto

DATOS HISTÓRICOS RELEVANTES


1821
Primeros asentamientos

Creación de los primeros caseríos en Desamparados, ubicando las casas por cuadrantes, según la Ley de Cabildos.


1824
Iglesia Nuestra Señora de los Desamparados

Se construye la Iglesia de Desamparados, terreno donado por la familia Quesada Bermúdez, originaria de la zona.


1855
Desamparados Villa

Debido al crecimiento poblacional y en infraestructura, Desamparados es nombrado Villa.



F 33

Primeros asentamientos en Desamparados



F 34

Iglesia Nuestra Señora de los Desamparados


1864
División en distritos

Nueve distritos: Centro, San Antonio-Patarra, Curridabat, Aserrí, San Miguel, San Rafael, San Juan de Dios, San Cristóbal y Candelaria.


1877
Primera Municipalidad Desamparados

Nace la primera Municipalidad de Desamparados y propone abrir escuelas públicas, nombrar maestros y hacer caminos.


1913
Primer alumbrado público

Alumbrado eléctrico con bombillos en los principales sectores del cantón.



F 35

División de distritos



F 36

Casas desamparadeñas

DATOS HISTÓRICOS RELEVANTES

 **1940** ←

Esperanza de vida

En esta época la esperanza de vida era de 54 años, la creación del Ministerio de Salud en 1980 aumentó a 78 años.



F 37

Parque Desamparados

 **1943** ←

Escuela Joaquín García Monge

Se fundó la escuela García Monge, en la administración de Rafael Ángel Calderón Guardia.



F 38

Escuela Joaquín García Monge

 **1980** ←

AGECO

Fundación de Asociación Gerontológica Costarricense.

 **1989** ←

Centro Diurno Manos Amigas

Nace el centro diurno Manos Amigas. Una ONG sin fines de lucro, con el propósito de mejorar la calidad de vida de los ancianos.



F 39

Creación CONAPAM

 **1999** ←

Ley N° 7935

Ley Integral para la Persona Adulta Mayor
Esta ley creó el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM).



F 40

Centro Diurno Manos Amigas

 **2019** ← →

Anteproyecto Hogar Manos Amigas

El centro diurno con presupuesto de la Junta Protección Social, realiza el primer anteproyecto para el nuevo hogar de ancianos

CONCEPTOS FUNDAMENTALES

Busca que las personas conozcan características de las personas adultas mayores, generando conciencia y calidad de vida para esta población.

Además, brinda pautas a seguir en el funcionamiento del proyecto.

1

ABANDONO

El abandono en ancianos es un caso que cada vez aumenta y produce consecuencias negativas en su salud integral, cuando la atención de las necesidades de una persona adulta mayor es nula provoca un riesgo en su vida (Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, 2017).

2

DEPENDENCIA

Las personas adultas mayores generalmente tienen limitaciones físicas, psicológicas o intelectuales que disminuyen sus capacidades para realizar una o varias actividades, disminuyendo su autonomía. Esta población necesita ayuda o asistencia para las actividades de la vida cotidiana. Además, es necesario infraestructura adecuada para estos casos (CONAPAM, 2017).

3

PREPARACIÓN PARA LA VEJEZ

La etapa de la vejez debe ser considerada como un rehacer de las etapas anteriores. Asumir esta etapa requiere un esfuerzo para adaptarse a un nuevo mundo social y los cambios en la vida familiar. Es una época de proyectarse a la convivencia entre las personas adultas mayores. La longevidad aumentó de un 8 a 10% mundialmente, según el Dr. Alexander Kalache (Envejecimiento poblacional, CONAPAM, 2013).

4

ENVEJECIMIENTO

Cada persona envejece de distintas maneras, pues el envejecimiento es un proceso individual que está relacionado con el estilo y la historia de vida, la condición de género, las relaciones interpersonales y con el medio. En un sentido más amplio el envejecimiento está relacionado con aspectos psicosociales, económicos, culturales, educativos y familiares (Envejecimiento poblacional, CONAPAM, 2013).

5

REDES DE APOYO

Brinda relaciones interpersonales que vincula a las personas con otras de su entorno y les permiten mantener o mejorar su bienestar integralmente.

Al existir una red de apoyo el problema es atacado desde diversos sectores, perfeccionado el tratamiento (CONAPAM, 2017).

6

VIOLENCIA CONTRA ADULTOS MAYORES

Se debe dar un seguimiento a las acciones y en especial emociones de las personas adultas mayores, para determinar un posible abuso o violencia, además de brindar espacios y profesionales especializados, para suplir sus necesidades. Cualquier acción u omisión, directa o indirecta, ejercida contra una persona adulta mayor que produzca como consecuencia el daño de su integridad física, sexual, psicológica o patrimonial (Ley No 7935, Art 2).

7

CALIDAD DE VIDA

Los índices de calidad de vida se basan en una amplia gama de dimensiones y aspectos en los cuales se involucra la edad, el género y el nivel de actividad física. Según la OMS, la calidad de vida es la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores donde vive.

8

CENTRO DIURNO

“Es un servicio organizado por la comunidad con el apoyo institucional, mediante un trabajo multidisciplinario y de responsabilidad multisectorial, para atender durante el día a personas mayores de 60 años. Se atienden personas de escasos recursos económicos o en riesgo social (soledad, maltrato, desmotivación, problemas nutricionales y poco contacto social). Es un complemento a la vida familiar, ya que se mantiene una estrecha relación “.

(CONAPAM, 2017).

9

ARQUITECTURA

Disciplina o arte encargada de planificar, diseñar y levantar proyectos. Influye considerablemente en la existencia humana al dedicarse a la construcción de espacios donde los seres humanos se desarrollan cotidianamente. No obstante, al catalogarla como arte, debe considerarse que la arquitectura tiene una finalidad estética, funcional y expresiva.

10

GERONTO-ARQUITECTURA

Ante el aumento de la cantidad de personas mayores en el mundo, la arquitectura ha venido creando espacios para esta población. La llamada gerontoarquitectura es una respuesta a este fenómeno demográfico. Esta rama de la arquitectura aborda temas de salud, sociológicos, urbanísticos, psicológicos y de apoyo para la tercera edad en el diseño de espacios para personas adultas mayores. El fin es que los diseños ayuden a las personas a vivir mientras envejecen.

11

REHABILITACIÓN

Es un factor importante en la vida de las personas adultas mayores, pues por medio de esta pueden ir recuperando poco a poco su independencia después de haber sufrido alguna enfermedad o accidente que disminuyera sus facultades motoras, físicas y mentales. El objetivo central de la rehabilitación, es mantener la capacidad funcional y autonomía, como condición básica de la calidad de vida.

12

HIDROTERAPIA

Es el uso del agua con fines terapéuticos, ejerciendo presión. La hidroterapia se lleva utilizando desde la época de los griegos, que ya aprovechaban sus propiedades con fines médicos. Ha sido usada desde entonces por todo tipo de civilizaciones antiguas hasta la actual. Algunos de sus beneficios son: mejora la circulación, estimula el sistema inmunitario, produce alivio muscular, reduce el estrés, la ansiedad y ayuda a la recuperación en trastornos depresivos y facilita la respiración.

13

SINERGIA

Procede de un vocablo griego que significa “cooperación”. El concepto es utilizado para nombrar a la acción de dos o más causas que generan un efecto superior al conseguido con la suma de los efectos individuales. El nuevo resultado se obtiene a partir de un entendimiento entre elementos diferentes, lo cual puede trasladarse a la sociedad y a la vida humana en general.

14

ESPERANZA DE VIDA

Es la media de la cantidad de años que vive una determinada población en un cierto período. Se caracteriza por condiciones de vida, de salud, de educación y de otras dimensiones sociales de un país o territorio. Estas características han hecho que la esperanza de vida sea uno de los indicadores fundamentales seleccionados por las Naciones Unidas para medir el desarrollo humano de los países.

15

ILUMINACION NATURAL

La luz natural y su efecto en un ejemplo de iluminación directa natural. Una adecuada iluminación natural ya no es un propósito a cumplir, sino una obligación. Se utiliza la luz natural en interiores no solo como un medio de ahorro, de mejora de la salud del ocupante o habitabilidad del espacio, sino amplificaba su valor a una herramienta para la clasificación de los espacios y formas, como requisito de expresión y significado.

16

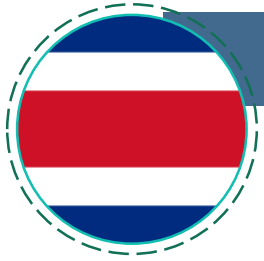
COLOR VERDE ESPERANZA

El verde es uno de los colores secundarios, obtenido de la mezcla de dos colores primarios, en este caso entre amarillo y azul. Según el libro “Psicología del color” de Eva Heller, el 16% de los hombres y el 15% de las mujeres, encuentran el verde como su color preferido y curiosamente, este gusto aumenta con la edad. El color verde representa esperanza, crecimiento y la prosperidad. Además, es simbolismo de la naturaleza y del medio ambiente.



Con el fin de reconocer los derechos y beneficios de las personas adultas mayores, se crea la Ley No. 7935 (Ley Integral para la Persona Adulta Mayor) publicada en noviembre 1999 y con esta ley también se crea el CONAPAM, órgano rector en materia de envejecimiento y vejez.

Por el tipo de usuario(a) de esta investigación, es necesario incluir la Ley 7600, la cual dicta el tipo de espacios particulares para sus terapias, además, áreas de uso común y habitacional. También cabe destacar el uso del Manual de Disposiciones al Reglamento de Seguridad (Bomberos) y del Reglamento de Construcciones para el diseño.



Constitución Política de la República de Costa Rica

La Constitución Política de Costa Rica es una declaración de la voluntad soberana popular que recoge y estipula los pilares fundamentales de la sociedad. Por lo tanto, es el punto de partida para las demás leyes de Costa Rica. Se manifiestan los derechos, deberes y garantías sociales de los y las ciudadanos(as).



Plan de ordenamiento territorial del cantón de Desamparados

Documento que rige los usos de suelos establecidos para el cantón de Desamparados, dando pautas a seguir con respecto a la cobertura del suelo, usos conformes y no conformes, retiros, límites de altura.



Ley 7600. Ley igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad

Declara de interés público el desarrollo integral de las personas con discapacidad, en iguales condiciones de calidad, oportunidad, derechos y deberes que el resto de los habitantes. Brinda los lineamientos necesarios para la implementación de infraestructura inclusiva en los objetos arquitectónicos a desarrollar.

Norma seguridad humana y protección contra incendios NFPA 101



Disposiciones generales según las características de un hogar de ancianos.

Materiales retardantes al fuego, señalización visible, salidas de emergencia, alarmas de incendios que alerte de manera temprana a los ocupantes del edificio, mediante una señal audiovisual.

Para los extintores es importante conocer las condiciones ambientales del lugar donde va a situarse el extintor.

Ley 7935. Ley integral para la persona adulta mayor



Establece los derechos de las personas adultas mayores en lo que compete a la salud, la educación, la vivienda, la seguridad social, la recreación y el trabajo. Así como responsabilidades específicas a las diversas instituciones del sector público involucradas en el tema.

SETENA Secretaría Técnica Nacional Ambiental



Solicitud de Viabilidad Ambiental por ser un proyecto de más de 1000m².

Se debe llenar el Formulario D1 o D2 según corresponda al tipo de proyecto, obra o actividad y el impacto que esta pueda ocasionar al ambiente.

Normativa

Plan de ordenamiento territorial del cantón de Desamparados.

Plan de ordenamiento territorial del cantón de Desamparados.

Plan de ordenamiento territorial del cantón de Desamparados.

NFPA. Seguridad Humana y protección contra incendios

NFPA. Seguridad Humana y protección contra incendios

NFPA. Seguridad Humana y protección contra incendios

Capítulo

III Zona Mixta

III Zona Mixta

III Zona Mixta

32. Ocupaciones residenciales nuevas para asilos y centros de acogida

32. Ocupaciones residenciales nuevas para asilos y centros de acogida

32. Ocupaciones residenciales nuevas para asilos y centros de acogida

Artículo

Artículo 95. Usos Conformes: servicios, centros espacios públicos

Artículo 98. Requisitos: 3 niveles, cobertura máxima 70%, retiro frontal 5.5m, área verde libre:10%

Artículo 99 Estacionamientos: debe dejarse por cada 40 metros cuadrados de construcción, un estacionamiento de 2,5 metros de ancho por 5,5 metros de largo.

Artículo 32.3.1.3.3 resistencia al fuego 1 hora o superior; construcción protegida en su totalidad mediante un sistema de rociadores automáticos aprobado e instalado.

Artículo 32.3.2.4 Número de Salidas. No deberá haber menos de dos salidas accesibles desde cada piso, incluyendo los pisos por debajo del nivel de descarga de las salidas utilizados con propósitos públicos.

Artículo 32.3.2.5.3 Ningún corredor sin salida deberá superar los 15 m.

Normativa

NFPA. Seguridad Humana y protección contra incendios

Capítulo

32. Ocupaciones residenciales nuevas para asilos y centros de acogida

Artículo

Artículo 32.3.2.5.4 Todas las habitaciones o suites de habitaciones cuya superficie supere los 185 m2 deberán tener al menos dos puertas de acceso a las salidas separadas entre sí.

NFPA. Seguridad Humana y protección contra incendios

32. Ocupaciones residenciales nuevas para asilos y centros de acogida

Artículo 32.3.2.9 Iluminación de Emergencia. En todos los edificios con más de 25 habitaciones se instalará iluminación de emergencia de acuerdo con la Sección 7.9. (NFPA 101)

Ley 7935. Ley integral para la persona adulta mayor

I. Derechos y Beneficios

ARTÍCULO 3.- Derechos para mejorar la calidad de vida. Toda persona adulta mayor tendrá derecho a una mejor calidad de vida, mediante la creación y ejecución de programas que promuevan: acceso, participación, atención.

Ley 7935. Ley integral para la persona adulta mayor

I. Derechos y Beneficios

ARTÍCULO 5.- Derechos de residentes o usuarios en establecimientos privados centros diurnos, hogares.

Normativa

Ley 7600. Ley igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

Ley 7600. Ley igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

Ley 7600. Ley igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

Ley 7600. Ley igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

Ley 7600. Ley igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

Ley 7600. Ley igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

Capítulo

IV Acceso al espacio físico

IV Acceso al espacio físico

IV Acceso al espacio físico

IV Acceso al espacio físico

IV Acceso al espacio físico

IV Acceso al espacio físico

Artículo

Artículo 43 Estacionamientos para discapacitados: 5% del total de espacios de parqueos.

Artículo 44 Ascensores: deberán contar con facilidades de acceso, manejo, señalización visual, auditiva y táctil, y con mecanismos de emergencia que puedan ser utilizados por todas las personas.

Artículo 106.- Símbolo internacional de acceso
El símbolo internacional de acceso tiene las siguientes medidas: 15 x 15 cms. para uso de interiores y 20 x 20 cms. para uso en exteriores. El fondo en color azul claro y la figura en blanco.

Artículo 134.- Escaleras
Deberán presentar un diseño adecuado: huella de 0.30 mts. y contrahuella de 0.14 mts. máximo. Pasamanos en todos los tramos a 0.90 mts. de altura.

Artículo 137. Iluminación artificial
La iluminación artificial será de buena calidad aún en pasillos y escaleras, mínimo 300 lúmenes.

Artículo 138- Barandas de seguridad
Los pisos ubicados a 0.40 mts. o más del nivel de piso inferior deberán ser protegidos por barandas de seguridad, cuya barra superior no podrá estar a más de 0.90 mts. desde el nivel del piso, con una intermedia a 0.60 mts. y una barra inferior a 0.10 mts. del nivel de pavimento. Este llevará textura al acercarse al borde como prevención para las personas ciegas o con deficiencia visual.

Normativa

Capítulo

Artículo

Ley 7600. Ley igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

IV Acceso al espacio físico

Artículo 117.- Cuarto de baño
La distribución del cuarto de baño proveerá un espacio libre de maniobra de 1.50 mts.

Ley 7600. Ley igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

IV Acceso al espacio físico

Artículo 118.- Dispositivos y accesorios
Todos los estantes, pañeras y tomacorrientes, estarán colocados a una altura máxima de 0.90 mts.

Ley 7600. Ley igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

IV Acceso al espacio físico

Artículo 119.- Lavatorios
Los lavatorios deberán instalarse a una altura máxima de 0.85 mts, se recomienda el uso de controles de temperatura tipo palanca.

Ley 7600. Ley igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

IV Acceso al espacio físico

Artículo 120.- Ducha
El tamaño mínimo de la ducha para silla de ruedas es de 1.20 x 1.20 mts., incluyendo una apertura mínima de 1.00 mts. para el acceso. Los pisos de las duchas deberán ser de material antideslizante.

Ley 7600. Ley igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

IV Acceso al espacio físico

Artículo 126.- Rampas en las aceras
En las aceras, en todas las esquinas deberá haber una rampa con gradiente máxima de 10% para salvar el desnivel existente entre la acera y la calle. Deberá tener un ancho mínimo de 1.20 mts. y construidas en forma antideslizante.

Ley 7600. Ley igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

IV Acceso al espacio físico

Artículo 133.- Pasamanos
Los pasamanos de las escaleras deben continuarse por lo menos 0.45 mts. al inicio y final de la escalera, deben contar con una señal en Braille que indique el número de piso.

PUERTAS

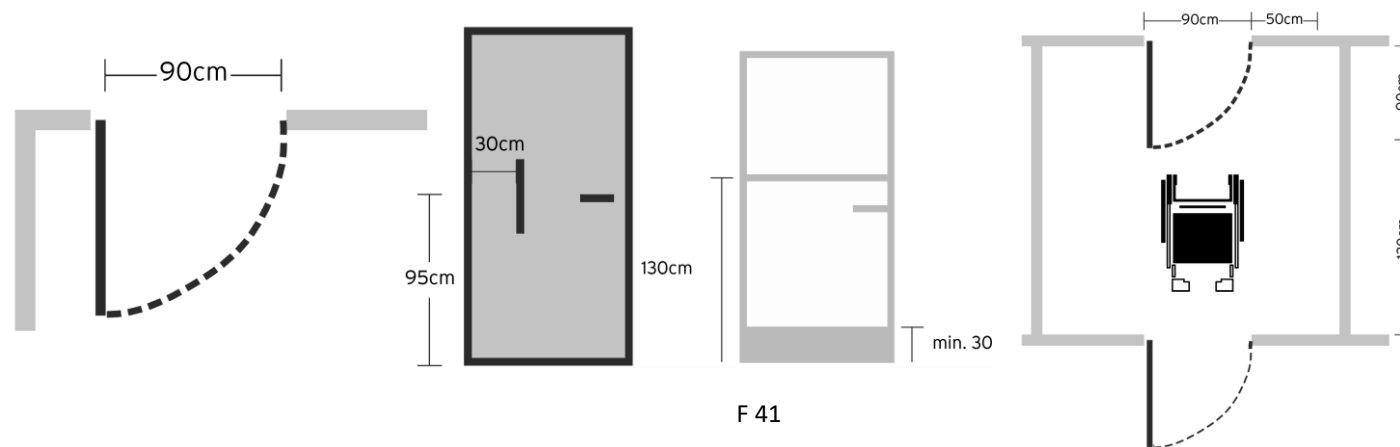
Se recomienda que las puertas de acceso tengan un ancho mínimo de 90 cm. El picaporte debe ser tipo palanca y ubicarse a una altura de 95 cm.

Es conveniente que las puertas cuenten con una barra adicional, vertical u horizontal. En el caso de las puertas corredizas, las barras deben ser verticales y colocadas en ambas caras de la hoja.

Las puertas de vidrio deben tener un área de protección ante el choque de una silla de ruedas.

Se recomienda que se ubique entre 30 y 40 cm de alto. Se debe colocar una franja pintada o adherible a la altura de la visión, aproximadamente a 130 cm desde la base para evitar accidentes.

En el caso de las personas que se movilizan en silla de ruedas, se debe agregar aproximadamente 120 cm más de longitud al espacio de maniobra de la puerta. Si se cuenta con un espacio limitado, se recomienda el uso de puertas corredizas o plegables.

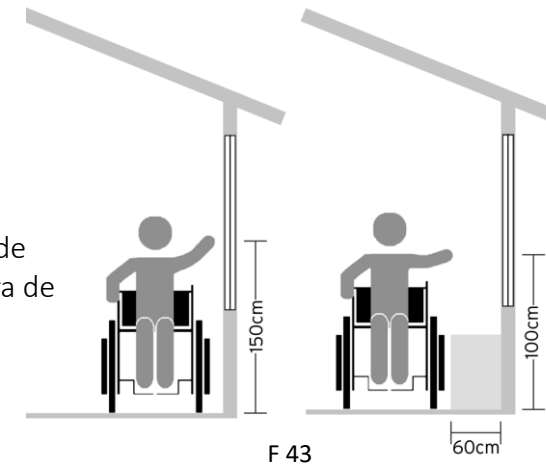


VENTANAS

Se recomiendan los siguientes tipos de ventanas para facilitar su uso:

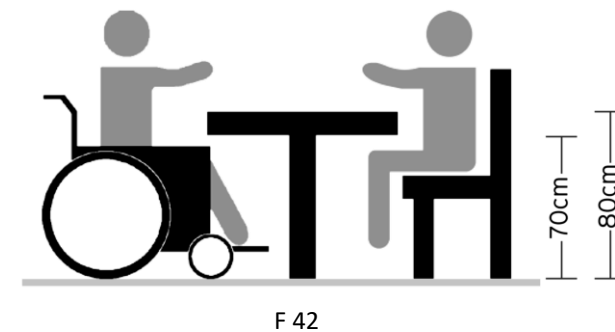
- Abatible hacia interior
- Corrediza horizontal
- Corrediza vertical
- Abisagrado inferior hacia interior.

Siempre se debe asegurar el alcance visual de las personas con discapacidad física a la hora de colocar las ventanas.



ÁREA COMEDOR

Se debe considerar una dimensión mínima de desplazamiento, donde se considere una persona en silla de ruedas, sin obstáculos entre el nivel de piso y los muebles. Se recomienda la utilización de mesas con apoyo central único y altura no inferior a 70 cm.



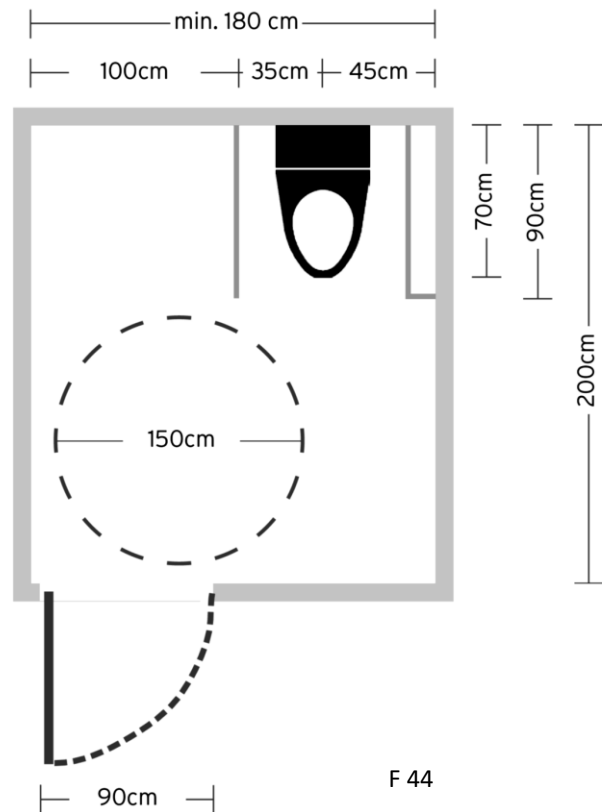
SERVICIOS SANITARIOS

En el caso de los servicios sanitarios, se recomienda que las puertas tengan un ancho mínimo de 90 cm. Estas pueden ser abatibles hacia el exterior o corredizas.

El piso debe ser de una superficie antideslizante y con barras de apoyo en los recintos.

Las barras deberán colocarse de manera horizontal, a una altura de aproximadamente 85 cm.

Se debe diseñar con un espacio libre de maniobra de 150 cm de diámetro mínimo y de una altura de al menos 70 cm desde el nivel de piso terminado.



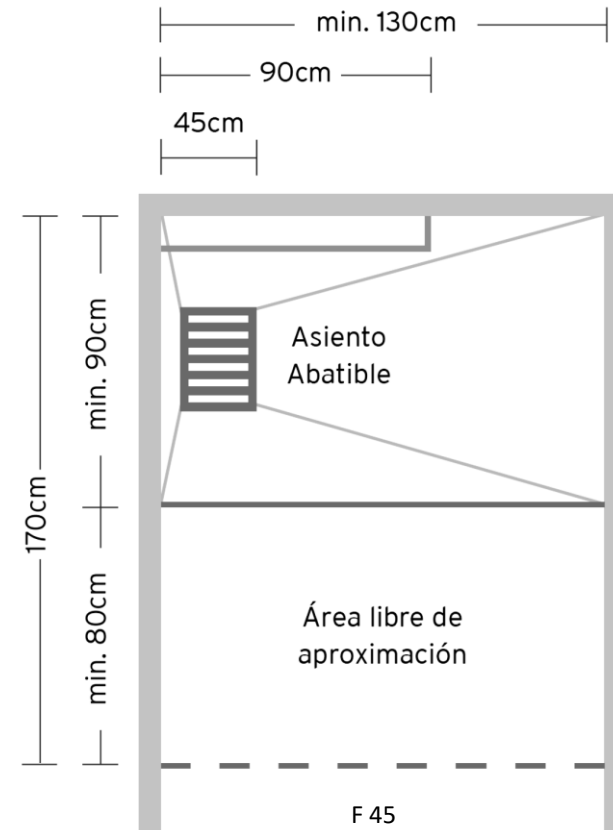
F 44

DUCHAS

En el caso de la ducha, debe ser un espacio libre de obstáculos para las personas en sillas de ruedas, con una pendiente mínima para el escurrimiento de las aguas y pisos con material antideslizante.

Se recomienda incorporar barras verticales y horizontales para permitir múltiples apoyos, además, un asiento abatible idealmente fijo con el fin de evitar que la persona resbale al trasladarse desde la silla de ruedas si tiene alguna discapacidad.

No se recomienda el uso de tinas para personas adultas mayores.



F 45

RAMPAS

El acceso tiene que ser fácil y no debe presentar cambios de dirección en pendiente. Los cambios de dirección deben diseñarse con base en superficies planas y horizontales. La pendiente máxima recomendada es de 10%.

Si la rampa es mayor a los 9 m de largo, esta debe contar con descansos de 1.2 m x 1.2 m cada 9 m. En caso de presentarse esta situación, la pendiente deberá ser de 8.5%.

Debe contar con una textura de señalización en un área de 1.2 m x 0.60 m, indicando la zona de aproximación.

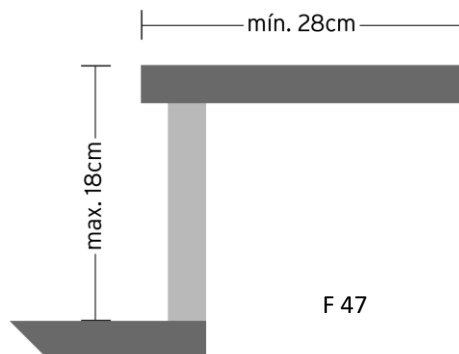


F 46

ESCALERAS

Se recomienda que tengan un ancho mínimo libre de 1.20 m, con descansos horizontales cada 1.50 m de altura, con una profundidad mínima recomendada de 1.20 m.

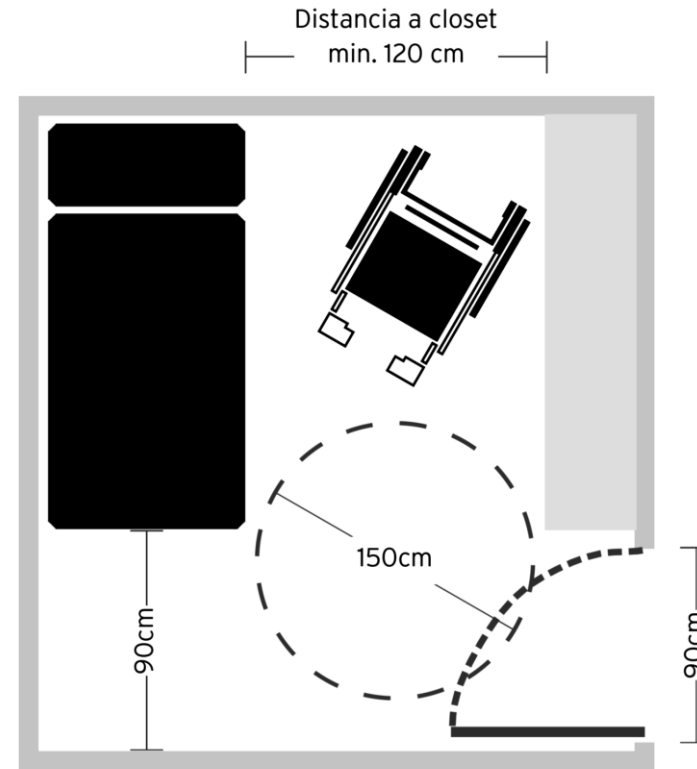
La huella debe tener mínimo 28 cm y la contrahuella máximo 18 cm.



F 47

DORMITORIOS

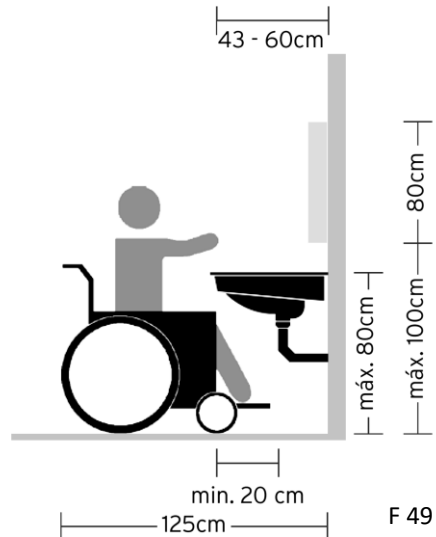
La disposición de los dormitorios debe considerar la asistencia de otra persona a las adultas mayores y la dependencia a silla de ruedas, con libertad de rotación en planta y aproximación a mobiliario.



F 48

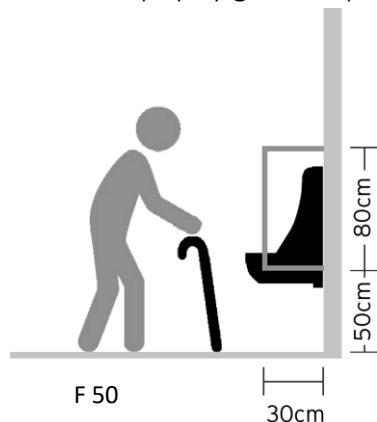
LAVAMANOS

El lavamanos no debe tener pedestal ni mobiliario inferior que dificulte la aproximación de sillas de ruedas. Se debe incorporar al menos una barra de apoyo horizontal o vertical a 75 cm - 80 cm del nivel de piso terminado.



MINGITORIOS

Los mingitorios deben incorporar barras de apoyo y ganchos para colgar las muletas o bastones.

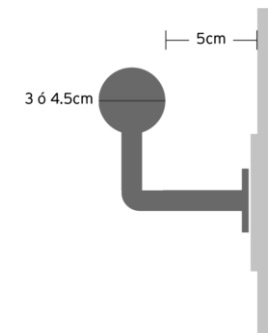


PASAMANOS

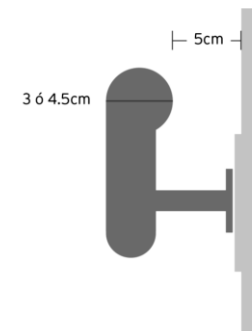
Tanto las rampas como las escaleras deben tener un pasamanos continuo y a ambos lados en toda su extensión.

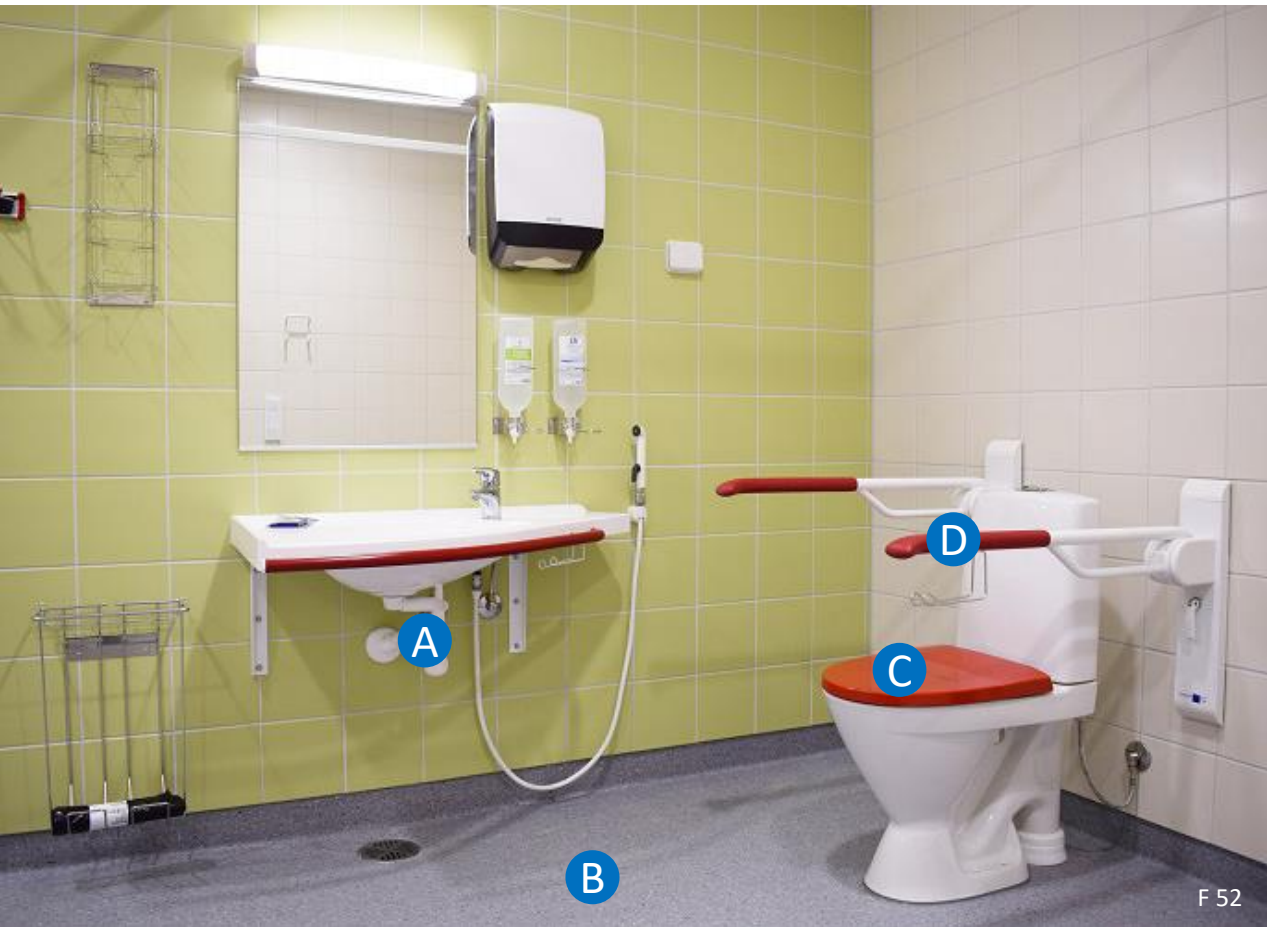
El diseño del pasamanos debe considerar 3 alturas, una para personas adultas (95 cm), una para niños(as) o personas en silla de ruedas (70 cm) y una para evitar caídas accidentales (25 cm).

Además, deben presentar prolongaciones horizontales de extremos redondeados, no menores de 30 cm tanto al comienzo como al final.



F 51





F 52

- A** Altura indicada en lavatorio sin obstáculos para ingreso de silla de ruedas
- B** Pisos antideslizantes
- C** Colores que contrasten para mejor ubicación
- D** Agarraderas en el inodoro para mayor estabilidad de las personas



F 53

- E** Agarraderas horizontales y verticales
- F** Asiento para suplir necesidades de las personas adultas mayores a la hora de ducharse.
- G** No debe existir ningún obstáculo a nivel de piso.
- H** Colores que contrasten en las paredes, para poder visualizar la profundidad del espacio.



- A** Elevadores para ingresar y salir de la piscina
- B** Rampa antideslizante, con ancho correcto para ingreso de silla de ruedas
- C** Baranda y pasamanos para la estabilidad de las personas.
- D** Según recomendación médica, la piscina debería tener agua temperada, pues estimula la relajación.



“ El arte de envejecer es el arte de conservar
alguna esperanza”
(André Maurois)

11.1 Descripción de la metodología

1

ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

Por su naturaleza, esta investigación es cualitativa, lo cual que significa que postula una idea orientada a las personas adultas mayores.

El trabajo de campo consiste en una participación intensa, con la población en estudio, por lo que se requiere de un registro detallado de todos los conocimientos, lo mismo que un análisis minucioso” (Sampieri, 2014).

2

TÉCNICA RECOLECCIÓN DE DATOS

Se utilizan dos formas de observación, la documental y la monumental. La primera está basada en la investigación bibliográfica, realizada en diversos tipos de fuentes primarias y secundarias. La técnica monumental es utilizada en el estudio de las manifestaciones del entorno.

Lo anterior permitirá que el estudio responda a las necesidades arquitectónicas para colaborar con la conservación del medio ambiente y, al mismo tiempo, generar una propuesta integral adecuada.

3

INSTRUMENTOS

Se utilizarán fotografías del sitio, para comprender mejor los ejemplos y análisis de campo.

Se hará uso de mapas, libros, documentos oficiales de internet, estudios y encuestas realizadas por instituciones nacionales.

4

ALCANCE

La investigación es descriptiva. El estudio analiza la situación actual de Desamparados abarcando sus características ambientales, así como el perfil de la población adulta mayor.

Es decir, se miden, evalúan o recolectan datos sobre diversos conceptos, pautas y aspectos (Sampieri, 2014).

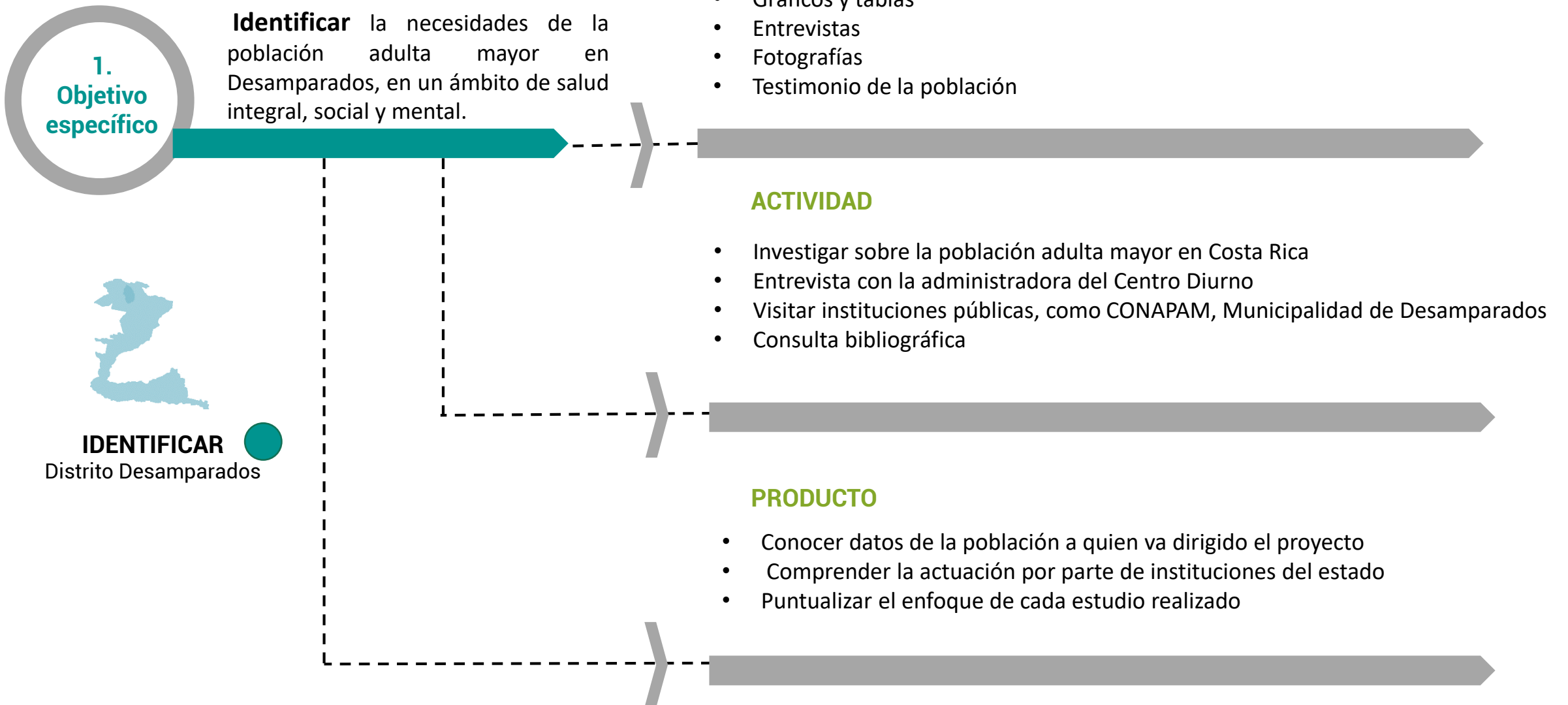
5

CONDICIÓN EN LA QUE SE REALIZA

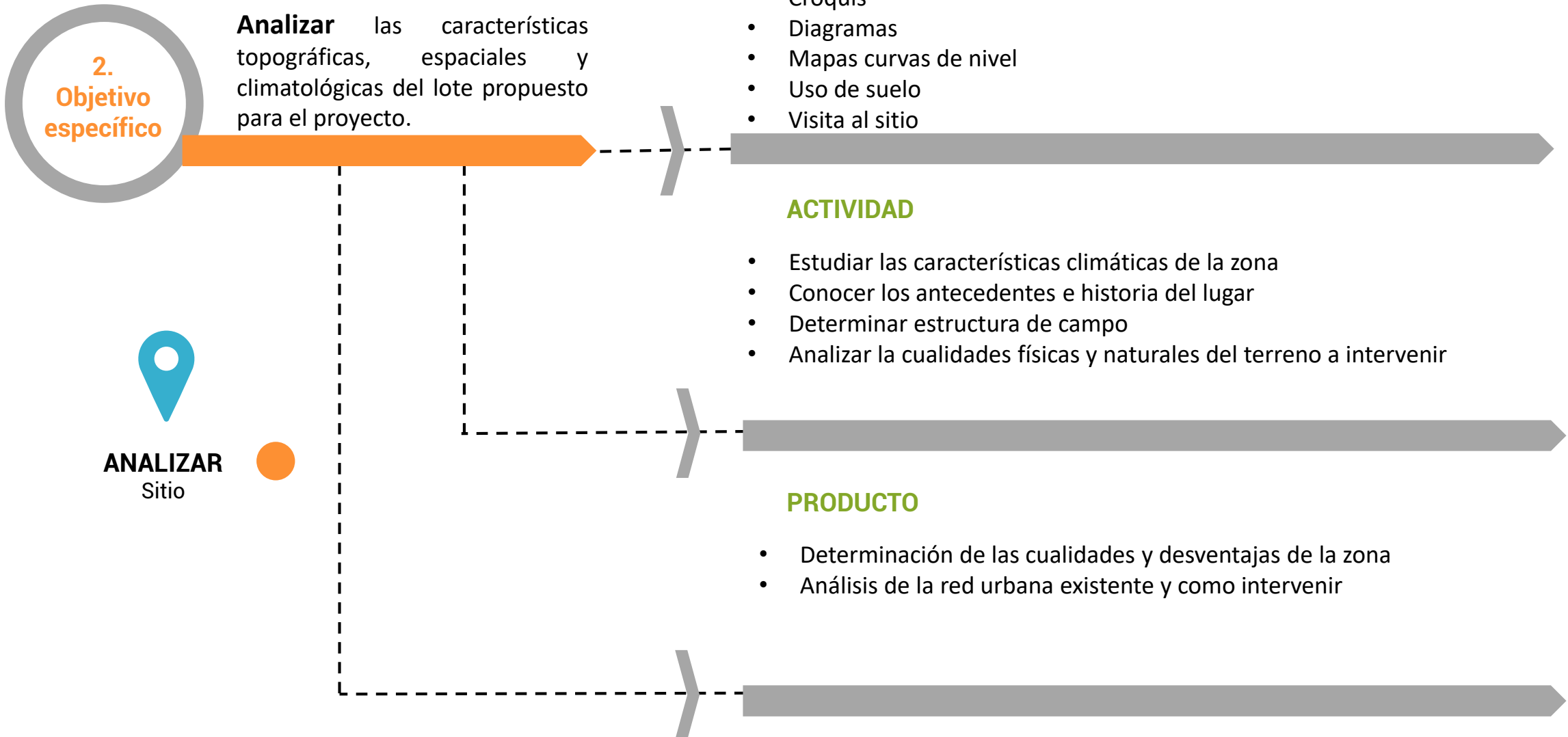
La condición se determina por medio, de la realización, planificación, análisis e interpretación de los resultados de la información recolectada en la investigación de campo, para llevar a cabo la propuesta.



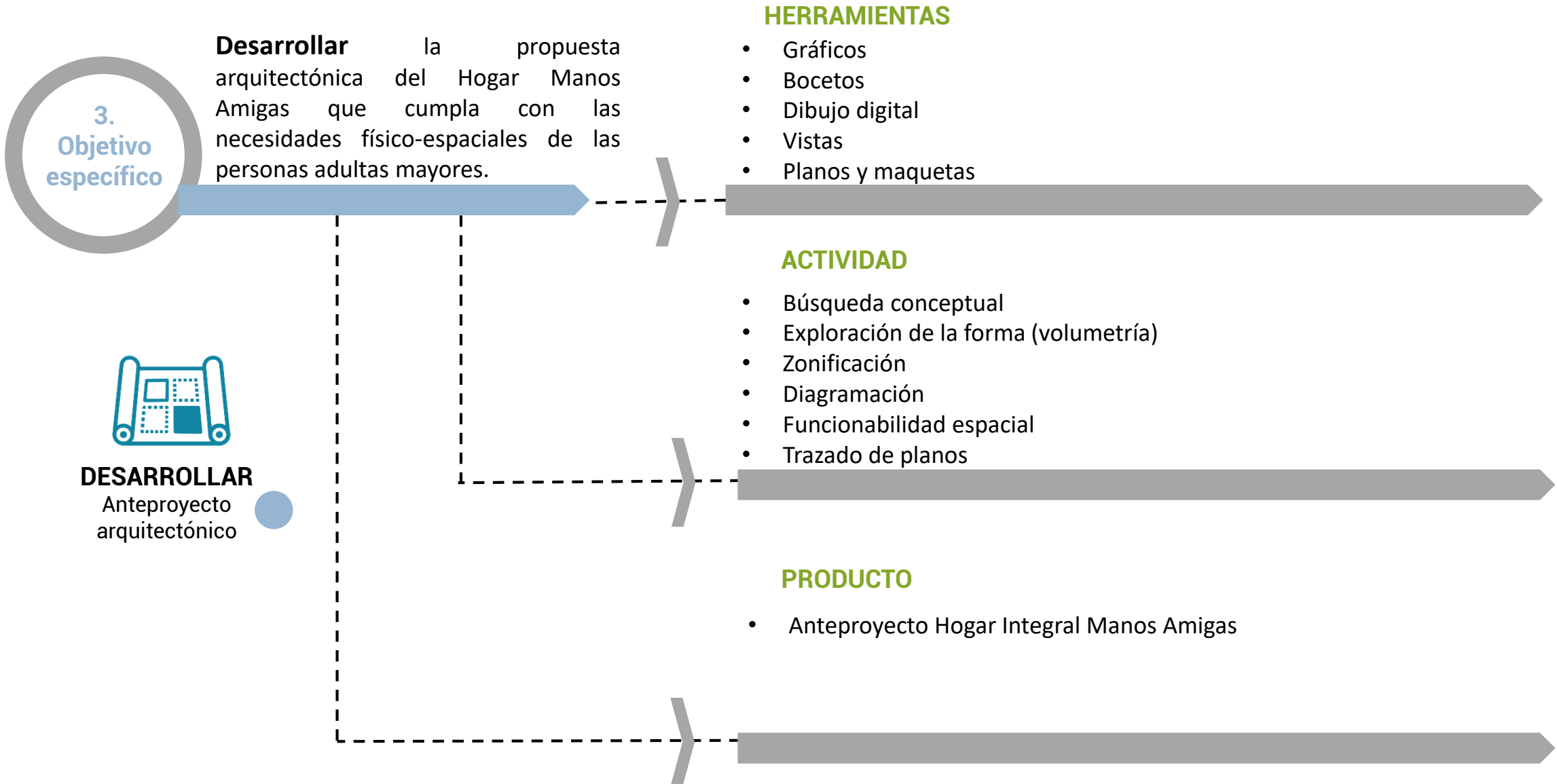
11.2 Esquema Metodológico



11.2 Esquema metodológico



11.2 Esquema metodológico



Capítulo

2

Análisis del Usuario

1. Usuario

- 1.1 Análisis calidad de vida.
- 1.2 Clasificación usuario.
- 1.3 Necesidades.
- 1.4 Enfermedades y patologías.
- 1.5 Uso del color
- 1.6 Iluminación de espacios.

2. Perfil del usuario.

3. Opinión usuario.

- 3.1 Análisis de entrevista
- ### 4. Ejes de desarrollo.



USUARIO

ADULTO MAYOR

Las personas envejecen de múltiples maneras dependiendo de las experiencias, eventos cruciales y transiciones afrontadas durante sus cursos de vida, es decir, implica procesos de desarrollo y de deterioro. Generalmente, una persona adulta mayor tiene 65 años o más de edad.

La vejez constituye un proceso heterogéneo a lo largo del cual se acumulan necesidades, limitaciones, cambios, pérdidas, capacidades, oportunidades y fortalezas humanas, entre otros aspectos. Las personas adultas mayores son símbolo de estatus, prestigio y fuente de sabiduría, por lo general, son tratados con mucho respeto y se les identifica por ser maestras o consejeras en cierta sociedades, debido a su larga trayectoria. Aunque esto difiere según cada cultura, porque en algunos países la condición de vida de una persona adulta mayor se torna muy difícil debido a que pierden oportunidades de trabajo, actividad social y, en el peor de los casos, son excluidas o rechazadas.



La población usuaria del proyecto son todas aquellas personas que tengan acceso a las instalaciones, tanto áreas internas como externas, públicas y privadas. En cuanto a la definición del perfil de esta población, se definirán las características que catalogan cada tipo para poder desarrollar los espacios arquitectónicos según sus necesidades.





Según varias visitas al centro diurno, las personas adultas mayores tienen un cronograma semanal para mantener activas todas sus habilidades físicas y mentales. Sus comentarios son bastante positivos, pues se sienten bien por la atención por parte de las trabajadoras sociales. Cumplen un régimen de alimentación variado y saludable.

El centro organiza cada cierto tiempo actividades con familiares y visitantes, además de salidas a parques, museos o sitios accesibles para esta población. Uno de los puntos negativos es la falta de acompañamiento, pues desean hablar extendido y tener personas que las escuchen con paciencia.

TIPOS DE USUARIOS

1-Usuarios espacios de cuidado y salud:

Son todas las personas que asisten y viven en el hogar integral (adultos(as) mayores y familiares), además de personal de atención médica y social.


**TRABAJADORES DEL
MODELO DE
ATENCIÓN**

Médicos(as)
Psicólogos(as)
Trabajadores sociales
Enfermeros(as)
Administrativos(as)

Características:

Trabajadores(as) que ocupan puestos básicos de operación hasta ocupaciones profesionales.

Necesidades:

Espacios para consultorios y oficinas.
Espacios para tratamientos médicos.
Espacios de recreación y necesidades básicas.


**ADULTOS(AS)
MAYORES**

Adulto(a) mayor sano(a)
Adulto(a) mayor enfermo(a)
Adulto(a) mayor alto riesgo
Paciente geriátrico(a)

Características:

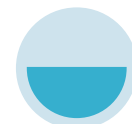
Usuarios que buscan atención integral y cuidado.

Necesidades:

Espacios y áreas adaptadas según normativa y Ley 7600.
Atención especializada para personas adultas mayores sus y familiares.

2-Usuarios(as) espacios públicos:

Son todas las personas que únicamente tengan interacción con el espacio público del proyecto (visitantes, seguridad, proveedores).


USUARIO(A)

Trabajadores(as) del proyecto
Visitantes
Público en general.

Características:

Espacio público y áreas verdes para descanso o esparcimiento.

Necesidades:

Áreas verdes para relajación o descanso (zonas de acceso y estar).
Espacios de recreación y necesidades básicas.


USUARIO(A) ESPECIAL

Adultos(as) mayores
Personas con alguna discapacidad.
Niños(as).

Características:

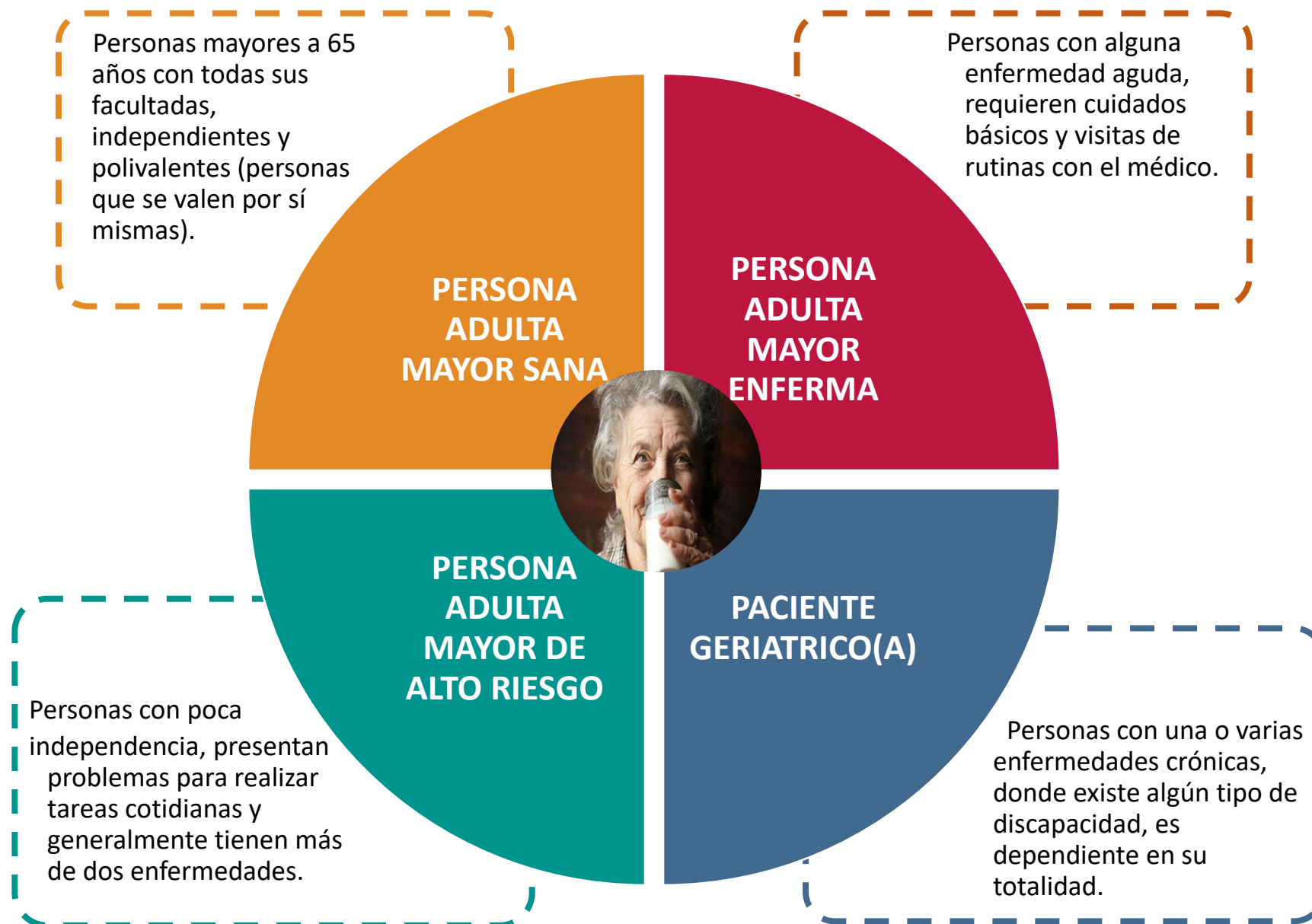
Usuarios(as) con alguna discapacidad o problemas de movilidad que no puedan valerse por sí mismos.

Necesidades:

Espacios y áreas adaptadas según normativa y Ley 7600.



F 59



Según varias visitas al centro diurno, las personas adultas mayores tienen un cronograma semanal para mantener activas todas sus habilidades físicas y mentales. Sus comentarios son bastante positivos, pues indican que se sienten bien por la atención de los trabajadores sociales. Cumplen un régimen de alimentación variado y saludable.

El centro organiza cada cierto tiempo actividades con familiares y visitantes, además de salidas a parques, museos o sitios accesibles para esta población. Uno de los puntos negativos es la falta de acompañamiento, pues estas personas desean hablar extendido y tener personas que las escuchen con paciencia.

NECESIDADES BIOLÓGICAS

- Pérdida visual para enfocar, mayor sensibilidad al contraste, brillo y encandilamiento.
- Pérdida de la resistencia general y sensación a agotamiento.
- Decadencia gustativa por atrofia en las papilas gustativas.
- Pérdida auditiva hasta un 30% para personas mayores de 65 años y 50% en adultos(as) con 85 años o más.
- Descenso progresivo del contenido de agua y grasa del cuerpo (en la etapa de la juventud se representa aproximadamente con un 70% de la masa corporal, mientras que en la vejez el porcentaje disminuye hasta un 50%).
- Se da una descalcificación de los huesos, lo cual genera debilidad y poca fuerza de las extremidades creando problemas de postura en las personas adultas mayores.



F 60

NECESIDADES PSICOLÓGICAS

- **APRENDIZAJE:** la capacidad de aprendizaje es igual que la de una persona más joven, lo afectado es la velocidad y el tiempo, pero con factores de mayor tiempo, pasión por aprender, interés y práctica se puede lograr.
- **MEMORIA:** se habla mucho sobre la pérdida de memoria en esta etapa y esto tiene que ver con la atención, concentración y la velocidad o estrategia del procesamiento de la información en el cerebro, además de los distintos aspectos de la memoria de corto y largo plazo.
- **LA INTELIGENCIA:** estudios demuestran que la población adulta mayor tiene más facilidad de resolver distintos problemas que un grupo de personas más jóvenes, además de la experiencia y bagaje cultural que adquirió en su vida.
- **LA PERSONALIDAD:** pueden aparecer comportamientos como conductas de atesoramiento de bienes, reducción de intereses, mayor rigidez en aceptar cambios tecnológicos y sociales, sentimientos de inseguridad y rapidez de los rasgos de personalidad, crisis de identidad.

ENFERMEDADES

La Real Academia Española define una enfermedad como una alteración más o menos grave de la salud (RAE, 2014).

Entre las enfermedades más frecuentes en la edad senil, se citan la enfermedad de Párkinson y la enfermedad de Alzheimer.

Ambas enfermedades tienen un común denominador, el cual es la atrofia y el trastorno neurológico. Todas las enfermedades tienen patologías, las cuales derivan signos y síntomas. Los signos son visibles y fácilmente detectables como ciertos movimientos involuntarios propios de la enfermedad de Párkinson.



F 61

PATOLOGÍAS



F 62

Según la Real Academia Española, una patología es un conjunto de síntomas de una enfermedad (RAE, 2014).

Las patologías se manifiestan en las personas adultas mayores a nivel mundial, las cuales están limitadas a factores tanto naturales como artificiales, dependiendo del ambiente, país o lugar en el cual las personas se encuentren o hayan desarrollado sus actividades a lo largo de su vida.

Los antecedentes familiares, factores ambientales, calidad de vida, adicciones y demás son algunos de los elementos que podrían influir en la manifestación de patologías o derivar en enfermedades a edades avanzadas.

TIPOS DE PATOLOGÍAS

Demencia

- Párkinson
- Alzheimer
- Senilidad (afecta memoria a corto plazo)

Físicas

- Incontinencia (tanto urinaria como fecal)
- Cataratas
- Luxaciones (cadera)
- Hombro caído
- Esguinces (codo, muñeca, tobillo, rodilla)
- Fracturas (clavícula)
- Artritis
- Lumbalgia
- Escoliosis



F 63

Alzheimer

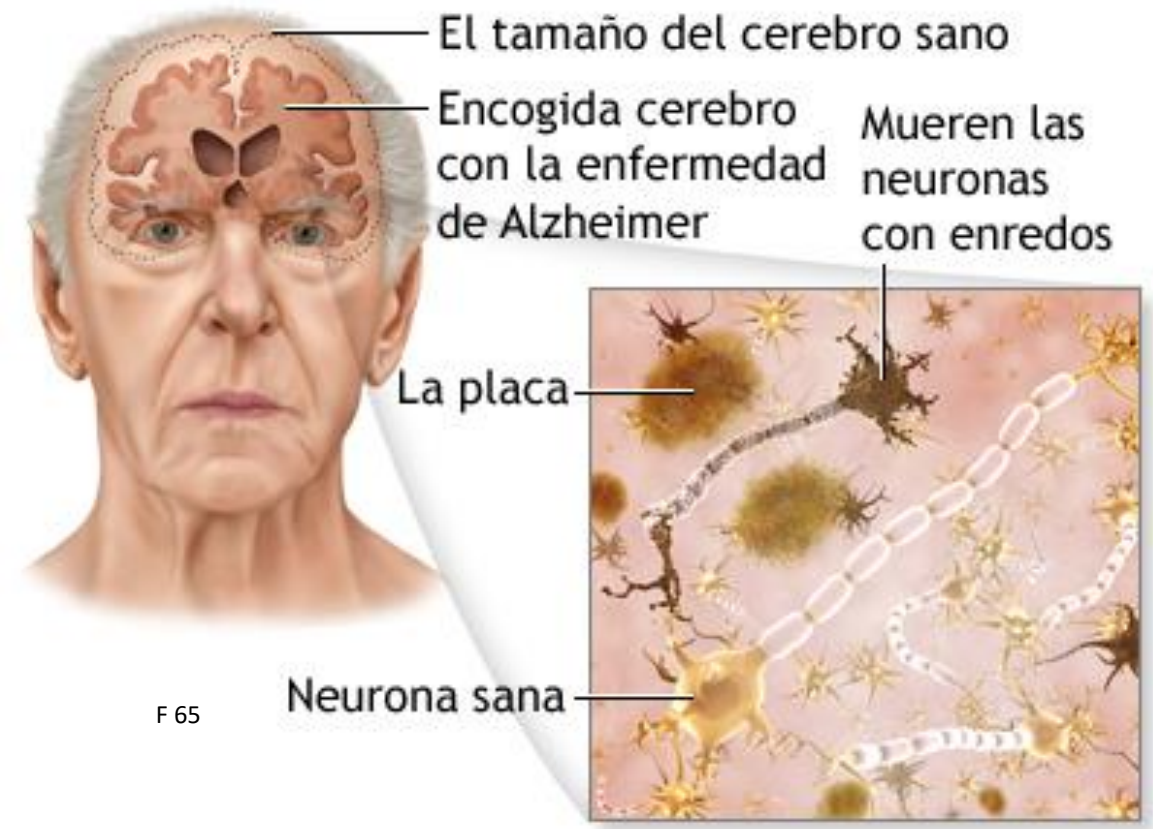
Demencia senil de tipo Alzheimer (DSTA)



F 64

ENFERMEDAD ALZHEIMER

La enfermedad de Alzheimer es un trastorno progresivo que hace que las células del cerebro se consuman, mueran y reducen el tamaño del cerebro. Es la causa más común de demencia, una disminución continua de las habilidades que altera la capacidad de una persona para funcionar de manera independiente.



ENFERMEDAD DE PARKINSON

Es una enfermedad progresiva del sistema nervioso. El mal de Parkinson provoca la muerte de ciertas células y neuronas por falta de dopamina, sustancia que ayuda a controlar el movimiento y la coordinación.

ENFERMEDAD

PARKINSON

PATOLOGÍA

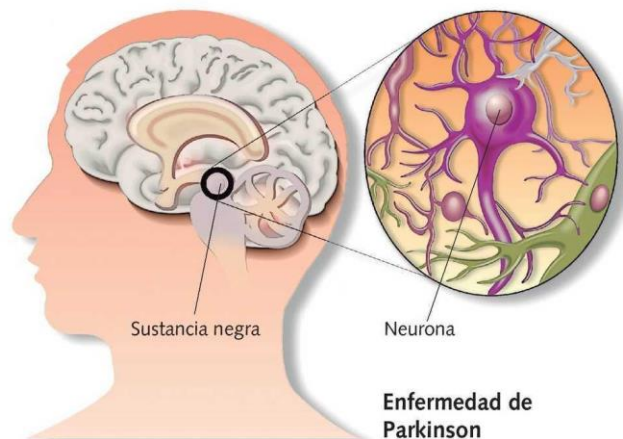
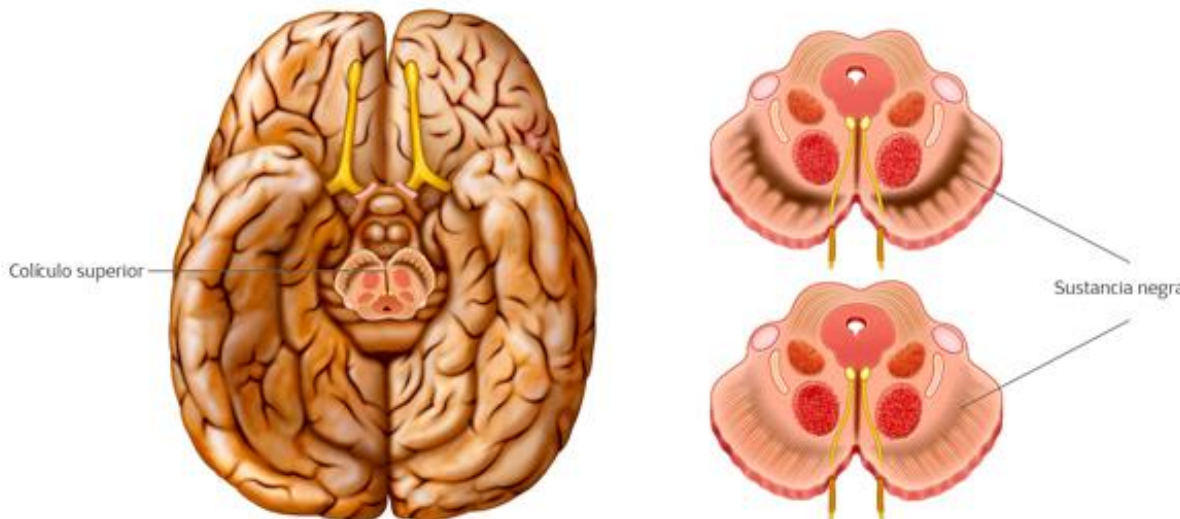
Degeneración y pérdida de neuronas

SÍNTOMAS

Temblor en manos
piernas y rostro
Lentitud de
movimientos
Rigidez del tronco
Inestabilidad y falta de
coordinación

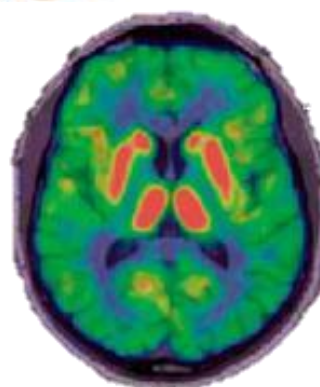
CAUSA

Disminución de
dopamina, las células
que controlan el
movimiento no pueden
enviar mensajes
apropiados a los
músculos

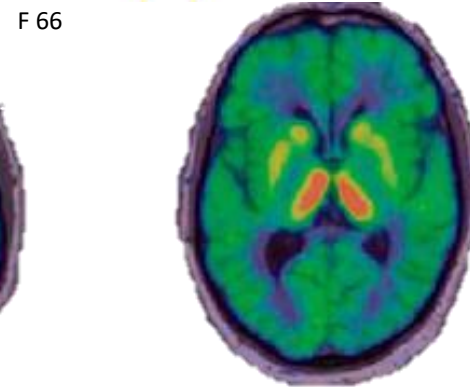


6,3 M
DE PERSONAS
Tienen Parkinson en el mundo

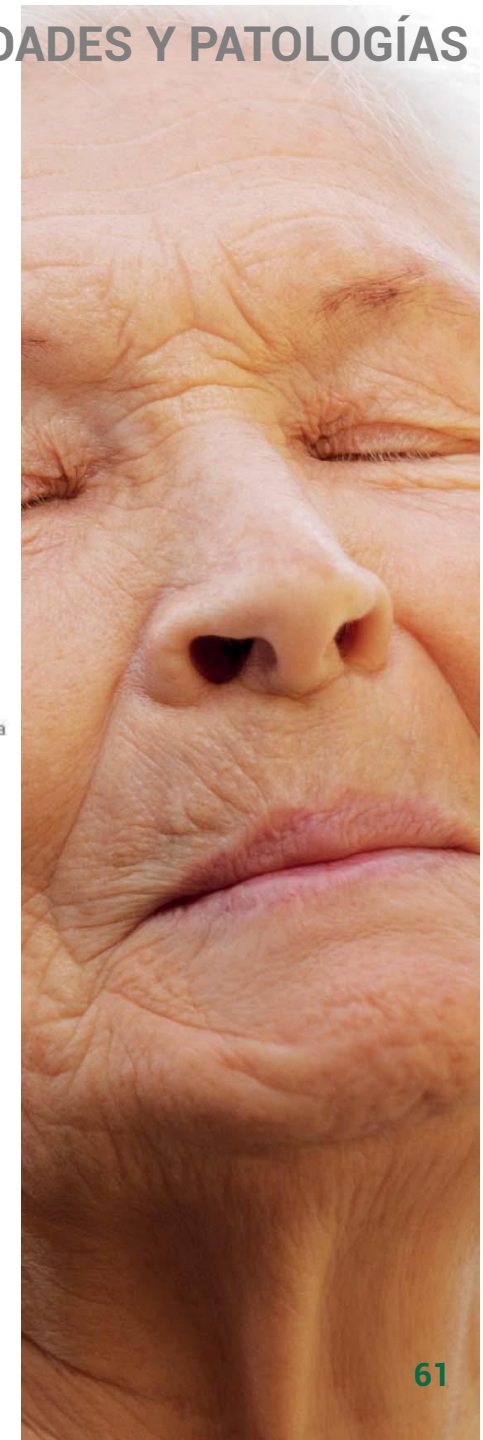
1/10
Personas con Parkinson
tienen menos de 50 años



Cerebro Sano



Cerebro Parkinson



COLOR E ILUMINACIÓN EN LOS ESPACIOS



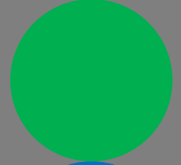
El **AMARILLO** se asocia con la alegría y vitalidad. Tiene diferentes usos de acuerdo con sus tonalidades: en tonos encendidos se usa en espacios relacionados con la comida, mientras que en tonos claros se recomienda para espacios donde se requiere concentración, por ejemplo, oficinas y áreas de estudio.



El **ROJO** se asocia con la pasión, la emoción, la calidez. Se recomienda su uso en espacios comerciales, deportivos y que tengan que ver con la actividad física.



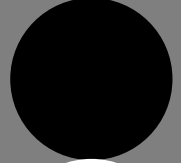
El **NARANJA** se asocia con la vitalidad, la amabilidad y la calidez. Es recomendable para provocar espacios cálidos. Se recomienda en cocinas o espacios públicos donde las personas conviven.



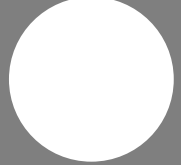
El **VERDE** se relaciona con la salud, la ecología y la vida. Puede usarse en una gran variedad de tonalidades, en espacios abiertos, incluyendo dormitorios.



El **AZUL** está asociado con lo espiritual y emocional del ser humano. Se recomienda su uso en espacios de trabajo y entretenimiento, también se relaciona con la tristeza por lo que no debe usarse en espacios donde altere la alegría..



El **NEGRO** simboliza elegancia, vacío, fuerza y poder. Se puede usar para destacar y crear espacios elegantes, no se recomienda su uso en superficies muy grandes o en espacios cerrados, pues crea una sensación de pesadez.



El **BLANCO** es el color neutro por excelencia, transmite paz, tranquilidad, amplitud y limpieza. Es el color más recomendado en todos los espacios, pues crea sensación de funcionalidad y visibilidad.

Los colores producen efectos en el ser humano, incluso utilizan los colores como terapias psicológicas. En la arquitectura se utilizan colores para ambientar y dar personalidad a los espacios, pero no todos los colores son aptos para áreas específicas.

ILUMINACIÓN ARTIFICIAL

Las personas adultas mayores tienden a presentar pérdida de la visión, en algunos casos parcial, pero en otros casos total. Es conveniente tener en cuenta el tipo e intensidad de la iluminación artificial en cada espacio por donde ellas puedan transitar y procurar que no hayan accidentes por falta de iluminación adecuada.

TONALIDADES

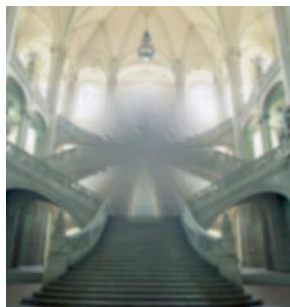
Cálidos: son usados en espacios donde se necesitan bajos niveles de iluminación, como salones de descanso, salas de espera y dormitorios.

Neutros: usados en espacios donde es importante tener buen iluminación natural, donde se desarrollan actividades de concentración visual general, por ejemplo, salas de terapias, oficinas y consultorios.

Fríos: se utilizan en lugares donde se necesita mucha concentración visual como salones de terapias manuales, gimnasios, salas de manualidades, pasillos, entre otros.



IMPEDIMIENTOS VISUALES EN LA TERCERA EDAD



Degeneración visual

Cataratas

Retinopatía

Glaucoma

Retinitis

F 70

CAIDAS RELACIONADAS CON LA LUZ



F 71 Positivo

Negativo

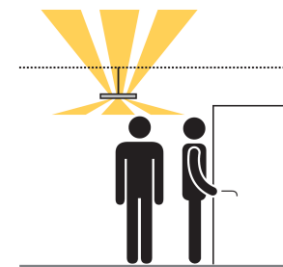
Negativo

Negativo

- Las sombras son transiciones bruscas entre claro y oscuro y áreas con brillo. Se interpretan como obstáculos.
- Los reflejos en el suelo son confusos y se interpretan como agua.

- Las sombras por una iluminación incorrecta aumenta el riesgo de errores.
- Las sombras pasajeras pueden ser inquietantes y aterradoras.

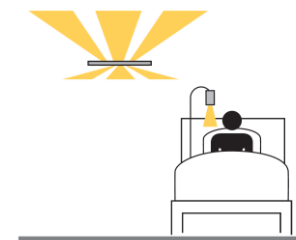
EJEMPLOS DE ILUMINACIÓN EN LOS ESPACIOS



Directa/indirecta

Iluminación directa/indirecta

- Buena eficiencia energética
- Pocas sombras proyectadas
- Bajo nivel de destellos



F 72

Dos componentes

Iluminación de dos componentes

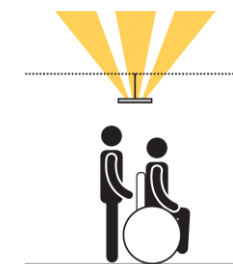
- Se divide en dos componentes. Una mediante iluminación general y otra directa para lectura, la cual se puede encender/apagar independientemente



Directa

Iluminación directa

- Deslumbramiento por reflejos y sombras desfavorables
- Confusión de reflejos en el suelo
- La sala parece oscura y opresiva
- Deslumbramiento a la persona acostada



F 73

Indirecta

Iluminación indirecta

- Promedio de mala eficiencia energética
- Atmósfera de iluminación difusa, pues los contrastes se confunden



EJEMPLOS DE ILUMINACION EN ESPACIOS
DESINADOS PARA ADULTOS MAYORES



ANÁLISIS DEMOGRÁFICO DESAMPARADOS

Desamparados representa el 2.37% del territorio de la provincia de San José, con 118,6 km². Es un centro urbano dentro de otro centro urbano, pues cuenta con una amplia variedad de servicios e instituciones que lo estructuran como uno de los núcleos urbanos más importantes dentro de la GAM. Posee, actualmente, una población de 207.082 habitantes.

En cuanto al sistema vial, Desamparados refleja los problemas de ser un punto de encuentro cantonal. Más de 20 rutas de transporte público utilizan las calles y avenidas del distrito Central como zona de paso a San José. Esto, sumado a la cantidad de vehículos privados que transitan diariamente por la zona, han provocado el colapso total en las vías del distrito y las calles se han vuelto pequeñas para lidiar con el aumento de la flota vehicular.

A esto también se le suma un sin número de problemáticas sociales como drogadicción, deserción escolar, pobreza, inseguridad ciudadana y desempleo, lo cual coloca a Desamparados como una población vulnerable.



“La libertad hay que conquistarla y reconquistarla continuamente, que solo se pierden los pueblos que se cansan de ser libres.” Joaquín García Monge

En las últimas décadas Desamparados ha experimentado un crecimiento urbano acelerado y sin planificación, heredado por los fenómenos desarrollados en la GAM, ya mencionados.

Además, debido a las nuevas políticas de vivienda de interés social y asistencia a los más desfavorecidos, se ha visto al cantón como el lugar idóneo para poner en práctica estas iniciativas gubernamentales. Esta situación, lejos de ser favorecedora, ha ocasionado la sobre población del cantón un caos en las instituciones educativas, en el transporte público, en la flota vehicular, en los servicios de salud, recreación y cultura.

Las edificaciones existentes presentan serios problemas de deterioro, pues son estructuras muy viejas que han pasado por distintos usos y han recibido poco mantenimiento por parte de sus propietarios. En algunos casos, el manejo de las fachadas ha provocado una percepción totalmente negativa al entorno inmediato; los muros y vallas marcan una clara línea entre el espacio de dominio público y privado.

PERSONAS ADULTAS MAYORES

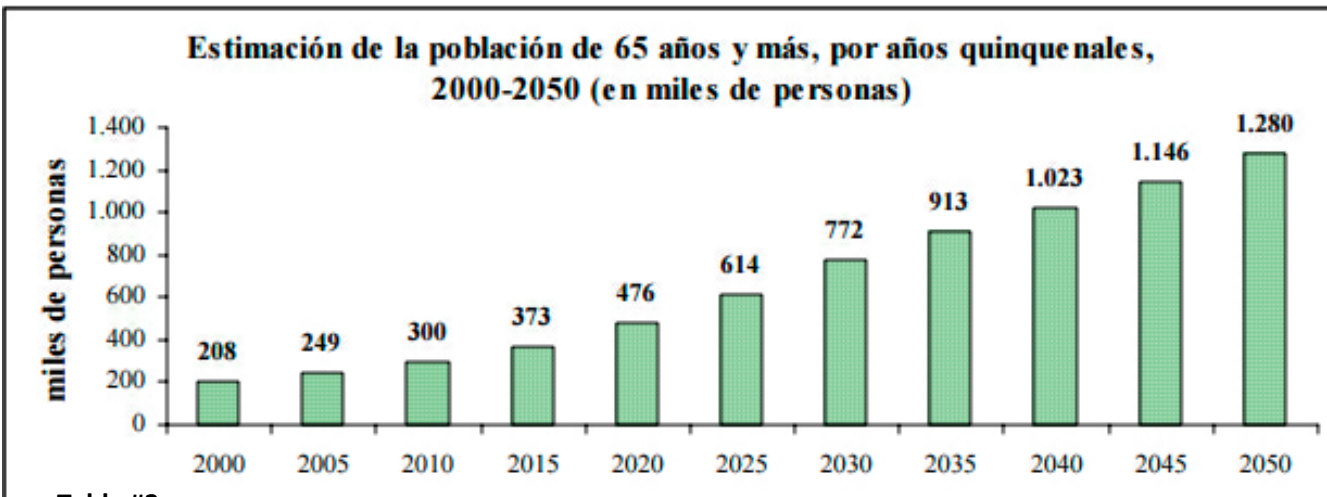
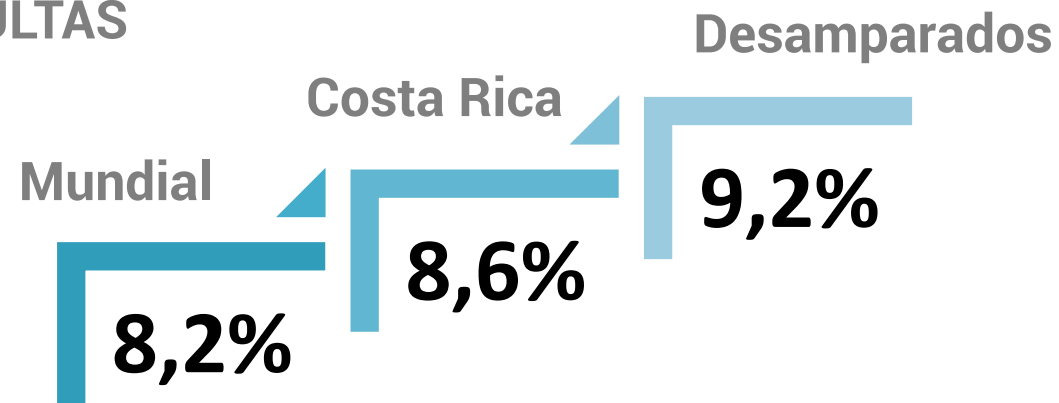


Tabla #3
 Tabla estimación de población adulta mayor
 Fuente: <http://www.inec.go.cr/poblacion/estimaciones-y-proyecciones-de-poblacion>

Informe de atención del **SERVICIO DE ORIENTACIÓN SOCIOLEGAL**

- Escuchar
- Informar
- Orientar

El Servicio de Orientación Sociolegal de AGECO, es una línea telefónica para personas adultas mayores atendida por personas mayores voluntarias, quienes son capacitadas por AGECO.

Lunes a Viernes
 De 8:00am a 3:30pm
2542-4527

874 Casos atendidos
 Enero a Diciembre 2018

ageco

592 Mujeres

282 Hombres

475 Personas mayores

399 Personas de otras edades

Principales temas de consulta:

- Salud (17%)
- Violencia física, psicológica y sexual (12%)
- Violencia Patrimonial (11%)

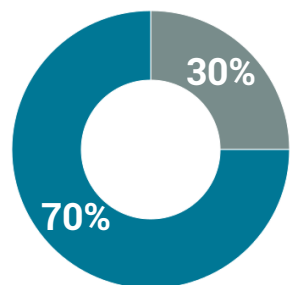
Procedencia de la mayoría de llamadas:

San José
 Alajuela
 Heredia

Casos en seguimiento: **199**

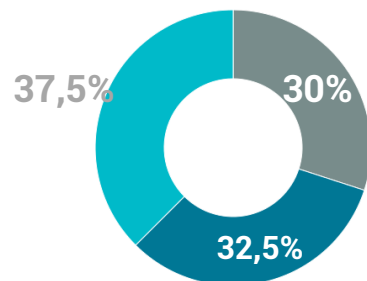
66

Encuesta aplicada a 40 personas



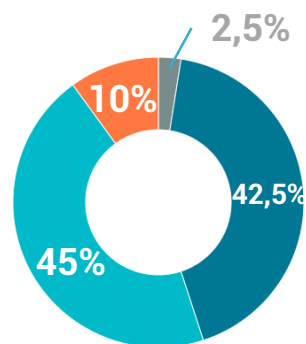
Género

■ Hombre 12
■ Mujer 28



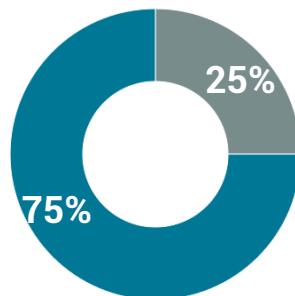
Pensando en su vejez, ¿dónde considera adecuado vivir?

■ Casa independiente 12
■ Con algún familiar 13
■ Hogar especializado 15



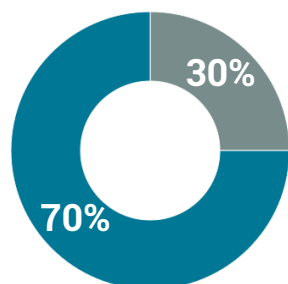
Rango de edad

■ 17 años o menos 1
■ 18 a 29 años 17
■ 30 a 49 años 18
■ 50 a 64 años 4
■ 65 años o más 0



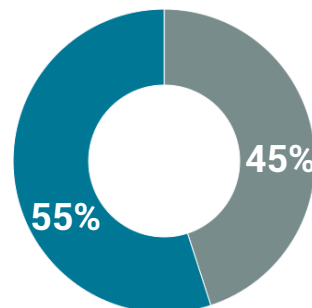
¿Conoce sobre el crecimiento poblacional de personas adultas mayores?

■ SI 10
■ NO 30



¿Es vecino(a) del cantón de Desamparados?

■ NO 12
■ SÍ 28



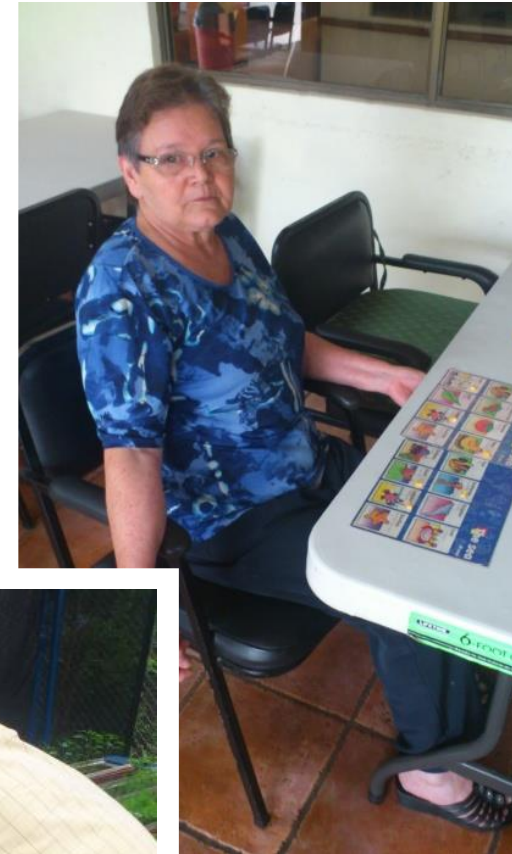
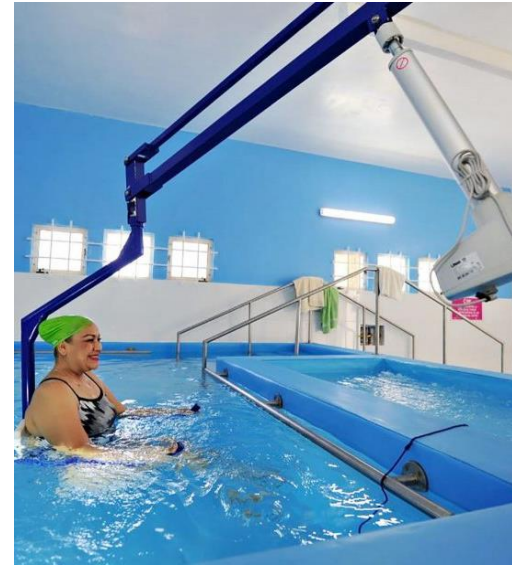
¿Hay personas adultas mayores en su entorno familiar?

■ SÍ 18
■ NO 22

La encuesta se utiliza como medio para obtener datos que aporten información cualitativa y cuantitativa sobre la vejez y adultos(as) mayores en Costa Rica. Se realiza por medio de una plataforma virtual que permite compartirla gracias a un enlace, de esta manera, llegar a mayor cantidad de personas en menor tiempo. Se puede comprobar, según los datos, el poco conocimiento del crecimiento poblacional de personas de más de 65 años. Además, en su mayoría consideran que es importante un hogar especializado para esta población, donde puedan pasar su vejez tranquilamente.

OPINIÓN ESPACIOS Y NECESIDADES

- 17 Áreas verdes y recreativas
- 12 Salón Multiuso (baile, talleres, capilla)
- 12 Medicina general, piscina, hidroterapia
- 10 Comodidad en habitaciones
- 8 Excelente trato y servicio
- 7 Accesibilidad
- 5 Alta tecnología





F 77



Según entrevistas realizadas a las personas que asisten al centro, se pudo obtener información sobre la calidad de vida de las personas adultas mayores. La administración del centro vela por mantener activas todas sus capacidades, además de una salud integral. Cuando se realizaba el taller de manualidades, uno de ellos comentó que se siente muy feliz de pasar sus días en el centro diurno, pues convive con personas de su misma edad y tiene asistencia continua según su necesidad. En este caso, doña Luz Mery conversó que ella durante su vida laboral fue oficinista y al entrar a la vejez sufrió un derrame, como consecuencia perdió gran movilidad en sus manos aunque posee todos sus facultades mentales al 100%. Las personas adultas mayores, durante la entrevista, coincidieron que las escuchen y tener áreas verdes y de esparcimiento donde puedan encontrar tranquilidad.



EJES DE DESARROLLO DESAMPARADOS



Fuente: PCDHL Desamparados

Capítulo

3

Análisis Urbano

- 1. Análisis macro**
 - 1.1 Topografía
 - 1.2 Perfiles.
- 2. Ubicación macro**
 - 2.1 Núcleo urbano.
 - 2.2 Uso del suelo.
 - 2.3 Flujos urbanos.
 - 2.4 Hitos.
 - 2.5 Nodos.
 - 2.6 Bordes.
 - 2.7 Sendas.
- 3. Análisis Urbano.**
- 4. Cobertura vegetal**
- 5. Focos de contaminación**
- 6. Transporte público.**
- 7. Análisis micro.**
- 8. Análisis climático.**
 - 8.1 Estrategias pasivas





PROVINCIA
1- SAN JOSÉ

SUPERFICIE:
4695.9 km²

DISTRITO
1-DESAMPARADOS

SUPERFICIE: 3.03 km²

CANTÓN
3-DESAMPARADOS

SUPERFICIE:
118.26 km²

F 78

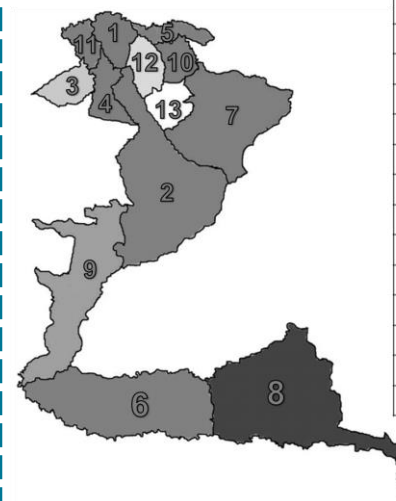


DISTRITO
DESAMPARADOS

Población:
33866 habitantes

Altitud:
1161 msnm

División territorial:
Desamparados, Calle
Fallas, San Jerónimo



DISTRITOS DE DESAMPARADOS	
1	DESAMPARADOS
2	SAN MIGUEL
3	SAN JUAN DE DIOS
4	SAN RAFAEL ARRIBA
5	SAN ANTONIO
6	FRAILES
7	PATARRÁ
8	SAN CRISTOBAL
9	ROSARIO
10	DAMAS
11	SAN RAFAEL ABAJO
12	GRAVILIAS
13	LOS GUIDO



Superficie: 3,3 km².

TOPOGRAFIA DEL TERRENO

El distrito de Desamparados muestra una topografía con irregularidades. Sus alturas oscilan entre los 1115 y los 1160 msnm, lo cual permite generar intervenciones sin necesidad de hacer grandes modificaciones en el terreno.

SECCIÓN A-A

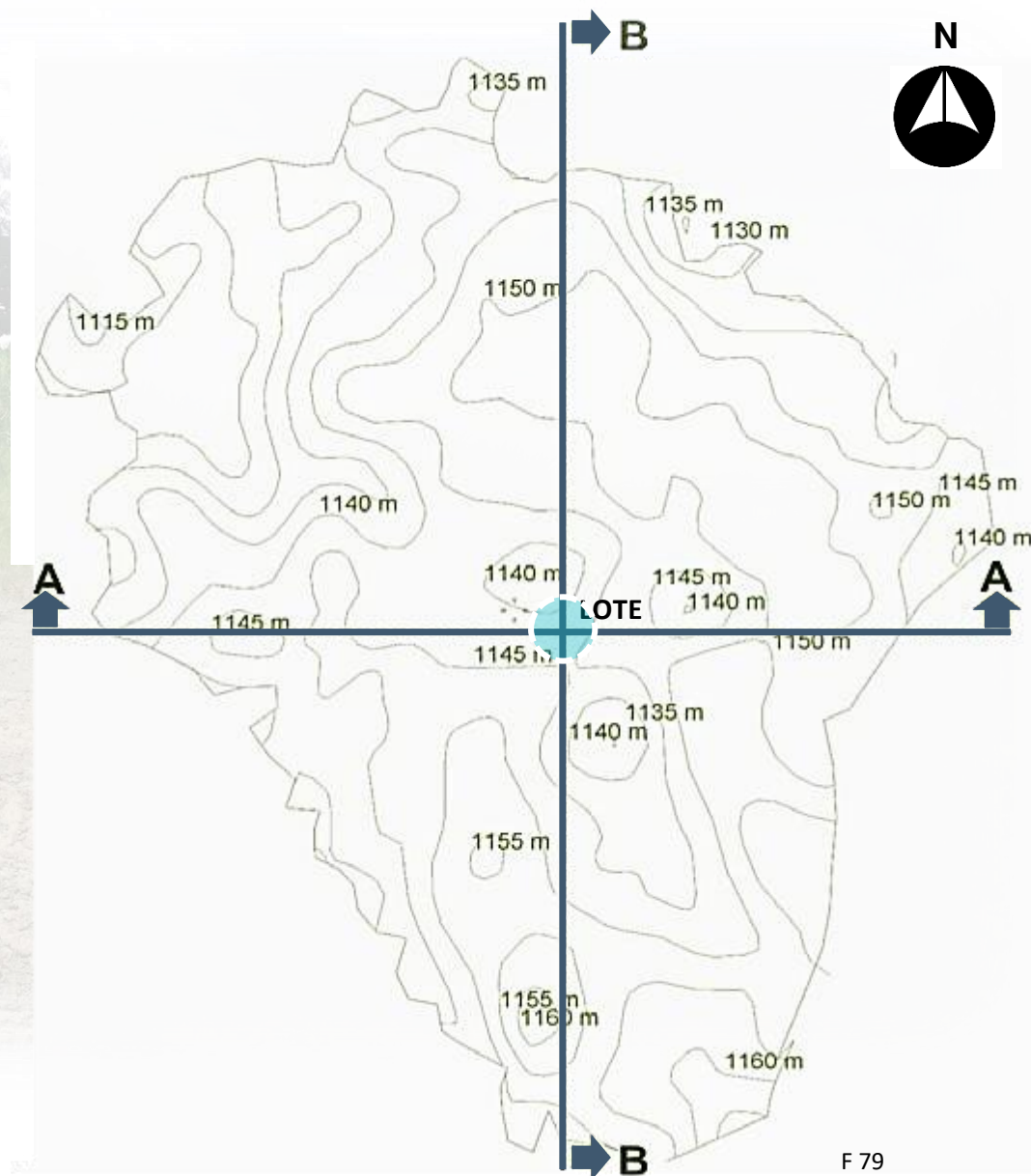


Fuente: Google Earth

SECCIÓN B-B

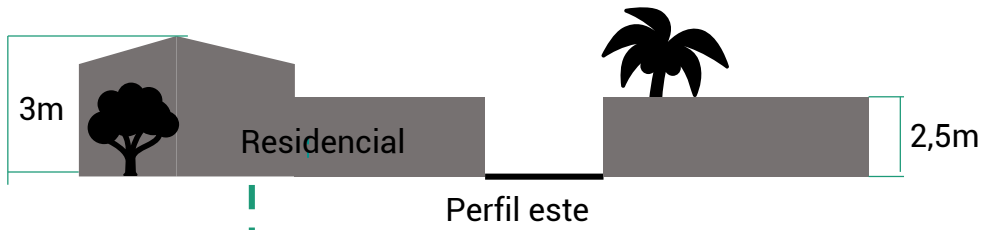
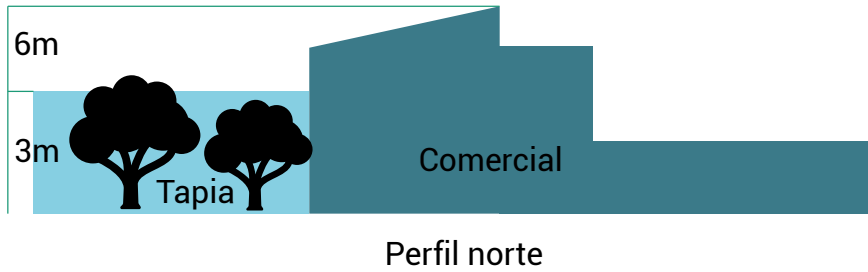


Fuente: Google Earth



F 79

PERFILES URBANOS DESAMPARADOS



Norte ← → Sur



F 80

Norte

Sur

MAPA URBANO



F 81 Mapa urbano
Fuente: Municipalidad de Desamparados

1

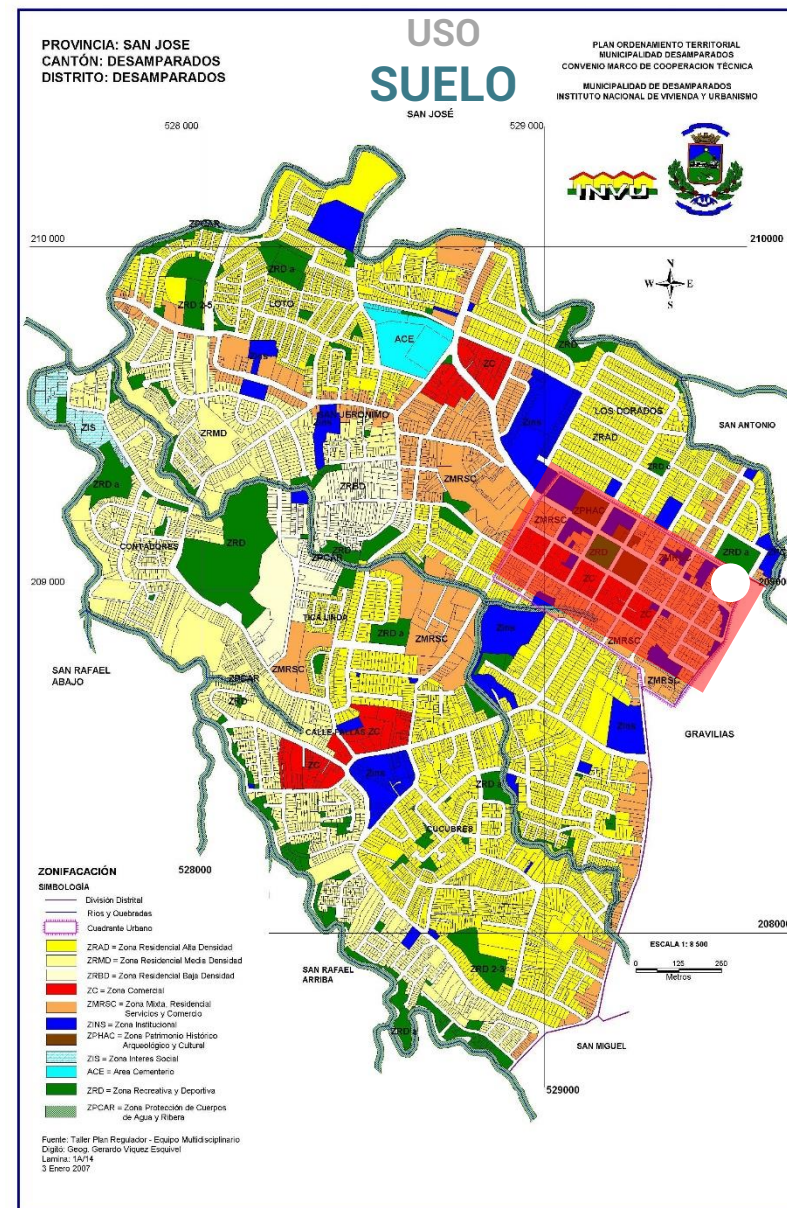
DISTRITO DESAMPARADOS

Este distrito es el único donde se presenta un cuadrante urbano establecido y posee mayor crecimiento de población en el cantón, por ende, un más crecimiento urbano.

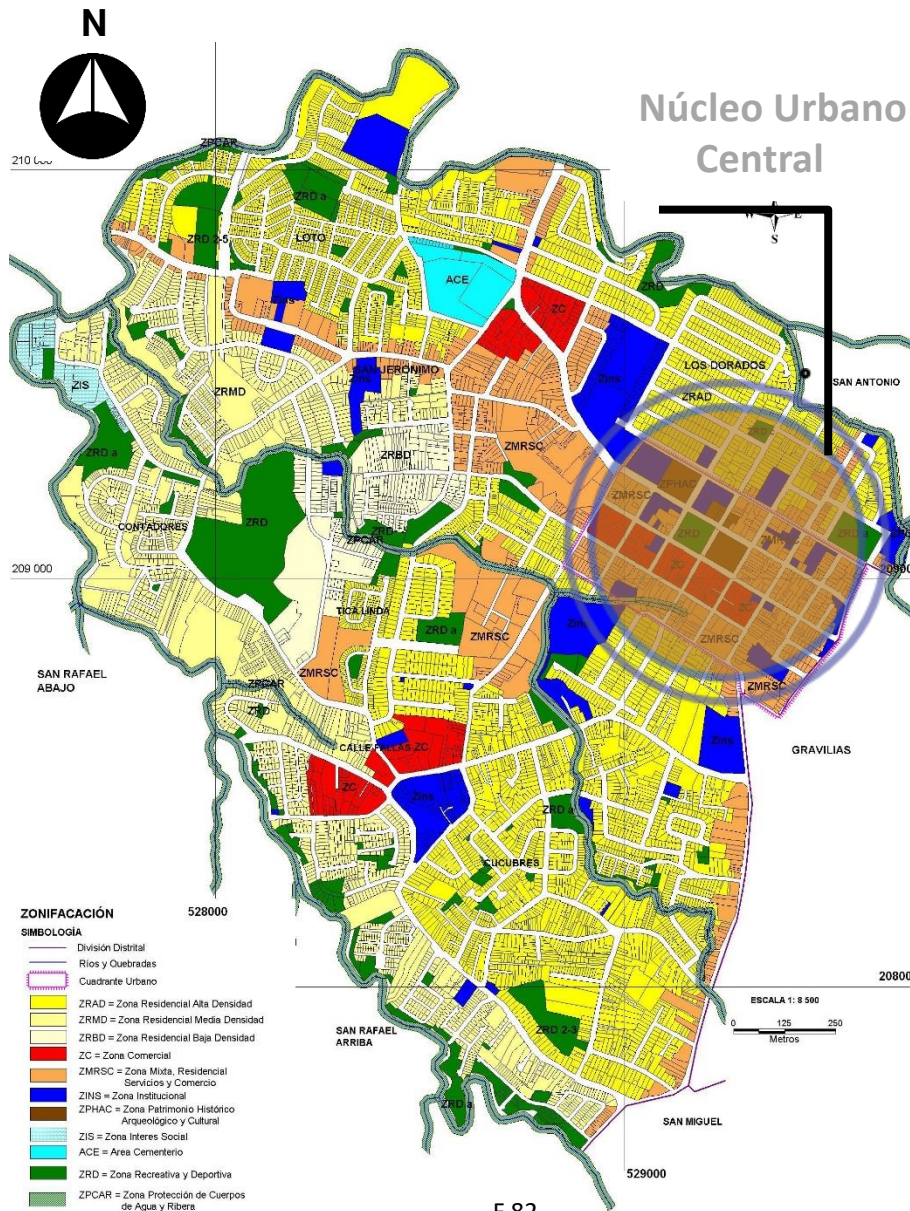
Su uso de suelo actual muestra una clara dominancia en cuanto a espacios de uso residencial de alta densidad, sin embargo, de sus 9974 viviendas, 400 han cambiado de uso, pues en el centro urbano la vivienda ha sido remplazada por comercio.

Hay gran cantidad de área destinada a zona mixta y una zona comercial muy marcada en el cuadrante urbano central extendida cada vez más hacia las zonas residenciales. Actualmente, enfrenta los problemas ocasionados por el congestionamiento vehicular, pues es aquí por donde se trasladan más de 20 rutas diferentes de transporte público, sumándole a esto el flujo de vehículos privados que lo utilizan como ruta de paso diario.

USO SUELO



F 82 Uso de suelo
Fuente: Municipalidad de Desamparados



F 82

Fuente: Taller Plan Regulador - Equipo Multidisciplinario
 Digno: Geog. Gerardo Viquez Esquivel
 Lamina: 1A/14
 3 Enero 2007

CARACTERÍSTICAS NÚCLEO URBANO

El distrito de Desamparados está conformado por una trama urbana irregular con presencia de un cuadrante urbano formal (calles y avenidas) consolidadas en el centro de la ciudad.

Propiamente, el centro cumple la función de ser un punto de encuentro social y comercial, pues la mayoría de las zonas residenciales se encuentran a las afueras, lo cual le otorga al distrito el peso de ser un centro urbano de paso.

Las zonas residenciales son barrios, condominios y urbanizaciones que no cuentan con zonas verdes y espacios públicos suficientes para satisfacer las necesidades de los pobladores.

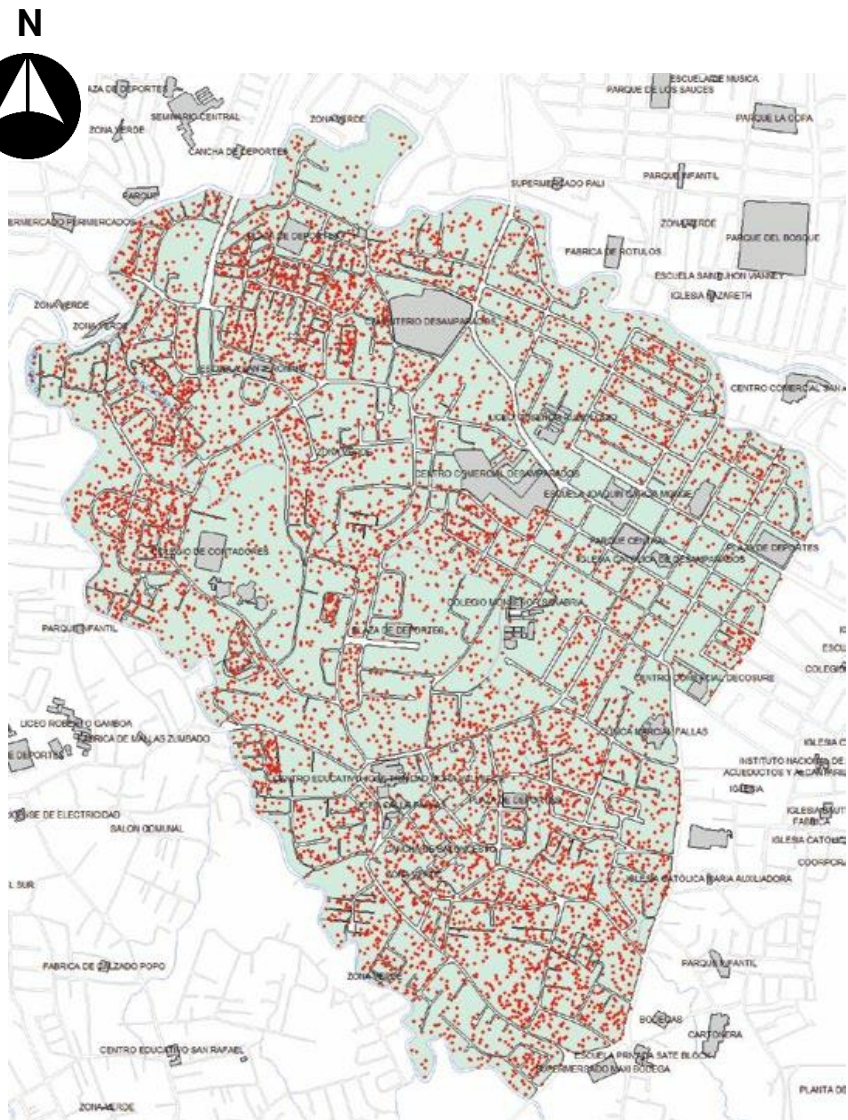
En muchos casos estas no ofrecen los servicios básicos como pulperías, por ejemplo, lo que obliga a las personas a moverse de un lugar a otro para suplir necesidades tan básicas.

Las zonas comerciales están establecidas en el área que carece de infraestructura para solventar el ambiente urbano, esto genera disminución en estancia de visitantes.

Las zonas de servicios se esparcen por todo el distrito, lo cual obliga a las personas a desplazarse de un lugar a otro.



DISTRIBUCIÓN ESPACIAL DE LA POBLACIÓN



F 83

El distrito de Desamparados presenta una distribución espacial de la población que responde a una serie de características urbanas, tales como el crecimiento sin planificación, el consumo del suelo, zonas dedicadas a uso únicos del suelo, segregación social, entre otras. Estas han generado que la población crezca en subnúcleos urbanos, los cuales provocan una ruptura a nivel perceptual del distrito como tal.

El mapa muestra cómo la mayoría de la población se ha concentrado en los núcleos urbanos secundarios de San Jerónimo y Calle Fallas. Esto ha rezagado el núcleo central, donde dominan los espacios comerciales y de servicios, disminuyendo el área residencial y los espacios públicos, generando que la población migre en búsqueda de una mejor calidad de vida hacia zonas menos transitadas y contaminadas a nivel visual y sonoro.

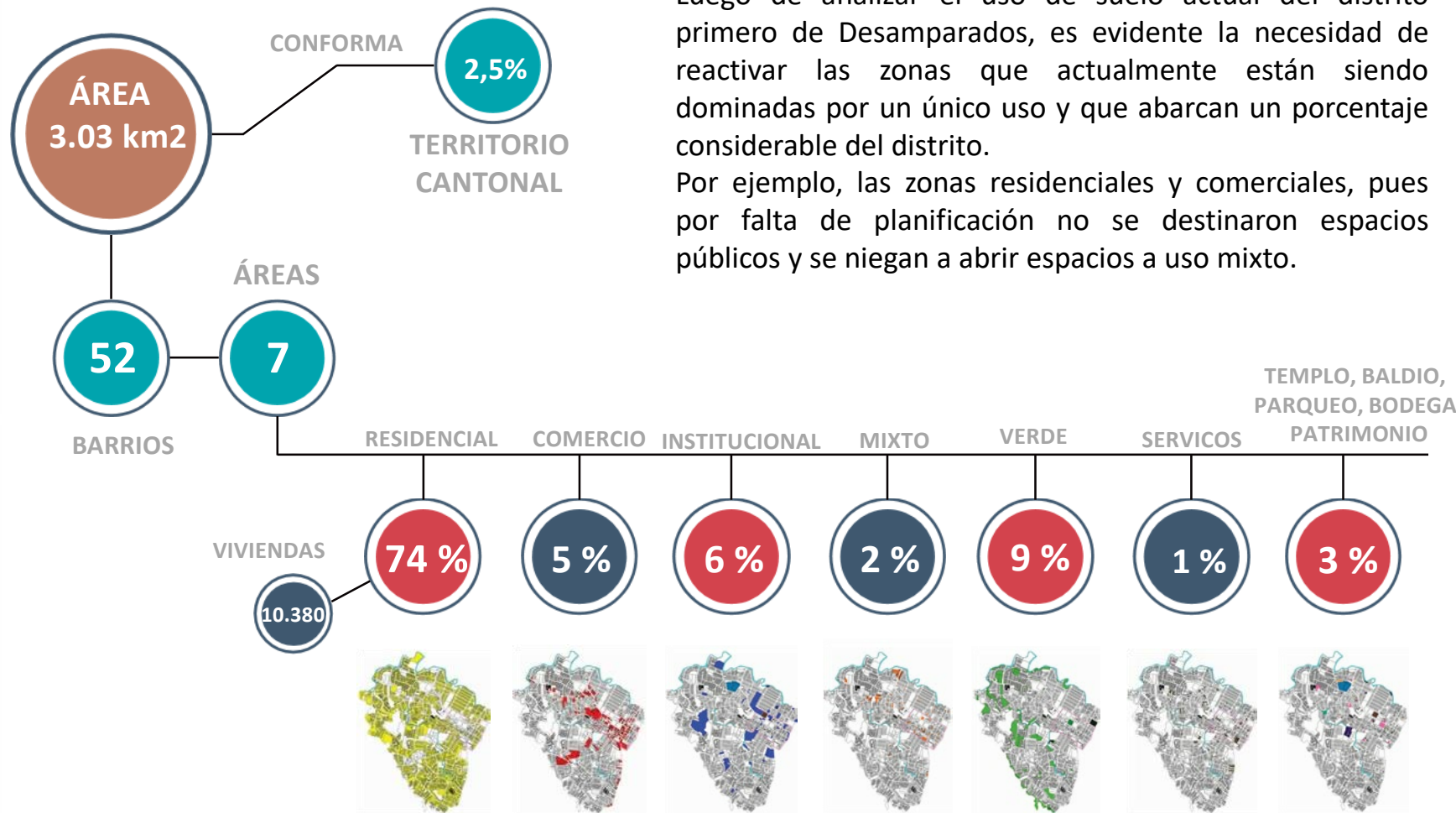
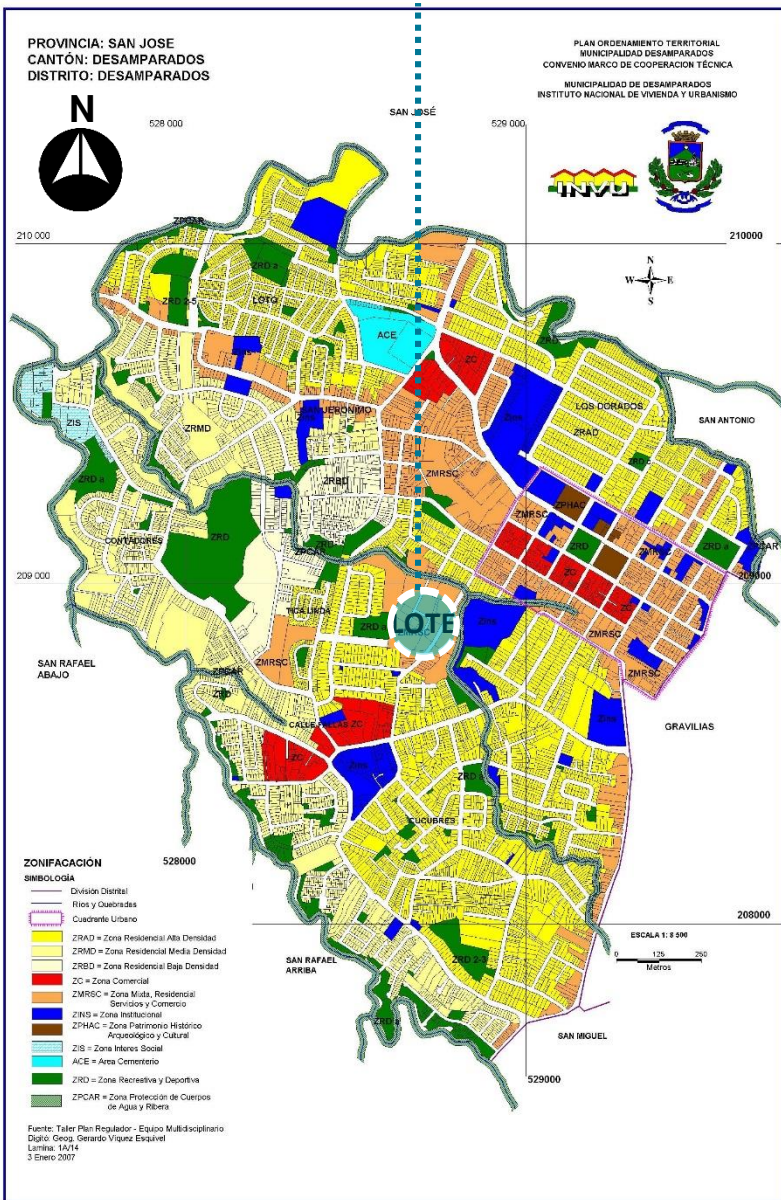
Lo anterior muestra un radio de 1 km que está cada día con menos población, a pesar de que es dentro de ese radio donde se encuentra zonas con más accesibilidad a servicios y comercio.

Entre las mayores problemáticas que genera este comportamiento urbano está la inseguridad ciudadana, que aumenta cada día más por la falta de apropiación y espacios que incentiven la convivencia en núcleos urbanos.



LOTE ZMRSC

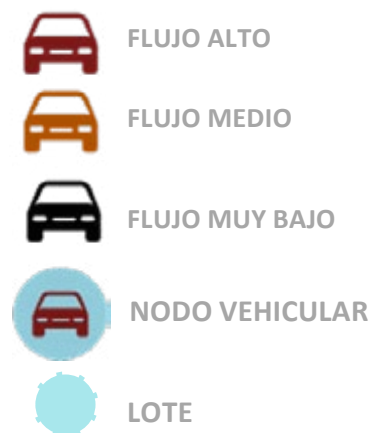
Zona Mixta Residencial
Servicios y Comercio



Luego de analizar el uso de suelo actual del distrito primero de Desamparados, es evidente la necesidad de reactivar las zonas que actualmente están siendo dominadas por un único uso y que abarcan un porcentaje considerable del distrito.

Por ejemplo, las zonas residenciales y comerciales, pues por falta de planificación no se destinaron espacios públicos y se niegan a abrir espacios a uso mixto.

FLUJOS VEHICULARES



Las vías más transitadas del distrito primero de Desamparados son las que conforman el cuadrante urbano. La avenida 1, calle 1, 2, 4 y 6 han colapsado en los últimos años por el incremento de la flota vehicular y el crecimiento urbano que ha presentado Desamparados.

A esta zona se le suma la ruta nacional 209 y la ruta cantonal 210, las cuales han obligado a conductores(as) a utilizar rutas alternas con distancias más largas, pero menos congestionadas debido a su colapso



FLUJOS PEATONALES

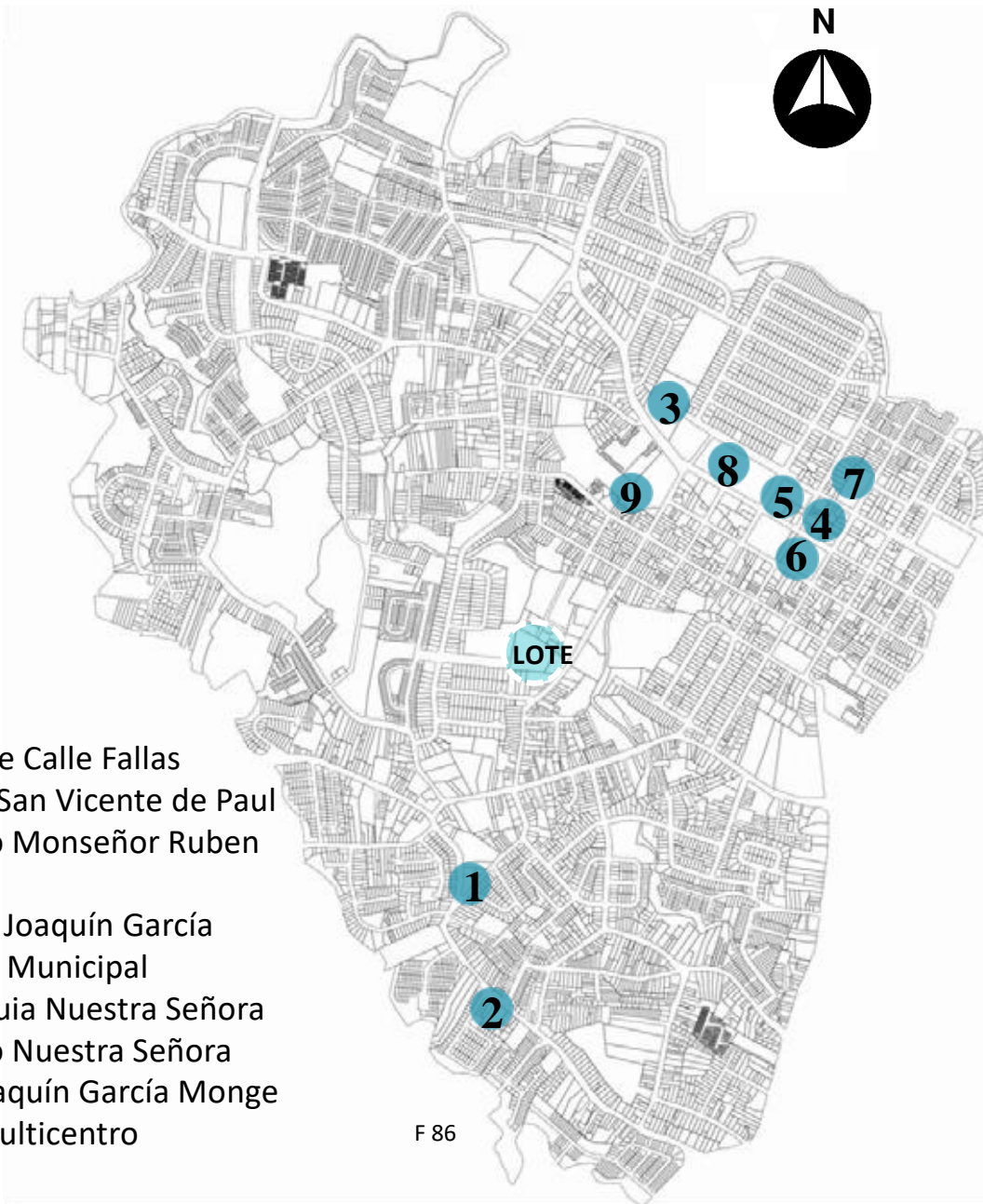
Los espacios más utilizados por las personas transeúntes son las aceras cerca de las zonas comerciales y de servicio, principalmente aquellas que rodean el parque y la iglesia, así como las que comunican el comercio local con el Mall Multicentro.

Otras aceras de gran importancia son las que rodean las escuelas y colegios del distrito, pues estas poseen un flujo de estudiantes importante y forman parte de la trama urbana central del distrito. En contraposición, las aceras menos utilizadas son las que alimentan las zonas residenciales a las afueras del distrito.



HITOS

Se muestra un mapeo de los principales hitos del distrito de Desamparados representados a su vez por medio de fotografías que permiten percibir de una manera más gráfica cada uno de estos símbolos desamparadeños.

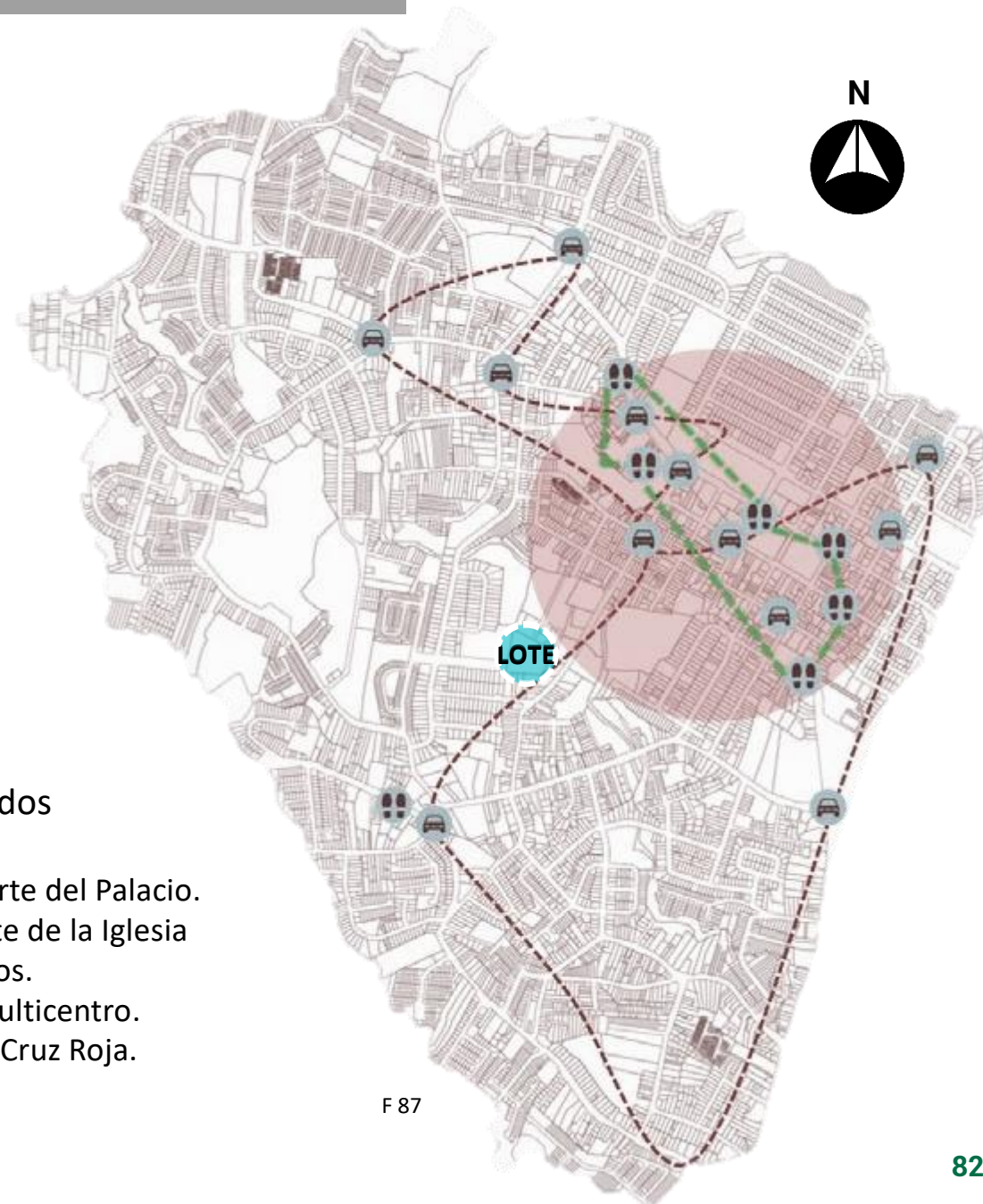


1. Liceo de Calle Fallas
2. Iglesia San Vicente de Paul
3. Colegio Monseñor Ruben Odio
4. Museo Joaquín García
5. Palacio Municipal
6. Parroquia Nuestra Señora
7. Colegio Nuestra Señora
8. Esc. Joaquín García Monge
9. Mall Multicentro

NODOS

Según el estudio de campo realizado en el distrito central sobre nodos vehiculares y peatonales, se concluyó que la zona que posee mayor cantidad de nodos es su centro urbano. Presenta más caos de movilidad a nivel general, generando una zona difícil de transitar tanto en vehículo como caminado.

El flujo peatonal y vehicular identifica el centro como la zona de mayor problemática vial, por lo que se logra visualizar claramente la zona de convergencia a nivel distrital.



Principales nodos

1. Al costado norte del Palacio.
2. Al costado este de la Iglesia de Desamparados.
3. El cruce de Multicentro.
4. El cruce de la Cruz Roja.

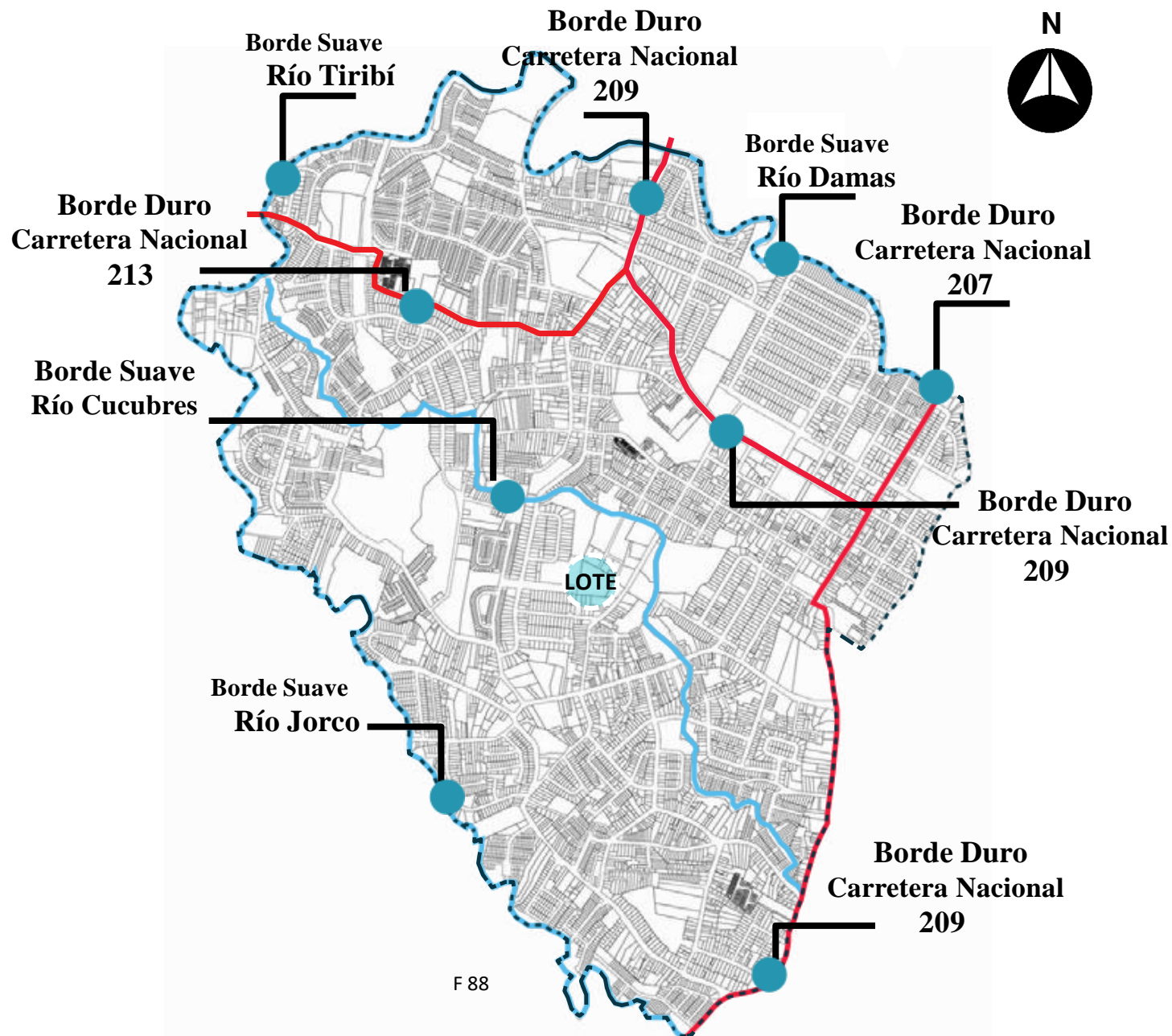
F 87

BORDES

Se identificaron los principales bordes dentro de la trama urbana. Los bordes duros se lograron visualizar en las vías nacionales 209, 207 y 213 del distrito, pues han provocado una ruptura a nivel de percepción en el paisaje y a nivel social.

En cuanto a bordes suaves, se encuentran los ríos que atraviesan Desamparados, como el Río Cucubres, que ha subdividido el centro en dos partes: norte, que representa el centro urbano; y sur, Calle Fallas, Monteclaro y alrededores hacia el sur.

Se puede decir que Desamparados cuenta con cuatro bordes suaves: los ríos Jorco, Tiribí, Cucubres y Damas, que bordean y atraviesan el distrito y delimitan bordes duros con repercusiones urbanísticas.



SENDAS

Desamparados, al igual que los demás cantones del país, cuenta con varias tipologías de sendas que permiten clasificar las zonas urbanas con base en infraestructura y las oportunidades que ofrezcan estas para renovarlas o intervenirlas. En el mapa se muestran cuatro tipologías de sendas y las zonas en donde se encuentran cada una de estas.

TIPOLOGÍA 1

- Sendas sobre carreteras nacionales
- Ancho de calzada de 10 a 12 m.
- Espacio destinado para acera de 2 a 2,5 m.
- Cordón de caño con 60 a 80cm de profundidad

TIPOLOGÍA 2

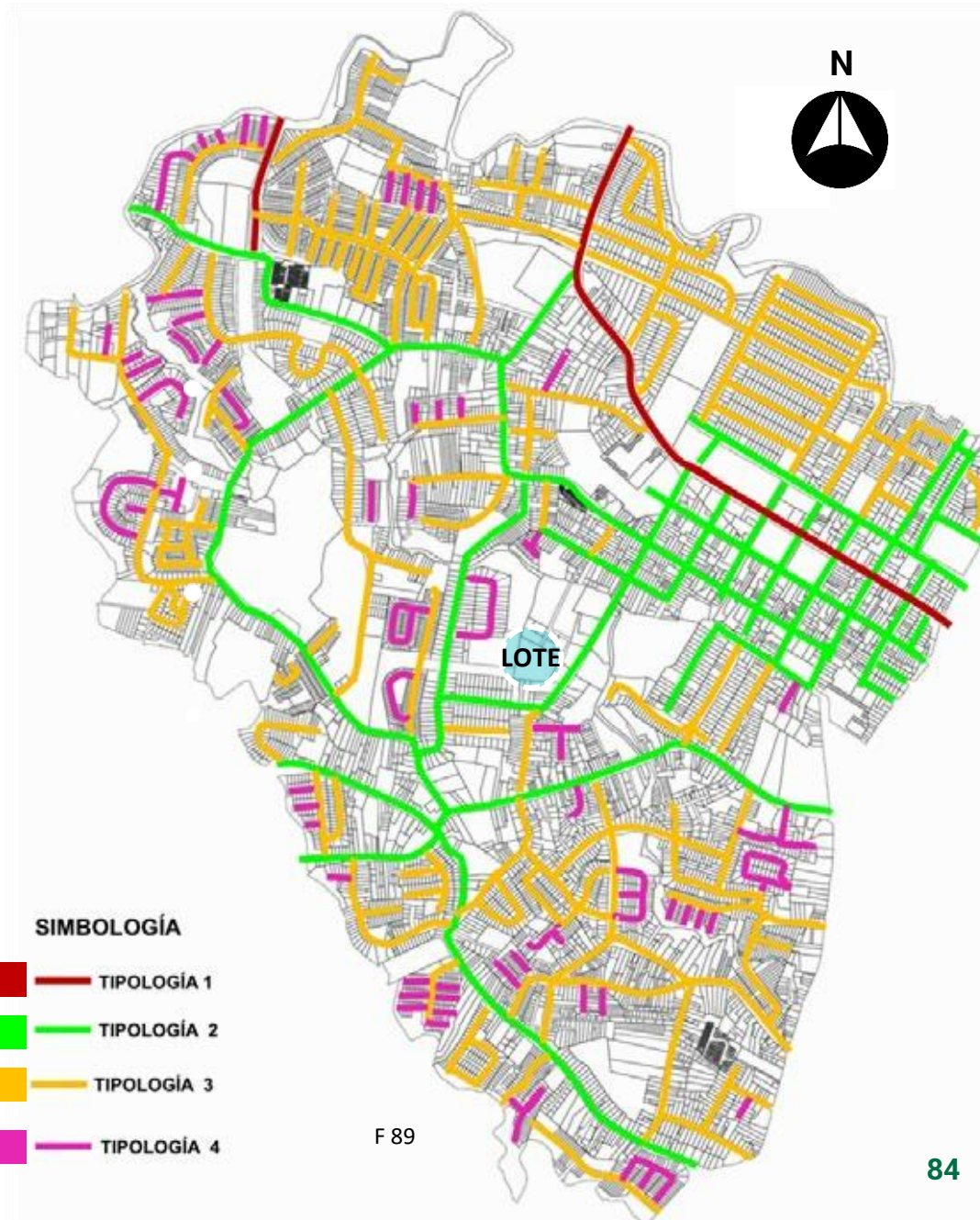
- Sendas sobre carreteras cantonales
- Ancho de calzada 8 m.
- Espacio destinado para acera de 1,5 a 2,5 m.
- Cordón de caño de 10 a 20cm.

TIPOLOGÍA 3

- Sendas sobre carreteras cantonales
- Ancho de calzada 6 m.
- Espacio destinado para aceras de 1,2 m.
- Cordón de caño poco profundo 10 a 20cm.

TIPOLOGÍA 4

- Sendas sobre calles residenciales
- Ancho de calzada de 4 a 5m.
- Espacio destinado para acera de 1,2 m o no existe.
- Espacios recorridos como alamedas o calles sin salida.



F 89

ESTADO ACTUAL DE LAS EDIFICACIONES

Según el estudio de campo, la zona verde del mapa representa los barrios Palo Grande y Los Dorados, presenta un 90% de sus edificaciones en buen estado.

La zona amarilla que abarca barrios del centro como Los Pinos y Carmen muestra que 75% de las edificaciones se encuentran en un estado regular.

La zona de color rojo corresponde a los barrios San Jerónimo y Centro, los cuales reciben la peor calificación, es decir, catalogada en mal estado.



URBANIZACIÓN LOS DORADOS



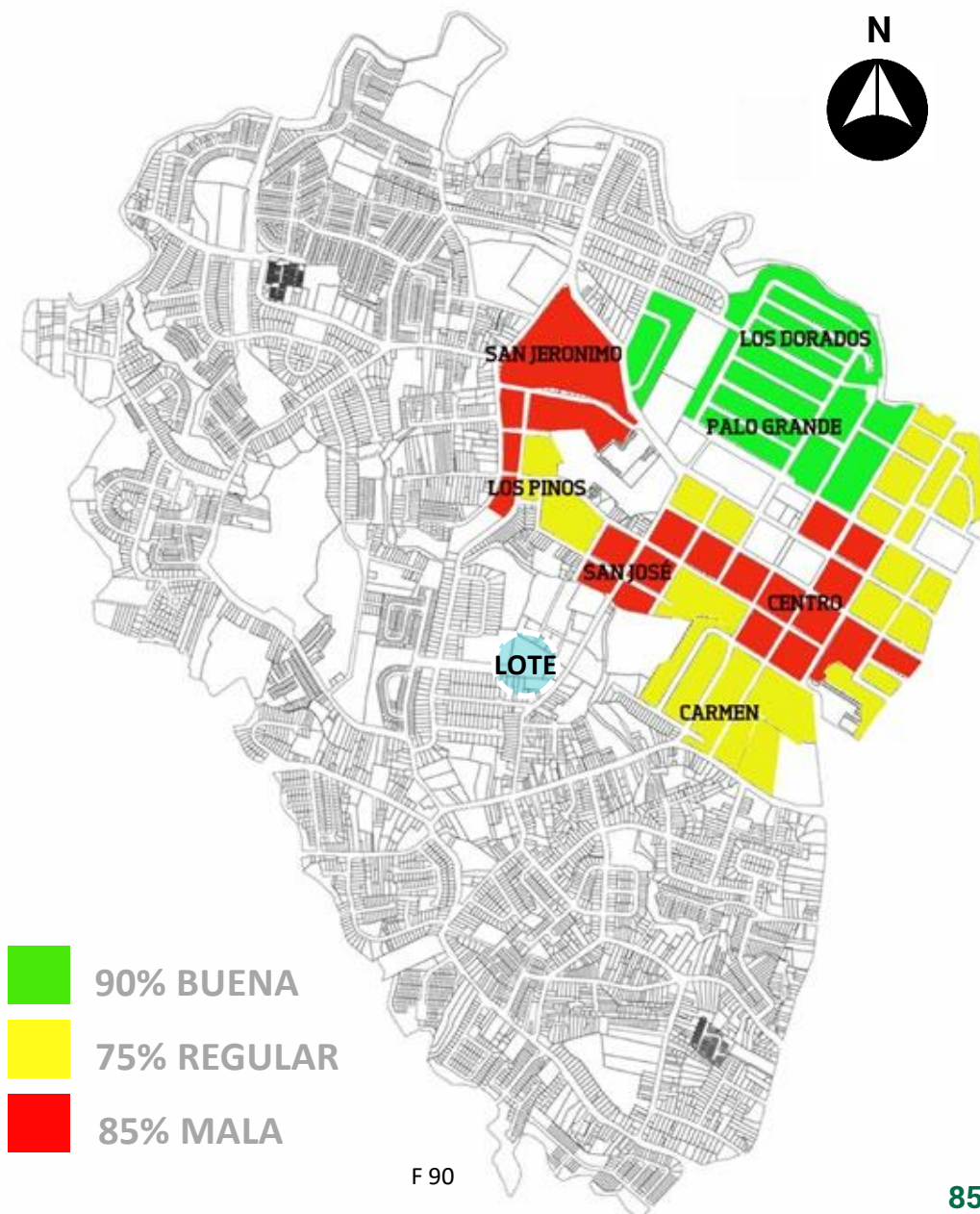
BARRIOS CENTRALES



URBANIZACIÓN LOS PINOS



SAN JERONIMO



TIPOLOGÍA ARQUITECTÓNICA

En síntesis, la tipología arquitectónica del distrito de Desamparados muestra el desarrollo urbano actual. Se encontró con viviendas mayormente de uno y dos niveles, construidas de mampostería de bloques de concreto, sistemas prefabricados y en ocasiones madera. Presentan cubiertas a una o dos aguas, de hierro galvanizado o láminas imitación de tejas, sin retiros de la calzada y permeabilidad parcial o nula con el exterior. La falta de antejardines y zonas verdes en el distrito ha creado la tendencia del consumo total del suelo, cerramientos como portones y rejas eléctricas.

En la parte comercial y servicios, muestra una tipología arquitectónica orientada en el crecimiento horizontal, infraestructura en concreto, resguardadas con verjas o cortinas metálicas.

Las edificaciones de uso mixto revelan un uso comercial en el primer nivel y uno residencial en el segundo nivel, mayoritariamente en concreto y cubiertas de hierro galvanizado con fachadas livianas.



Horizontalidad



Madera.
No existe antejardín
Cubiertas a una agua



Deterioro.
Poca accesibilidad.



Cerramiento con verjas.
Cubiertas imitación teja.

Primer nivel uso comercial
Segundo nivel uso residencial

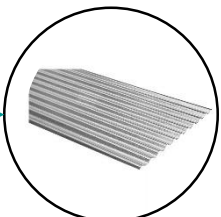


Cortinas metálicas
en zonas comercial.
Sistema
constructivos
livianos.

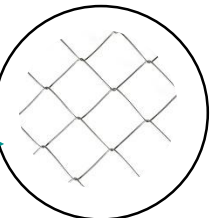
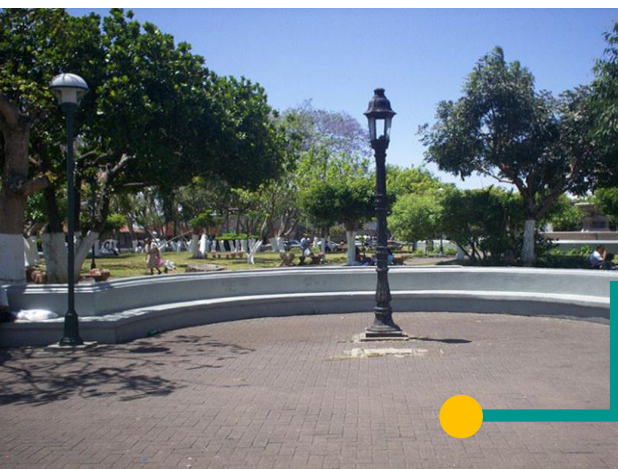
MATERIALIDAD Se considera que en el distrito hay un sistema de construcción **MIXTO**



Portones metálicos



Laminas HG Exteriores

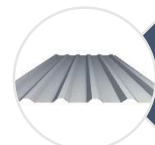


Malla ciclón

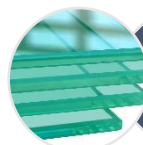


Adoquín

F 92



Cubiertas de techos
Láminas metálicas de fácil instalación y mantenimiento, de gran cubrimiento y que pueden colocarse expuestas.



Cerramientos y acabados
Verjas y portones metálicos, acabados de ladrillo, concreto y vidrio.



Paredes
Laminas livianas para interior y exterior, por su economía y fácil instalación. También paredes en bloques de concreto principalmente en primer nivel.



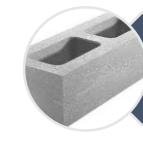
Enchapes y acabados de Pisos
Paneles de cerámica, piedra, porcelanato, entre otros, utilizados para acabados de pisos tanto externos como internos.



Estructura general y acabados
Estructuras de madera (pino en su mayoría), utilizado en cerchas y acabados de fachadas.



Estructura General de techos
Tubos metálicos de hierro negro, se utilizan para techos y estructuras livianas.



Estructura y cerramientos.
Mampostería en bloques de concreto, utilizado en residencias y comercios por su resistencia y durabilidad.

PATRIMONIO EN DESAMPARADOS

Cubierta: HG y teja barro
 Piso: mosaico
 Paredes: bahareque
 Columnas: madera



CASA ANEXA A LA CASA JOAQUÍN GARCÍA MONGE

Se declara patrimonio el 3 de diciembre de 1981, según el decreto 13132-C. Está poco transformada y se integra al entorno. Inicialmente, fue la Escuela de Mujeres, ahora es un Taller de Arte Ureña y de las oficinas de Cultura de la Municipalidad de Desamparados.

Cubierta: teja de barro
 Piso: madera
 Paredes: adobe
 Columnas: madera



CASA JOAQUÍN GARCÍA MONGE

La casona cuenta con mucha historia desde sus inicios. Fue conocida como "Casa Centenario" construida por el sacerdote Juan Rafael Reyes Frutos (primer cura de la Parroquia de Desamparados) a finales del siglo XIX y fue la primera Casa Cural, luego se convirtió en Escuela de Varones, sitio donde estudió Joaquín García Monge. En 1843 fue construida, pero es hasta el año 1981 fecha del centenario de Joaquín García Monge, se realiza mediante decreto presidencial la declaratoria de la Casa como Patrimonio Nacional y se denomina "Casa Joaquín García Monge", actualmente, es museo (Biblioteca Joaquín García Monge).

Cubierta: teja de barro
 Piso: ladrillo
 Paredes: bahareque
 Columnas: madera



CASA DE SALITRAL

Desde el año 1989, la carreta típica costarricense cuenta con un Museo Nacional, ubicado en Gravillas de Desamparados y fue casa de José María Castro Madriz. Sus edificaciones compuestas por dos inmuebles de bahareque, uno de ellos construido desde inicios del siglo XIX y el segundo de 1790. Era la construcción típica de un hacendado de la época. Las edificaciones resaltan la belleza de las antiguas viviendas josefinas construidas de bahareque (mezcla entre barro y paja) y adobe. Actualmente, es museo. Según el Decreto N° 19385-C del 7 de diciembre de 1989, este museo representará la evolución de la carreta como medio de transporte, sus funciones económicas y culturales

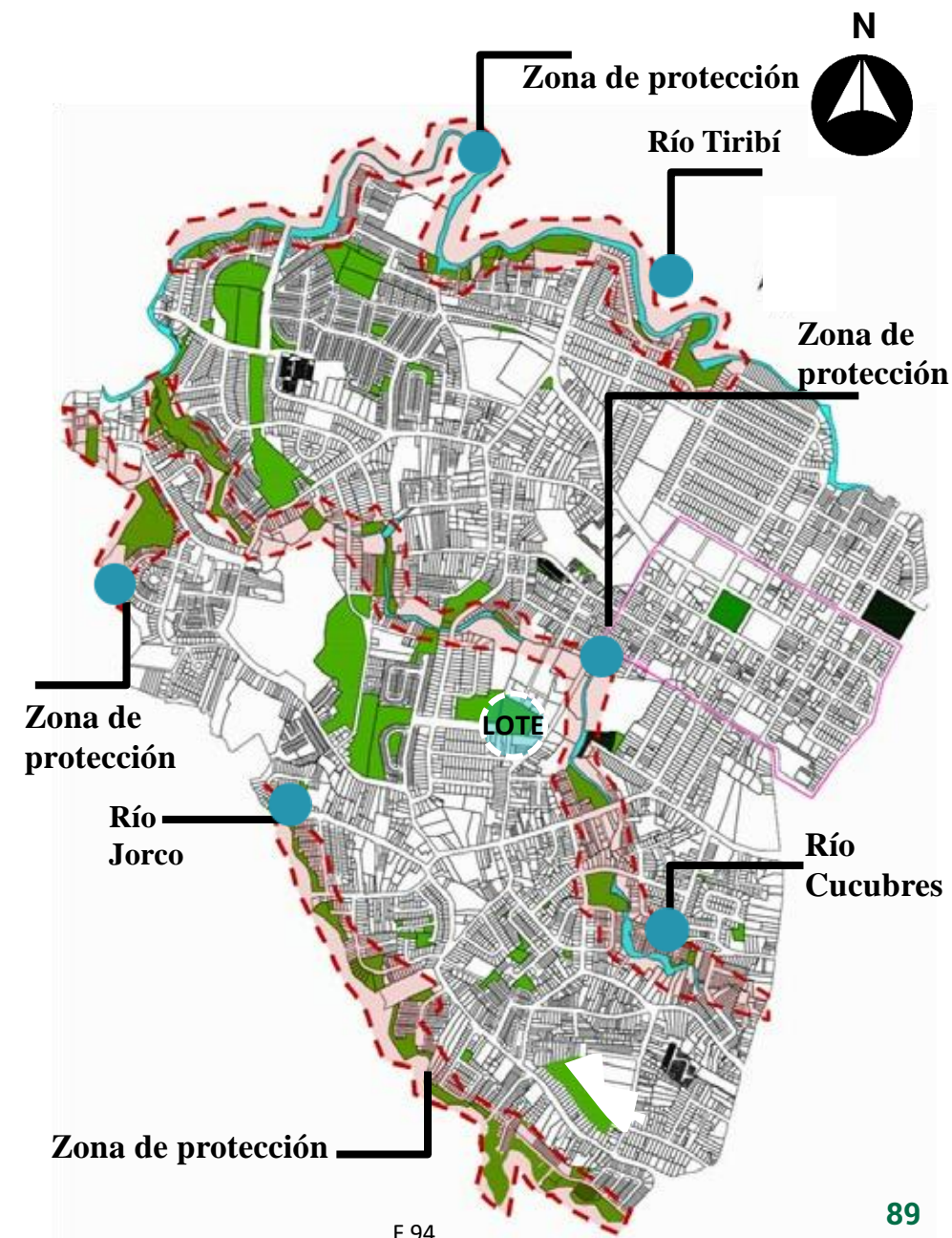
ÁREAS VERDES, ZONAS DE PROTECCIÓN Y ARBOLIZACIÓN

Las zonas verdes del distrito de Desamparados suman 9% del área total del distrito. Dentro de esta cifra, se ha tomado las zonas de protección natural desarrolladas a lo largo de los ríos que atraviesan el centro urbano. Si dichas zonas se restan, se lograría percibir la gran necesidad que existe de zonas verdes que refresquen la percepción urbana actual



ESTADO DE LA ZONA

Un árbol de mango en la esquina de una acera funciona como estancia de vendedores donde conviven y ofrecen sus productos. La arborización de la zona brinda protección solar y genera un punto de encuentro o reunión.



PALETA VEGETAL ACTUAL

Se recopila información de los árboles en la zona de estudio en Desamparados, con sus características físicas como altura, diámetro, tipo de hoja, entre otras.



ROBLE SABANA

Nombre científico:

Tabebuia rosea

Altura: **30 metros**

Tiene tronco corto, corteza grisácea, con fisuras. Posee flores color rosado o blancas de 5 a 10cm de longitud. El fruto es una cápsula, cilíndrica. El tronco, normalmente, mide 1m de diámetro.



CORTÉS NEGRO

Nombre científico:

Handroanthus

Altura: **30 metros**

Árbol robusto que puede alcanzar los 8m de diámetro en el tronco. La copa es semiglobosa, con follaje concentrado en su parte más alta. Es caducifolio.



PALMERA

Nombre científico:

Arecaceae

Altura: **20 metros**

Árboles con troncos sin ramificar, ocasionalmente hierbas largamente rizomatosas, o palmeras trepadoras. A veces tiene espinas en su tronco y hojas. Raíces puntiagudas.



BAMBÚ

Nombre científico:

Bambusoideae

Altura: **11 metros**

Pertenecen a la familia de las gramíneas, presentan diferentes tipos de hojas según el sector en el cual se originan. Su floración es poco habitual.



NÍSPERO

Nombre científico:

Eriobotrya

Altura: **10 metros**

Árbol alto, con hojas grandes, largas y onduladas. Hojas perennes con flores agrupadas en panículas. Los frutos, normalmente, maduran hasta abril



MANGO

Nombre científico:

Mangifera

Altura: **30 metros**

Variedad de tamaños, se deben podar cuando se trata de cultivar fruta. Lucha agresiva por alcanzar la radiación solar. Su copa puede alcanzar los 30 m de diámetro.



FOCOS DE CONTAMINACIÓN SÓNICA, VISUAL Y AMBIENTAL

Las zonas que presentan mayor contaminación ambiental, sónica y visual son las ubicadas en el centro urbano. Por ser estas áreas tan transitadas, tanto vehicular como peatonalmente, concentran un alto grado de contaminación en todos sus aspectos.

La contaminación visual está marcada en el tendido eléctrico expuesto por toda la ciudad, sumado a un gran número de rótulos y avisos publicitarios que cubren las fachadas de las edificaciones del distrito de Desamparados.

La falta de áreas verdes, que ayudan a mitigar los gases emitidos por la gran cantidad de vehículos que circulan por el centro, ha generado un incremento en la percepción de la contaminación ambiental.

Por su parte, la contaminación sónica es de las principales causas de que la vida en el centro urbano disminuya, pues debido al ruido generado por el flujo vehicular, la industria y la actividad comercial, las personas aumentan su grado de estrés y su estado de ánimo baja considerablemente. Por esta razón, cada vez son más las personas que deciden vivir en las afueras de la ciudad y no dentro de ella.



CONTAMINACIÓN VISUAL
Rótulos.
Mala infraestructura.



CONTAMINACIÓN VISUAL
Tendido eléctrico expuesto
por toda la ciudad.



CONTAMINACIÓN SÓNICA
Flujo vehicular.
Comercio.

TENDENCIAS

LUGARES ATRACTORES Y EXPULSORES

Los lugares expulsores son todos aquellos espacios que generan una percepción negativa sobre la ciudad, debido a la contaminación, inseguridad, mala infraestructura u otros aspectos. En contraposición, lugares atrayentes son todos aquellos espacios que llaman la atención de las personas y permiten generar zonas de confort y disfrute para la población. En Desamparados, los principales lugares atrayentes son el mall Multicentro, el Centro Comercial de Desamparados, la Iglesia Católica, la Biblioteca Pública, el Teatro Villa y el Parque Centenario, además, áreas educativas como el Colegio Monseñor Sanabria, entre otros. Entre los lugares catalogados como expulsores están los edificios con mala infraestructura que albergan el comercio local, los lotes baldíos que fomentan la inseguridad y problemática social, los ríos y cuencas que cada día presenta mayor contaminación.



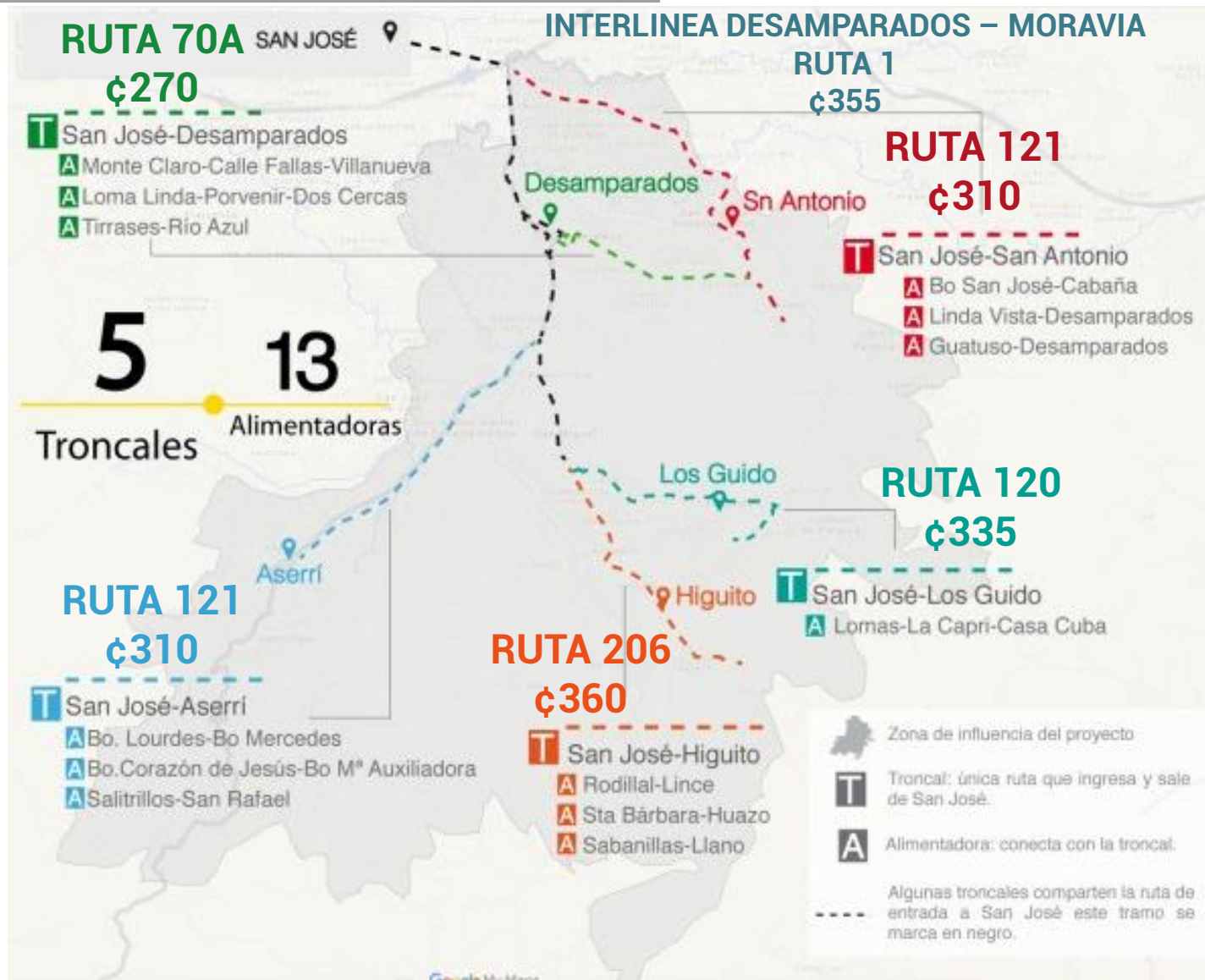
TRANSPORTE PÚBLICO

El distrito primero de Desamparados se ha convertido en una gran estación de transbordo urbano para las personas habitantes de este cantón. Actualmente, se contabilizan alrededor de 28 rutas de transporte público que circulan diariamente por este distrito.

Según la Municipalidad de Desamparados, en el año 2013 se hizo un análisis del transporte público debido a la problemática vial que produce. Como resultado, se proponen soluciones a mediano y largo plazo, con el fin de agilizar el funcionamiento.

RUTAS URBANAS SECTOR DESAMPARADOS

- San José- Barrio Corazón de Jesús, Aserrí
- San José- Barrio Auxiliadora, Aserrí
- San José- Barrio Mercedes, Aserrí
- San José- Lourdes, Aserrí
- San José- Salitrillos, Aserrí
- San José- San Rafael
- San José- Lomas
- San José- La Capri
- San José- Calle Fallas
- San José- Monte Claro
- San José- Loma Linda
- San José- El Porvenir
- San José- Dos Cercas
- San José- Los Guido
- San José- El Llano
- San José- Sabanilla
- San José- El Huazo
- San José- Encinales
- San José- Santa Barbara
- San José- El Lince



RUTAS SECUNDARIAS

Desamparados

- SD1 Loma linda-Torremolinos-Desamparados-Loma Linda
- SD2 Monte Claro-Calle Fallas- Desamparados-Monte Claro
- SD3 Desamparados-Calle Fallas-Villa Nueva-Desamparados
- SD4 Dos Cercas- Porvenir-Desamparados-Calle Fallas- Porvenir- Dos Cercas.
- SD5 San Rafael-San Juan de Dios-San Rafael Abajo-Calle Fallas-Desamparados.

Higuito-San Miguel-Los Guido

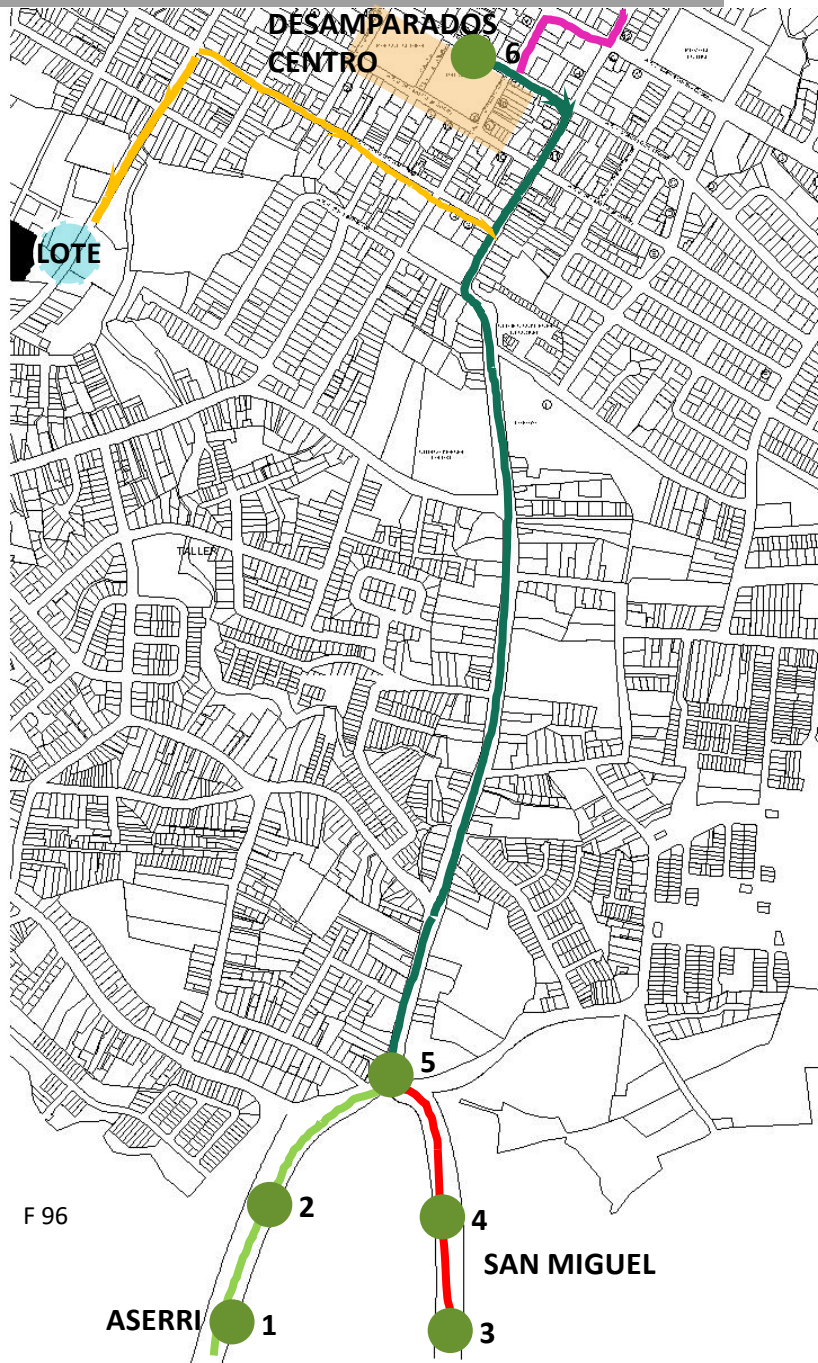
- SHG1 Los Guido-Cementerio- San Miguel-Lomas- La Capri
- SHG2 Huazo- Sabanilla- El Llano
- SHG3 Lince-Rodillal-Santa Barbara-Higuito-San Miguel

Aserrí

- SA1 Barrio Maria Auxiliadora-Aserrí-Barrio Corazón de Jesús
- SA2 Barrio Mercedes-Aserrí- Lourdes
- SA3 Salitrillos-Aserrí
- SA4 Salitrillos- Santa Teresita- San Rafael Arriba

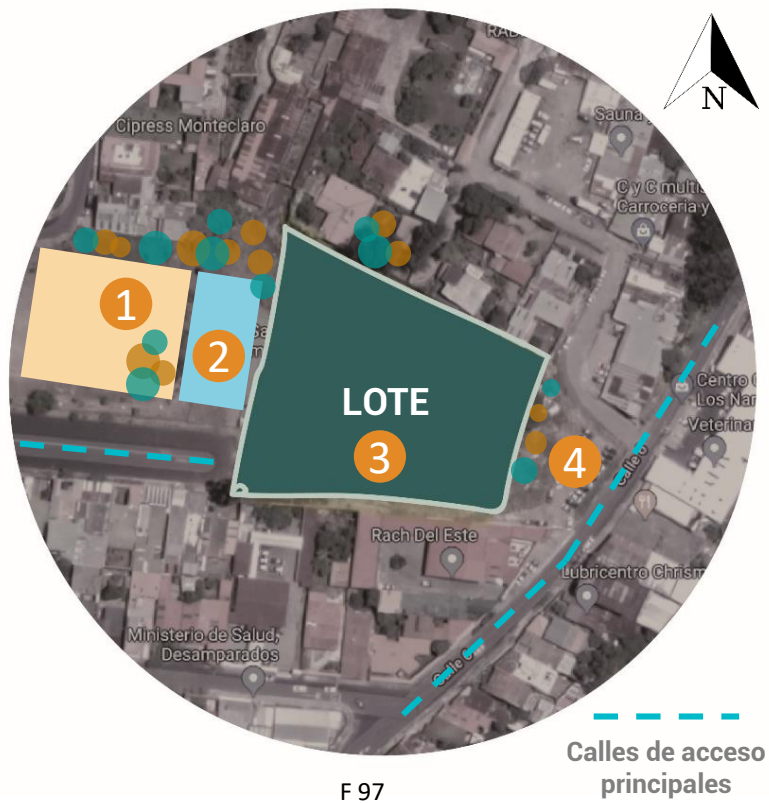
NODOS

- 1- Nodo Aserrí
- 2- Nodo San Rafael Arriba
- 3- Nodo Higuito
- 4- Nodo San Miguel
- 5- Nodo cruce Maxipali
- 6- Nodo Desamparados Centro



- Ruta Loma Linda, Monteclaro
- Interlínea Desamparados- Moravia
- Ruta 121 ASERRÍ
- Ruta 206 SAN MIGUEL

DELIMITACION LOTE
MONTECLARO CALLE FALLAS



COLINDANCIAS:

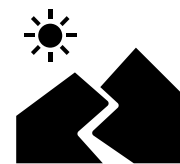
Norte: Zona Mixta residencial, servicios y comercial

Sur: Zona Mixta residencial, servicios y comercial

Oeste: salón multiuso y plaza deportes de Monteclaro Desamparados

Este: Calle 6 acceso que comunica al centro urbano de Desamparados

F 98

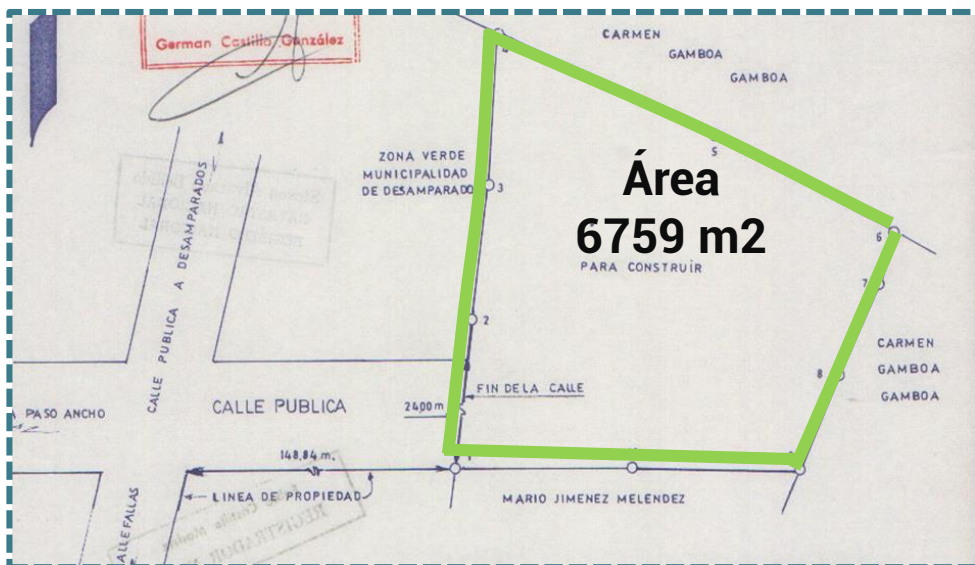


ALTITUD
1150 m.s.n.m



ÀREA
6759 m2

DATOS MUNICIPALES



F 99

COORDENADAS

N9.895838, O-84.070280

UBICACIÓN

Monteclaro, Calle Fallas,
Desamparados, San José

USO DE SUELO

ZMRSC Zona Mixta,
Residencial, servicios y comercio

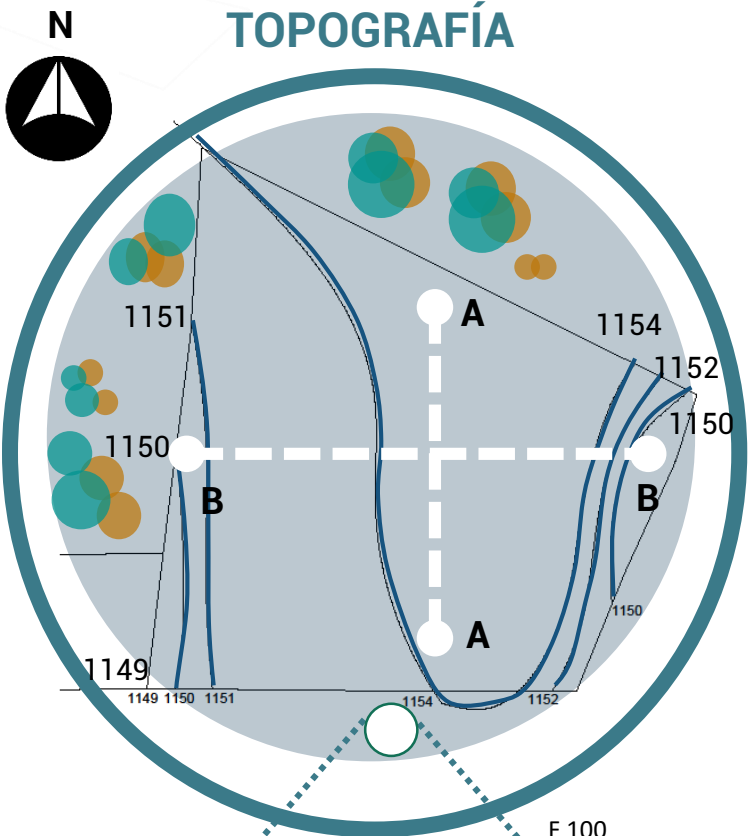
USO DE SUELO

- Plano catastro: SJ-34868-1997
- Área: 6830m²
- Vía: cantonal
- Zonificación: zona mixta
- Altura máxima: 3 niveles
- Retiro construcción: 12,5m
- Área verde mínima: 10%
- Cobertura: 70%
- Estacionamientos: 1 /40m² de construcción

VISTAS DEL TERRENO

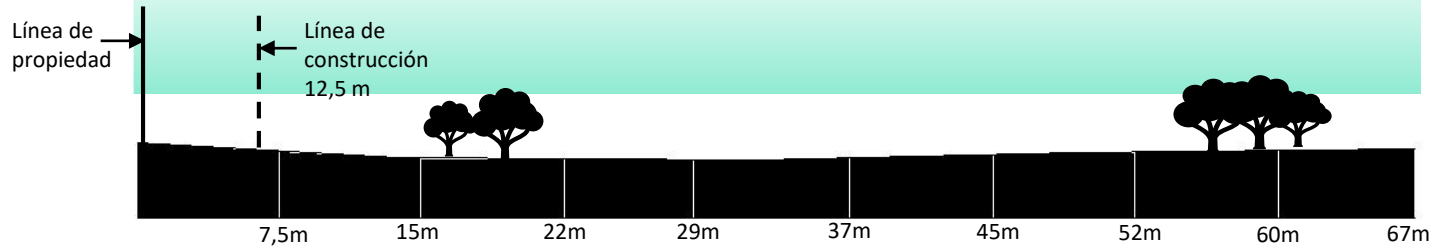


TOPOGRAFÍA



PERFILES TOPOGRAFICOS

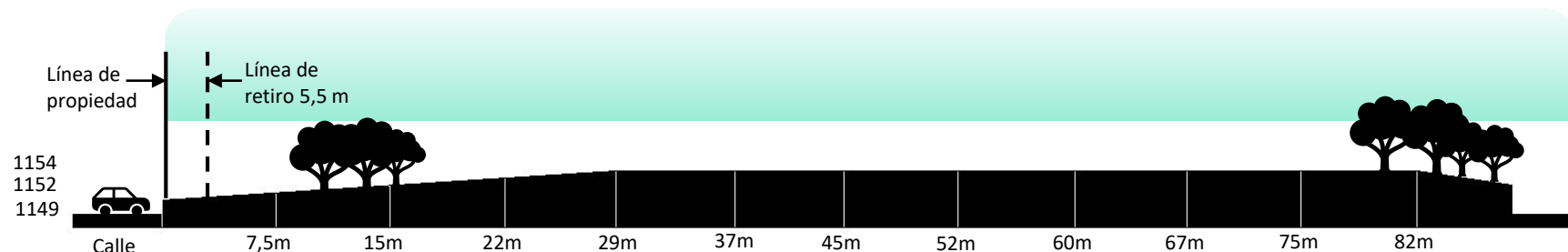
Lat. N 9° 53' 43" Long O 84° 04' 12"



norte

Perfil A-A

sur



oeste

Perfil B-B

este



El perfil de terreno es irregular

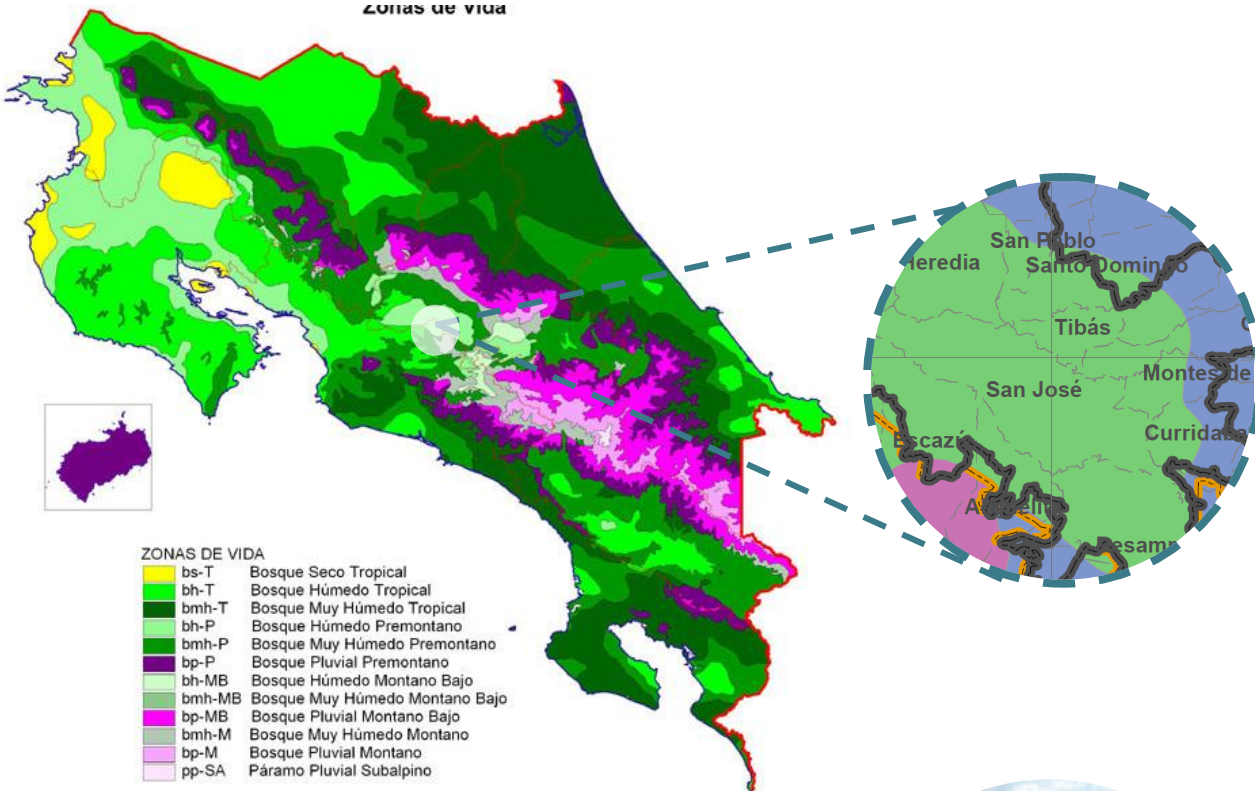
F 101

Tapia de bloques de concreto, altura 2,70m

Zona Residencial

ZONA DE VIDA

Zonas de vida



ZONA DE VIDA

BOSQUE HÚMEDO PREMONTANO

En esta zona de vida se presentan precipitaciones entre 1200 y 2200mm, el bosque original ha desaparecido gradualmente. Abarca el Valle Central.



ZONA SÍSMICA



ZONA SÍSMICA III

Ubicación del proyecto según la zona sísmica de Costa Rica. El lote se encuentra en la provincia de San José, en el cantón de Desamparados y según el mapa de las distribuciones sísmicas del país, el proyecto se encuentra en una ZONA TIPO III, con un suelo de características rígidas, según el Código Sísmico de Costa Rica.

TIPO DE SUELO

Limo rojizo arcilloso de cohesión media, resistencia de 8T/m²

Características:

- Suele tener propiedades absorbentes.
- Consistente en su mayor parte en minerales arcillosos.
- Se secan lentamente.
- Los terrenos secos se pueden partir, pero no reducir a polvo.
- Con la pérdida de agua, se producen asentamientos diferentes.



ANÁLISIS CLIMÁTICO

Se utilizan los datos de la zona de San José, realizado por el Instituto Meteorológico Nacional (IMC), pues comparte características similares con el lote del proyecto en Desamparados, como altitud, cercanía, vegetación, clima, dirección de vientos, entre otros.

Análisis climático de la zona de San José

N 84145 LAT 09° 56 N LONG. 84° 22 O Altitud

Estacion: San José

1172m

Elemnetos	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Setiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Anual
Lluvia	9,1	5,4	12	43,8	222	282,6	208,1	252,2	325	326	139,1	40,3	1865,6
Días de lluvia	3	2	3	7	20	23	21	22	24	25	16	8	173
Temp Max	23,4	23,9	25,1	25,7	26,1	25,7	24,9	25,2	25,8	25,4	24,2	23,4	24,9
Temp Min	15,4	15,3	15,8	16,4	17	16,9	16,3	16,7	16,5	16,4	16,3	15,8	16,2
Temp Med	19,4	19,6	20,5	21,1	21,6	21,3	20,8	20,9	21,1	20,9	20,2	19,6	20,6
Viento	13,7	14,9	14,5	13,2	9,1	8,4	9,9	9,1	7,5	7,4	9,7	12,7	10,8
Humedad	80	79	78	79	83	85	84	85	85	87	84	82	83

Lluvia en milímetros 1mm = 1 litro por m2 / Temperatura en grados Celsius / Viento en kilómetros por hora / Humedad relativa en %

Tabla #4 Análisis climático zona de San José

Fuente: Instituto Meteorológico Nacional



Temperatura
media anual

20,6°

Min 16,2°
Max 24,9°



Precipitación
anual

1865
mm

Más lluvioso:
Mayo-Octubre
Estación seca:
Enero- Marzo



Humedad
relativa anual

83%

Min 78%
Max 87%



Velocidad
viento anual

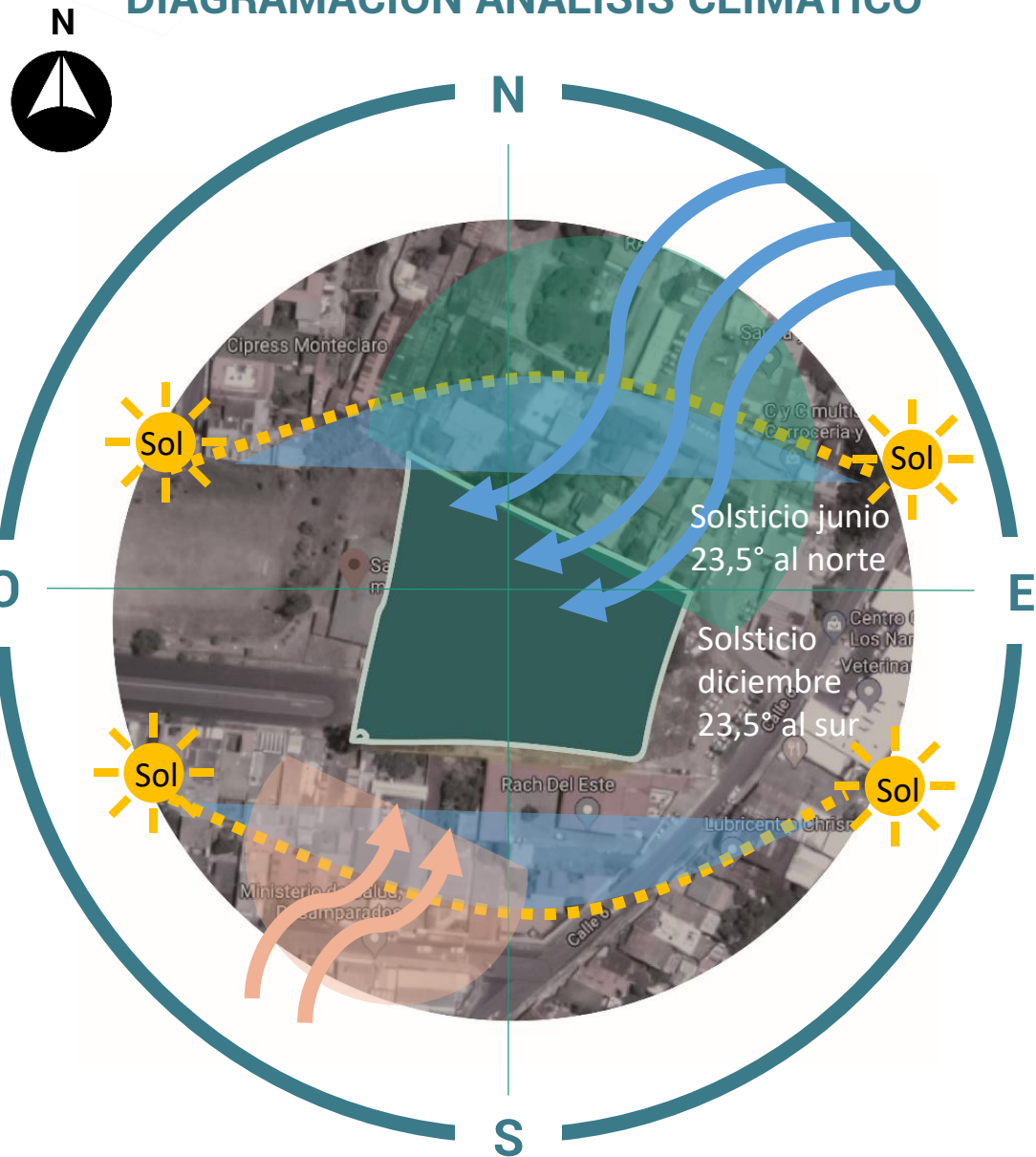
10,8
Km/h

Min 7,4 km/h
Max 14,9 km/h

Meses críticos

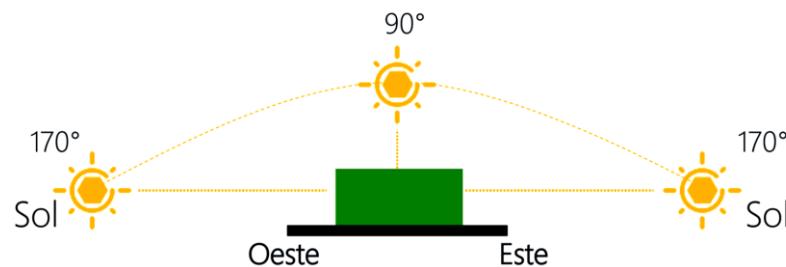
Mayo y Junio
Por el aumento
de lluvias, alta
humedad y
poca ventilación

DIAGRAMACIÓN ANÁLISIS CLIMÁTICO

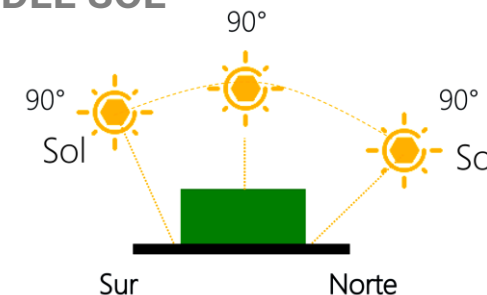


F 102

SENTIDO RECORRIDO DEL SOL

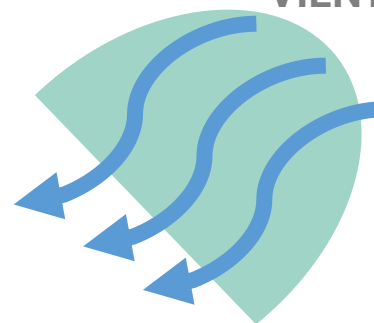


En sentido este-oeste, las fachadas del proyecto serán afectadas por la radiación del sol durante todo el día (mañana y tarde, respectivamente).

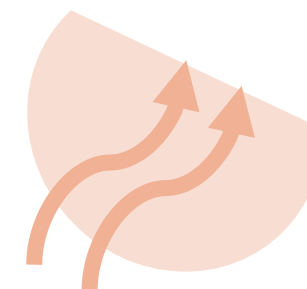


En sentido norte-sur, las fachadas del proyecto serán afectadas por la radiación, según la época del año, por el ángulo del recorrido del sol.

VIENTOS Y MASAS DE AIRE



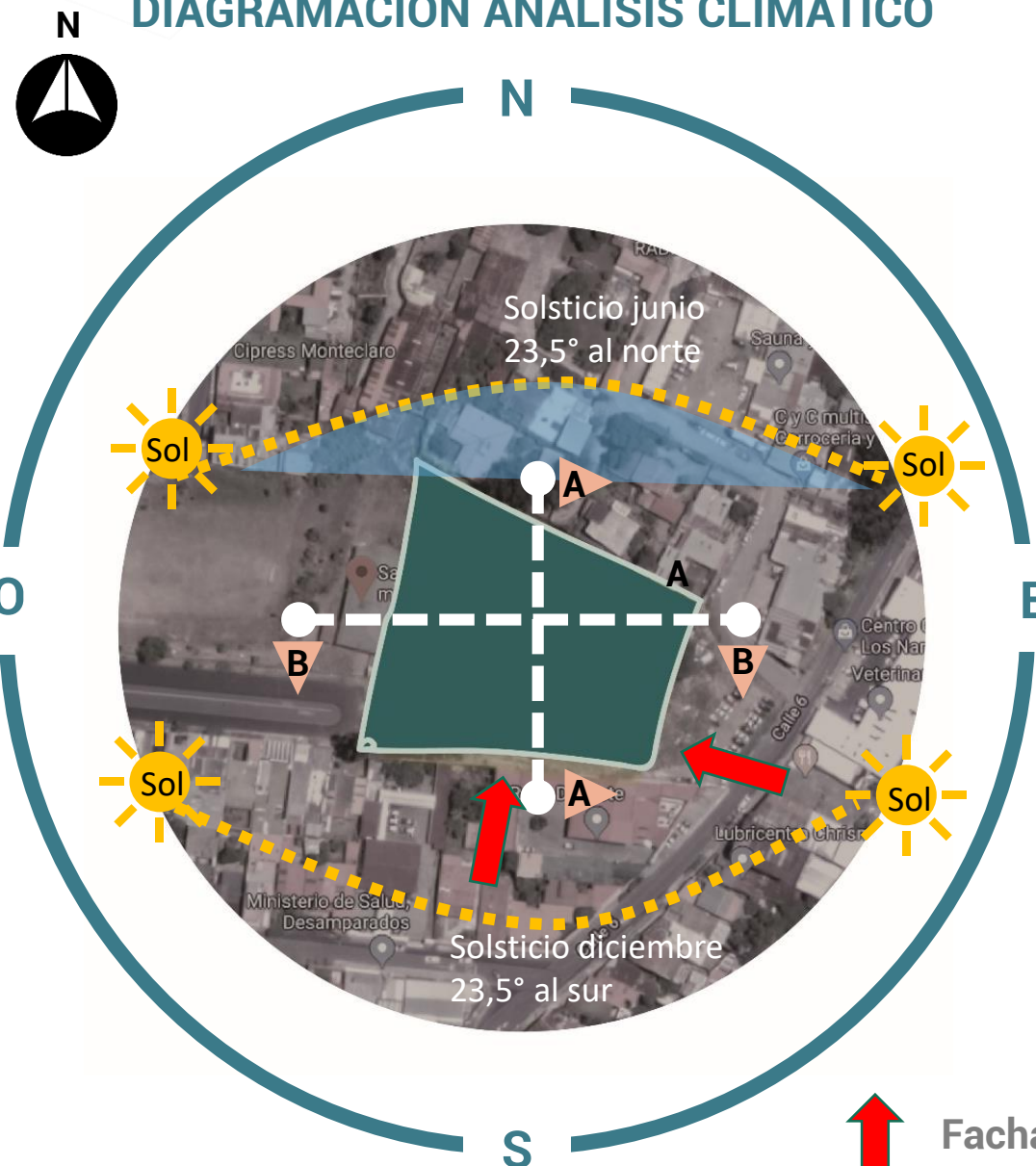
Vientos predominantes



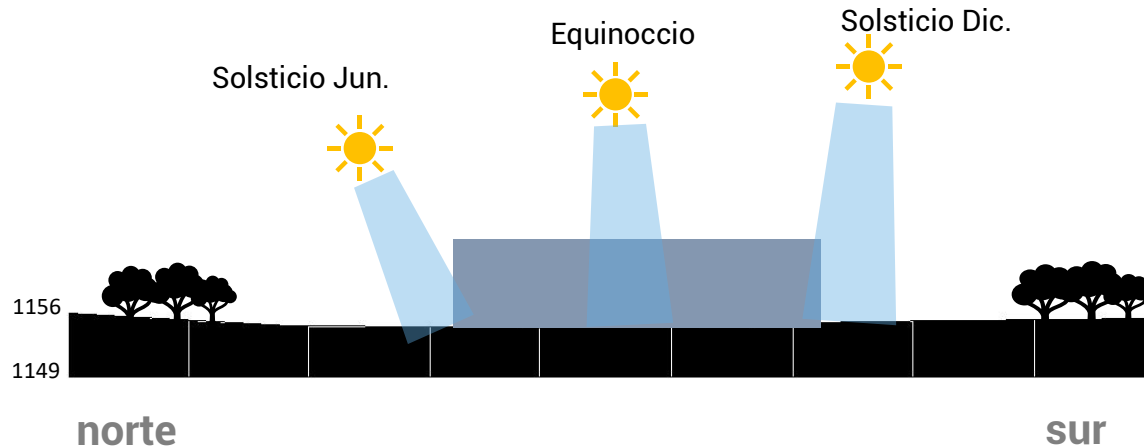
Vientos secundarios

Las principales masas de aire y viento provienen del noreste y mueven los vientos continentales que condicionan el micro clima de la zona de Desamparados. Además, existen vientos secundarios provenientes del suroeste (Mar Caribe) que soplan sobre Costa Rica desde noviembre hasta mediados de mayo de cada año

DIAGRAMACIÓN ANÁLISIS CLIMÁTICO

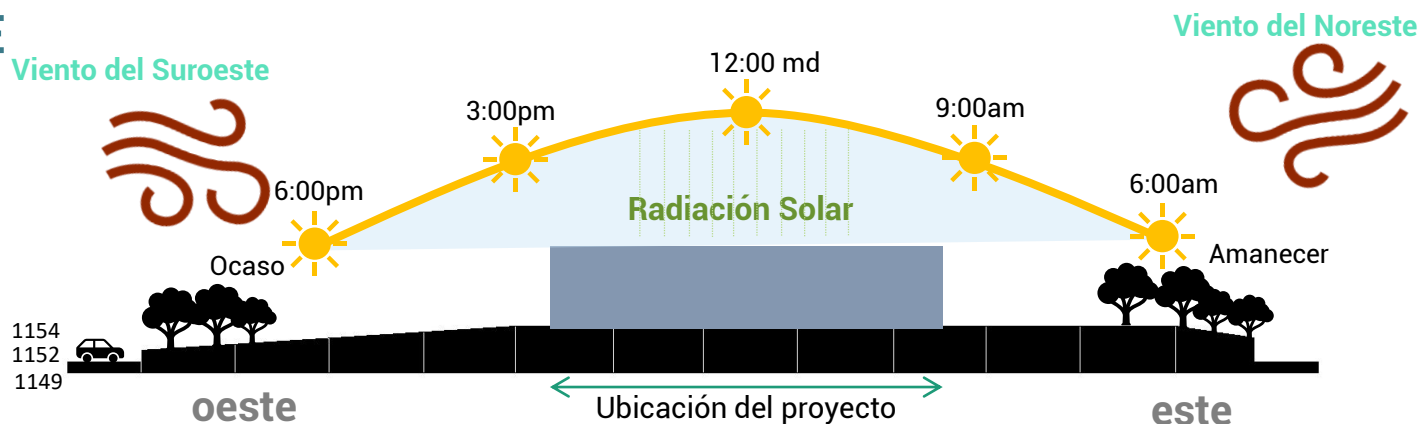


Lat. N 9° 53 43" Long. O 84° 04 12"




Perfil Climático A-A

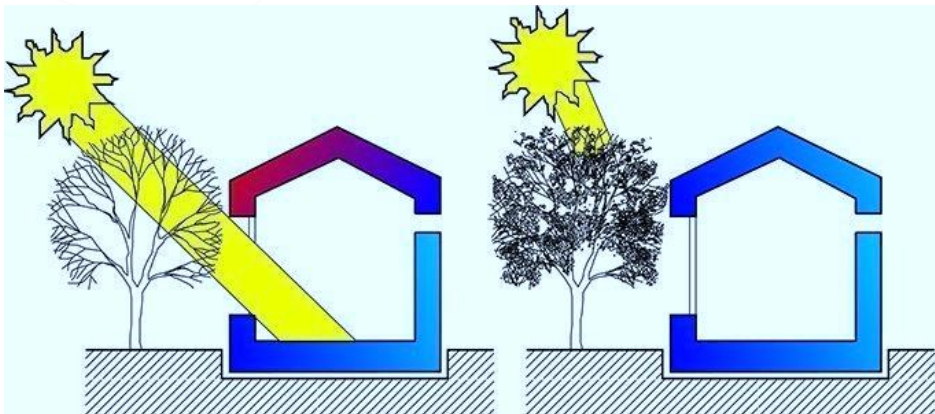
F 103



Perfil Climático B-B

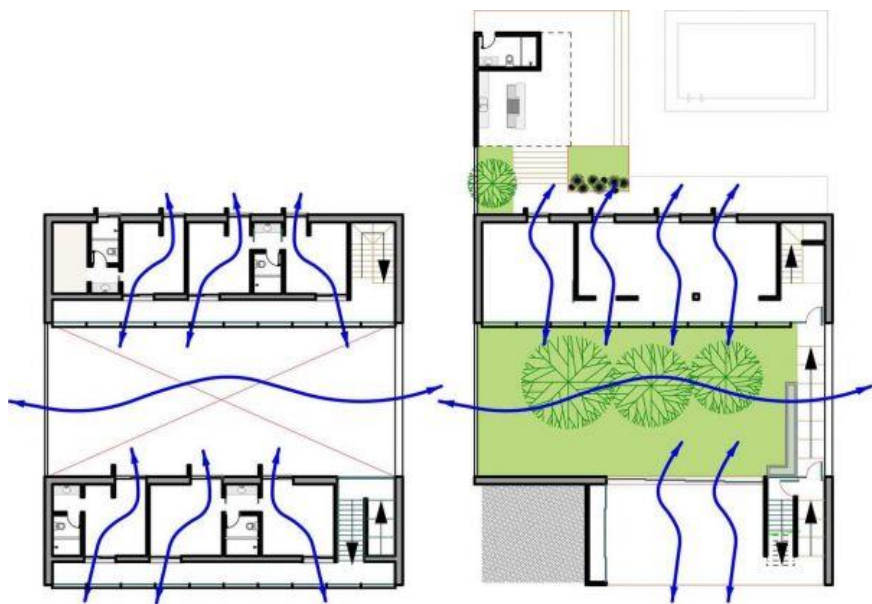
F 104

 Fachadas más críticas este y sur



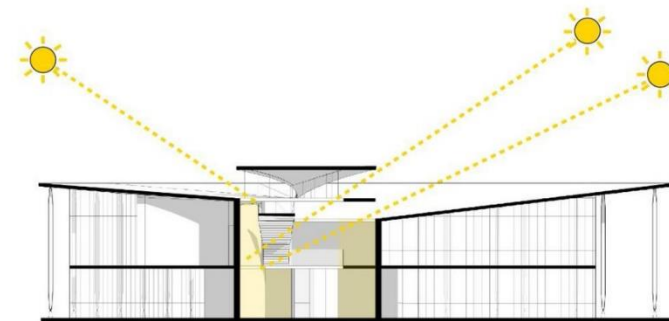
ARBOLIZACIÓN

Utilizar la adecuada arborización dependiendo de su altura y región, genera cambios positivos en este proyecto, brinda frescura, sombra y oxigenación continua.



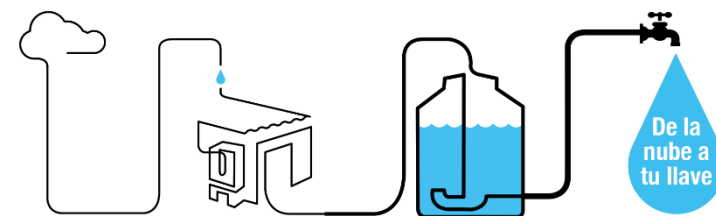
PLANTA

Una correcta solución en planta arquitectónica, provee flujos de aire continuos, se debe generar patios internos para la salida adecuada del aire caliente y entrada del aire fresco.



ILUMINACION CENTRAL NATURAL

Aprovechar la iluminación solar natural como garantía para mejorar la calidad espacial de los edificios, además de ahorrar energía.



TANQUE CAPTACION AGUA LLUVIA

Consientes de la importancia del agua y la captación en edificaciones, es una solución bastante factible para este proceso, así minimizar tanto la contaminación como el desperdicio del líquido vital para la existencia.

Capítulo

4

Análisis Urbano

1. Descripción del proyecto
2. Concepto.
3. Metáfora.
4. Programa arquitectónico.
5. Zonificación
6. Diseño del proyecto
 - 6.1 Plantas arquitectónicas.
 - 6.2 Estructural.
 - 6.3 Plantas de cubiertas.
 - 6.4 Rutas de evacuación.
 - 6.5 Fachadas.
 - 6.6 Secciones.
7. Vistas del proyecto.
8. Conclusiones del proyecto.



Este proyecto es una propuesta arquitectónica para la infraestructura del Hogar Integral para la Atención de Ancianos Manos Amigas. Esta se realizó bajo la indicación del actual Centro Diurno Manos Amigas con la representación de Ana Patricia Ramírez, presidenta de dicho centro. La propuesta se enfoca en ofrecer a la población instalaciones modernas y amplias para ser equipadas con equipos de última tecnología y brindar al paciente atención y tratamientos de calidad.

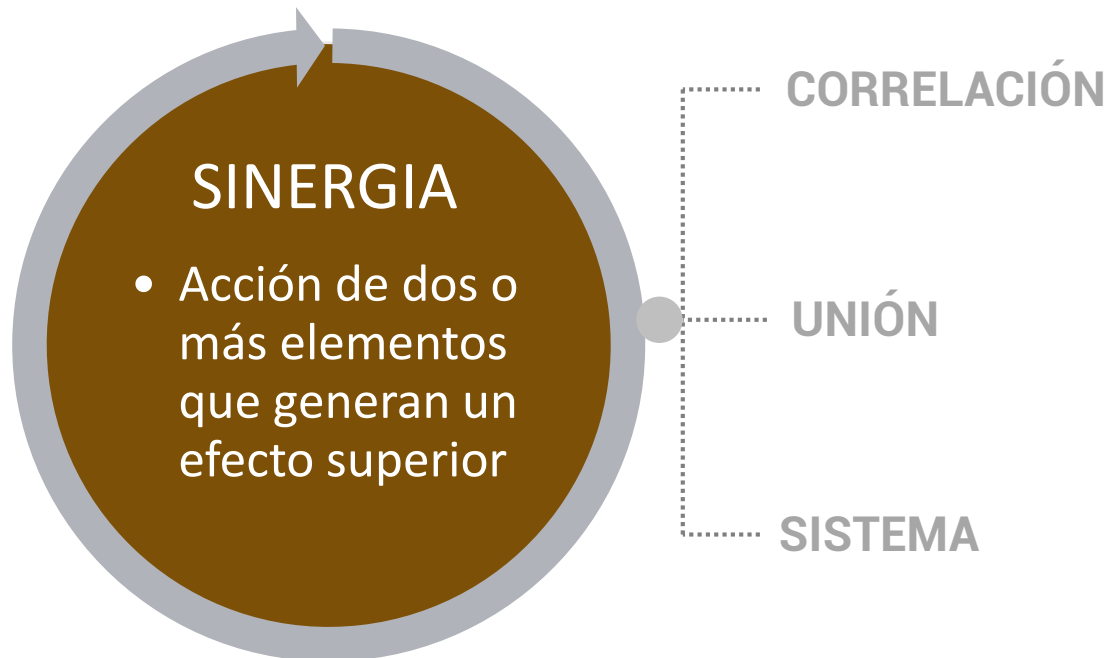
En conjunto con la Municipalidad de Desamparados, se propone a construir un edificio destinado para albergar a personas adultas mayores en riesgo social. Dicho edificio contará con todas las normativas que rige la ley, espacios funcionales, donde intervenga un buen diseño arquitectónico, todo lo anterior en pro de estas personas que tanto lo necesitan.



F 105



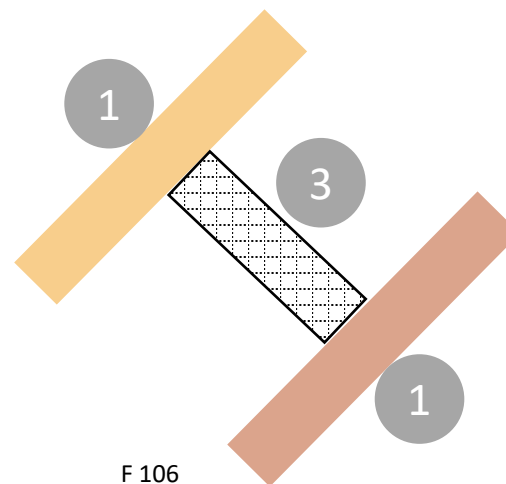
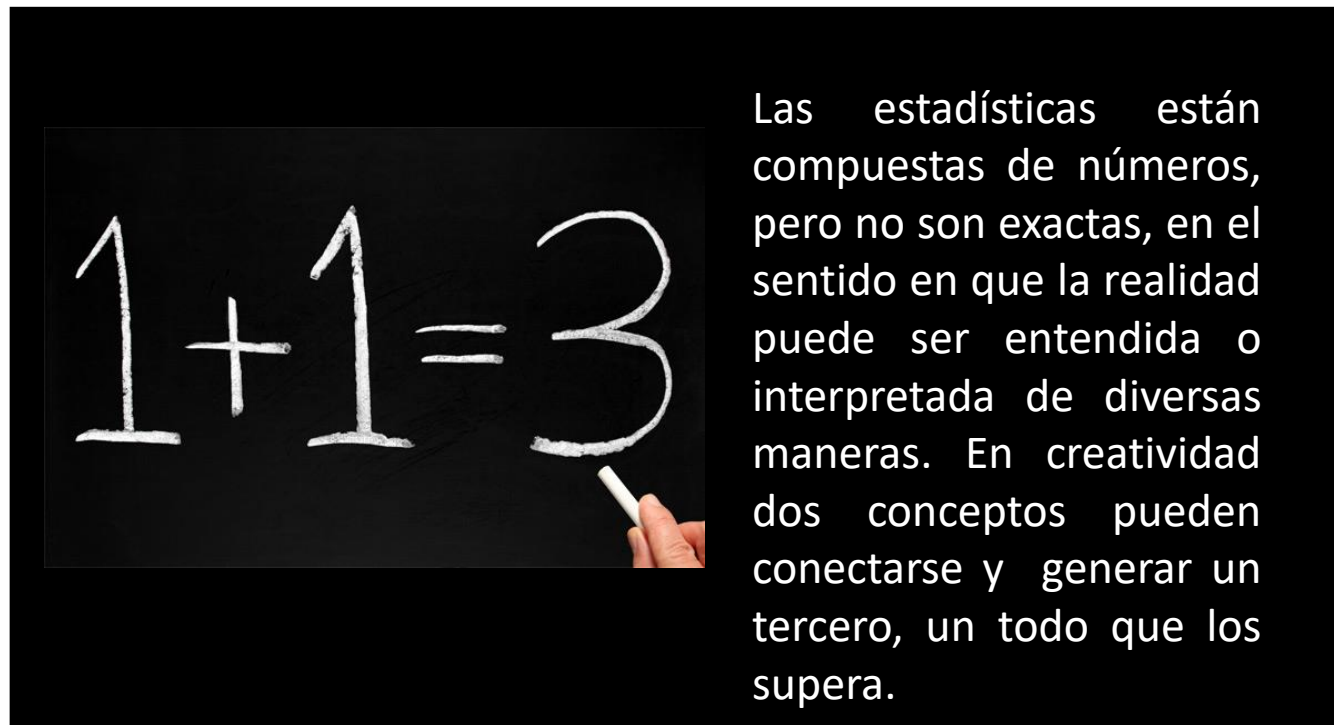
CONCEPTO



La sinergia permitirá llegar más lejos y esta solo se produce cuando hay un equipo. Es por eso que es tan importante la unión y trabajar en una misma dirección, porque esto permitirá alcanzar objetivos que individualmente no se podría ni llegar a imaginar. No se trata de sumar dos personas sino de unirlas para crear algo nuevo. **CALIDAD DE VIDA**

1 Espacios

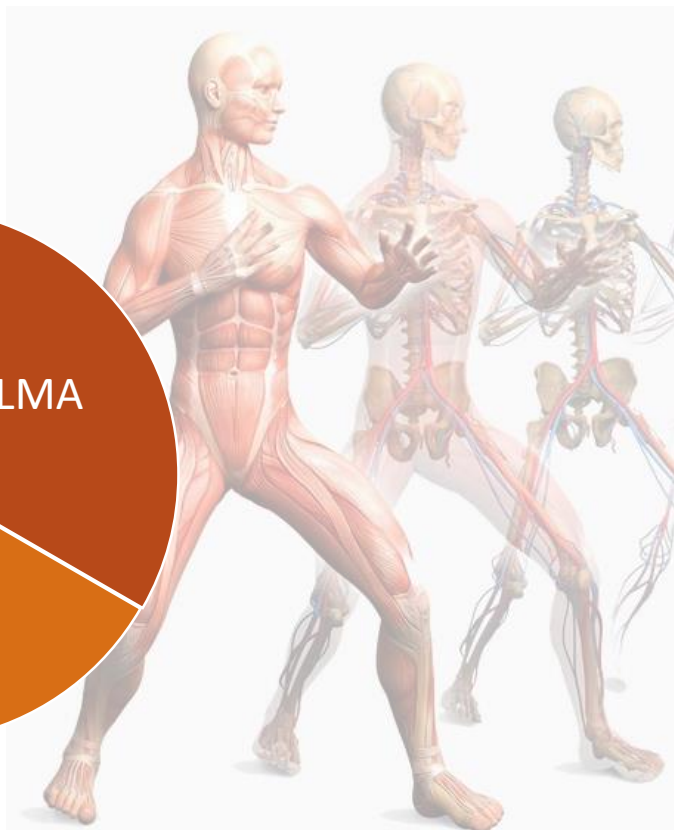
3 Transición



METÁFORA

SER TRIPARTITO

Todo ser humano es tripartito, es decir, está conformado por espíritu, alma y cuerpo. El espíritu y alma son elementos intangibles, mientras que el cuerpo es tangible.



F 107

CUERPO

ALMA

ESPÍRITU

CUERPO

- Anatomía
- Morfología
- Fisiología

ALMA

- Mente
- Emociones
- Voluntad

ESPÍRITU

- Intuición
- Conciencia
- Comunicación

Área	Unidad	m2	Total por área	Costo aproximado		
Area convivencia						
\$ 600,00	Salon multiuso	138	913	\$ 547 800,00		
	Área computación	36				
	Espacio de oración	75				
	Cafetería	54				
	Espacio de lectura	36				
	Velatorio	27				
	Sala TV	59				
	Huertas	88				
	Bateria de baños	400				
Area Médica						
\$ 1 600,00	Hidroterapia	125	871	\$ 1 393 600,00		
	Terapias	330				
	Sala de recuperación	103				
	Consultorios médicos	77				
	Habitaciones médicas	144				
	Tratamientos médicos	92				
Area Residencial						
\$ 750,00	Habitaciones dobles	215	928	\$ 696 000,00		
	Habitaciones triples	116				
	Salones mujeres	379				
	Salones Hombres	218				
Area Administrativa						
\$ 600,00	Oficinas	76	199	\$ 119 400,00		
	Comedor	37				
	Recepción	31				
	Sala reuniones	18				
	Baños administrativos	37				
Area servicio						
\$ 650,00	Cocina	38	1566	\$ 1 017 900,00		
	Comedor	105				
	Enfermería	72				
	Lavandería	111				
	Habitaciones de servicio	48				
	Proveduría	30				
	Bodegas y cuarto elect	123				
	Escaleras de emergencia	84				
	Ductos verticales	90				
	Elevadores	48				
	Circulación	817				
Areas externas						
\$ 300,00	Área Verde y jardines	1880			4550	\$ 1 365 000,00
	Parqueos	413				
	Área externa	2221				
	Planta tratamiento	36				
Total construccion		m2	9027	\$ 5 139 700,00		
Lote		m2	6759	\$ 500 000,00		
TOTAL				\$ 5 639 700,00		

3101.000.000 colones



5.1.13.2. Tipo HP02 Grado Hospitalario Vida Útil 60 años.

Estructura: Columnas y vigas de concreto armado, prefabricado o colado en sitio o perfiles metálicos. Diseño estructural conforme al Código Sísmico vigente en su apartado para edificaciones de Servicios de Salud.

Paredes: Bloques de concreto exterior o interior y/o paredes interiores de paneles divisiones livianas en vidrio o sistema modulares de oficinas, fachaletas, algunas áreas con enchapes, paredes con fibra para el cortafuego en ductos de escaleras de emergencia.

Cubierta: Cerchas de perfiles metálicos. Lámina estructural de hierro esmaltado, policarbonatos, láminas metalock. Canoas y bajantes de hierro galvanizado y de PVC.

Cielos Suspendidos: (gypsum) o similar con pasta y pintura (apariencia corrida) o cielos metálicos.

Entrepisos: Viguetas pretensadas

Pisos: Contrapiso o entepiso de concreto con recubrimiento de: terrazo, porcelanato, vinílico y pisos antideslizante.

Baños Baterías: con toda la normativa de accesibilidad.

Puertas: de doble hoja de metal, marcos de puertas y ventanas de acero, vidrios especiales contra incendios.

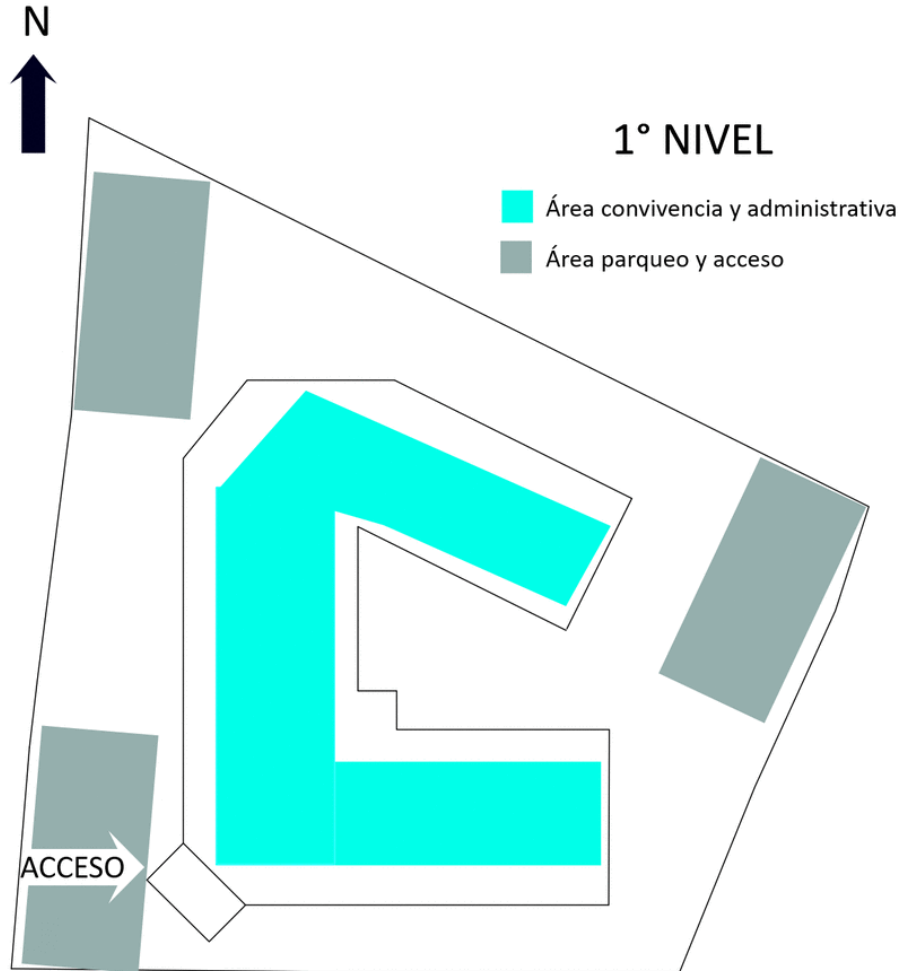
Otros Edificios construidos de conformidad con la infraestructura: áreas o servicios médicos, mantenimiento (talleres), casa de máquinas, bodegas de almacenaje.

Equipamiento Industrial: casa de máquinas, planta eléctrica, sistema de seguridad y vigilancia, sistema de altavoz, sistema contra incendios, sistema de agua caliente, planta de tratamientos.

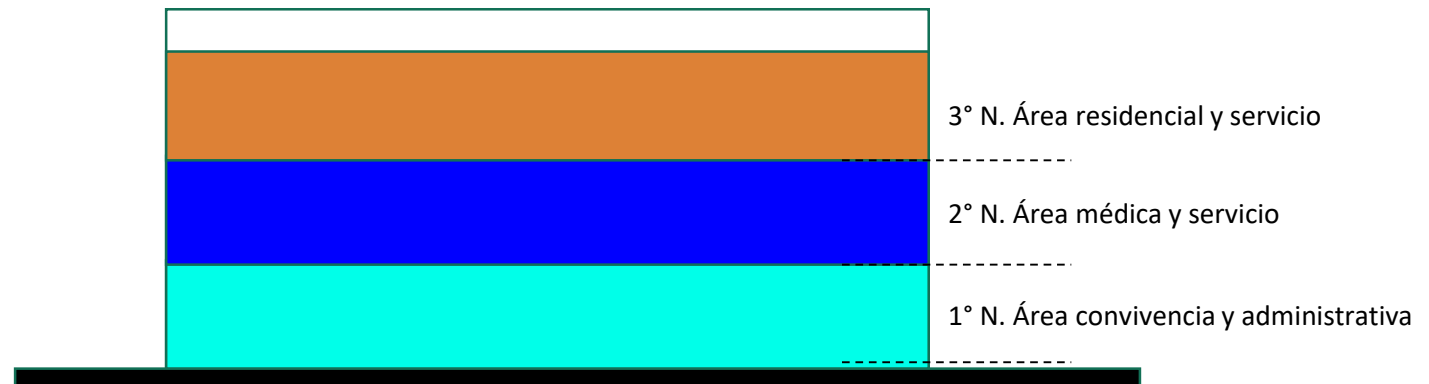
VALOR €925 000 / m²

Según criterio de ingenieros con experiencia en construcción de proyectos de alto volumen, y siguiendo los valores constructivos según el Ministerio de Hacienda en su versión Octubre 2017

ZONIFICACIÓN



F 108



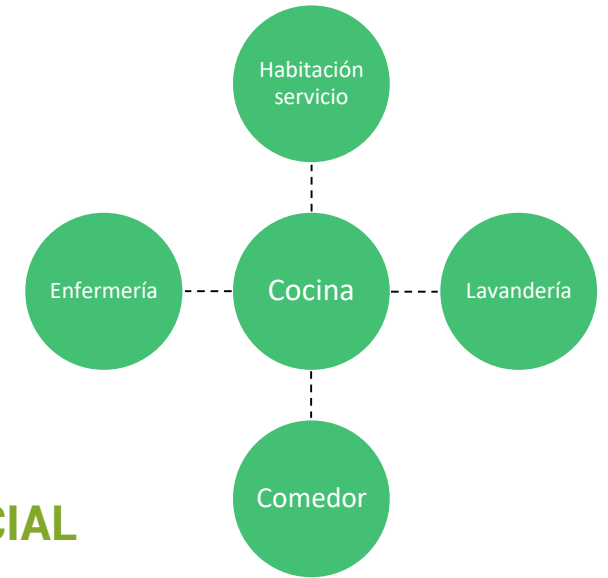
ÁREA CONVIVENCIA



ÁREA ADMINISTRATIVA



ÁREA SERVICIO

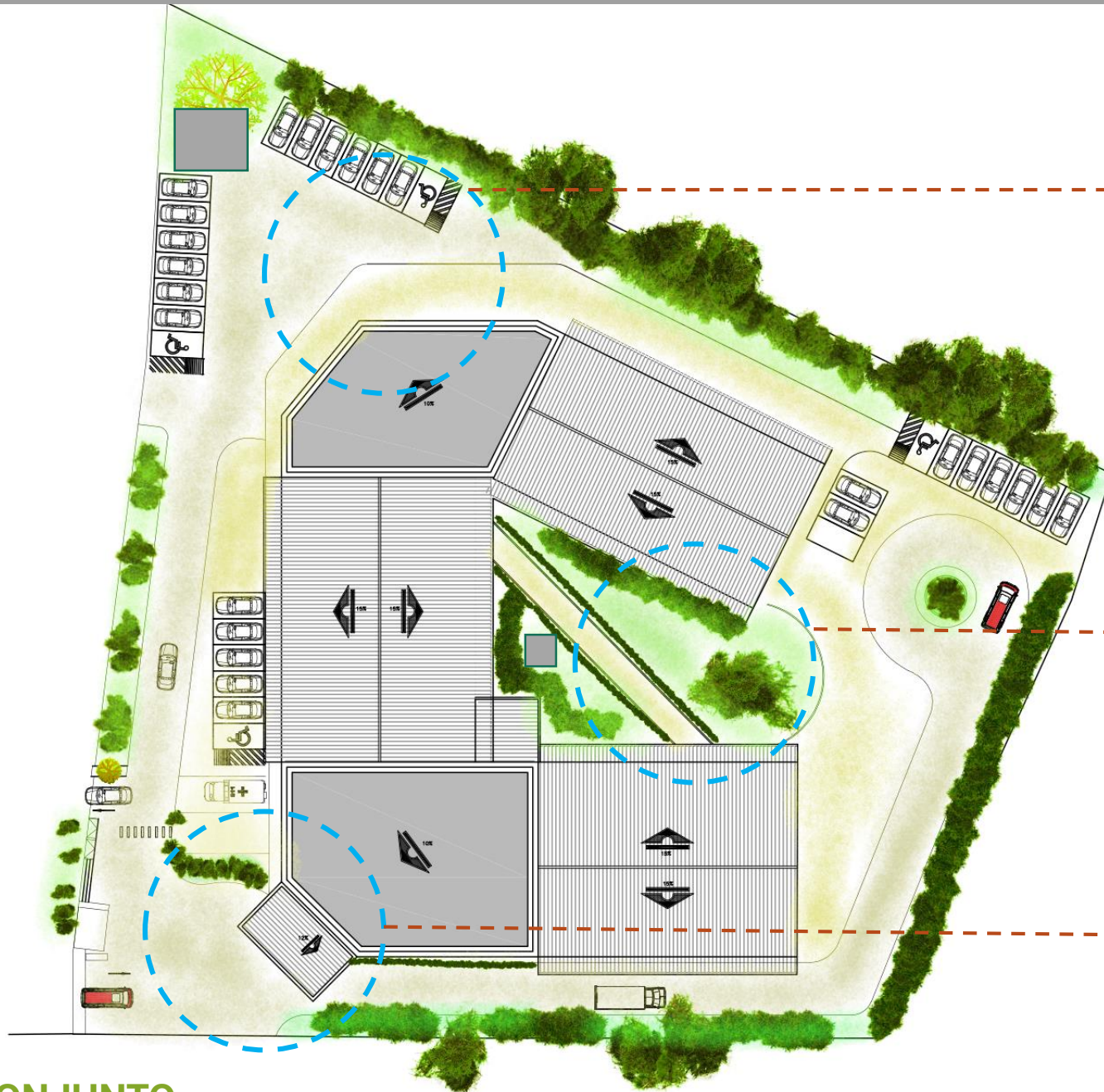


ÁREA MÉDICA



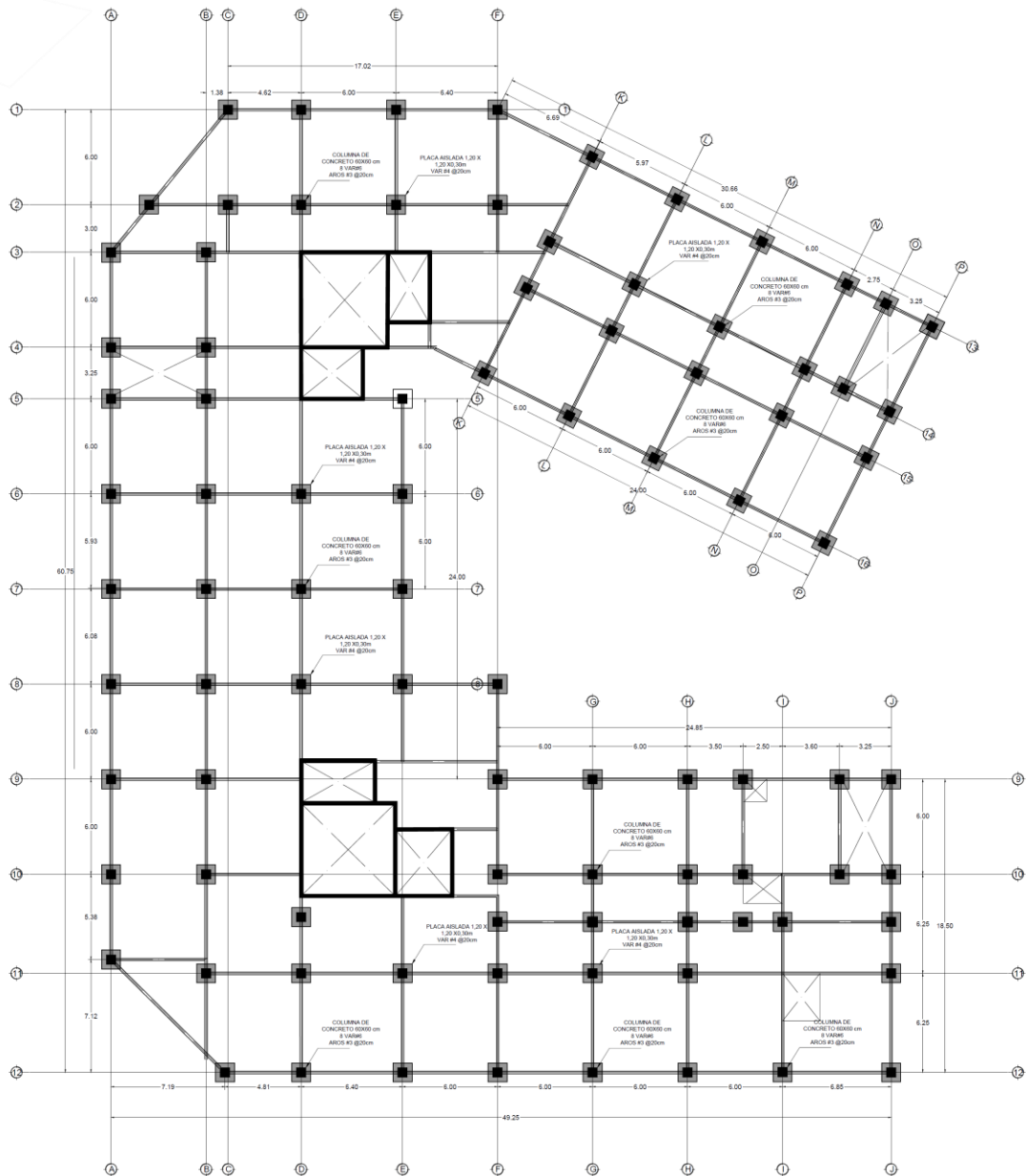
ÁREA RESIDENCIAL



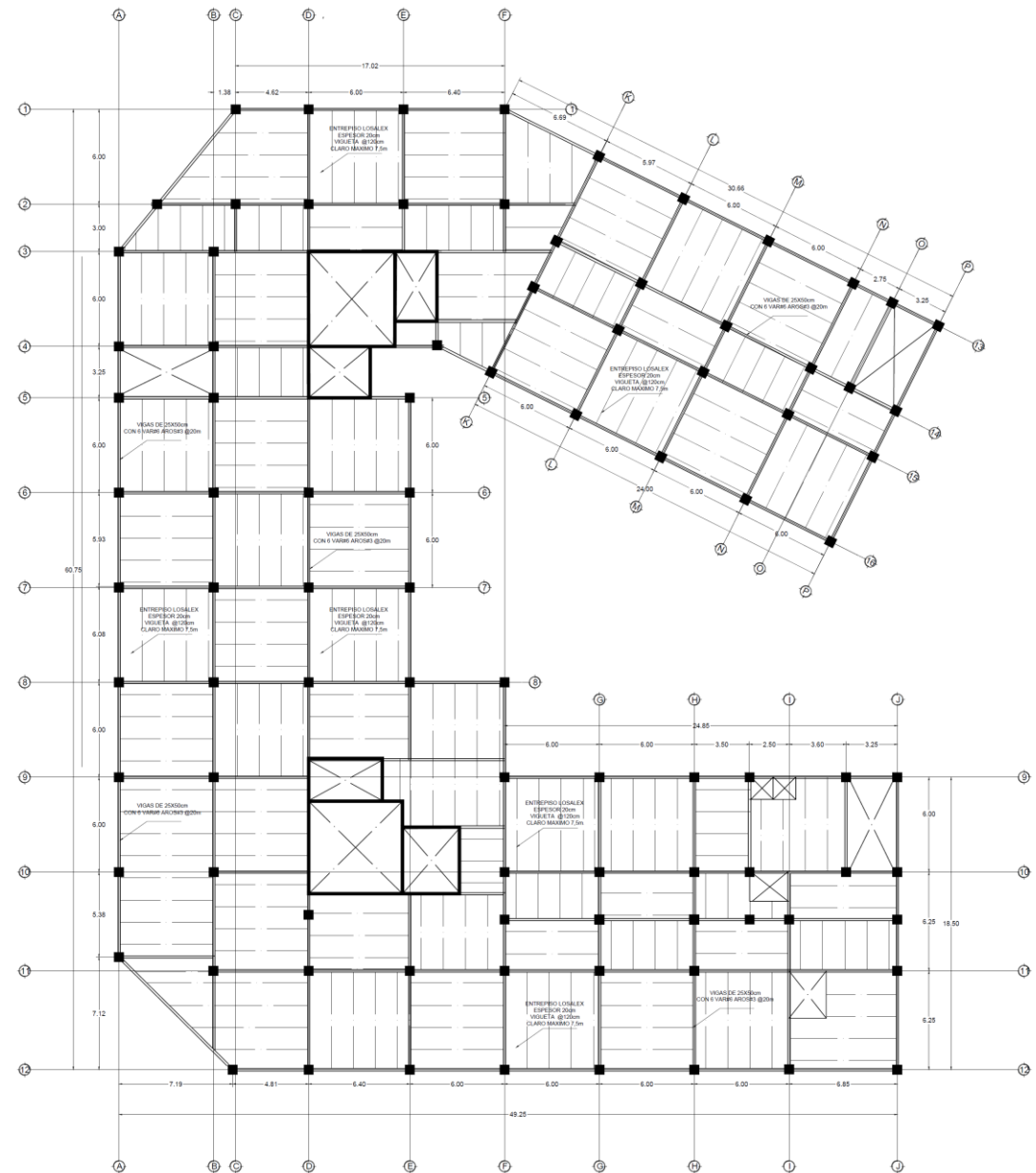




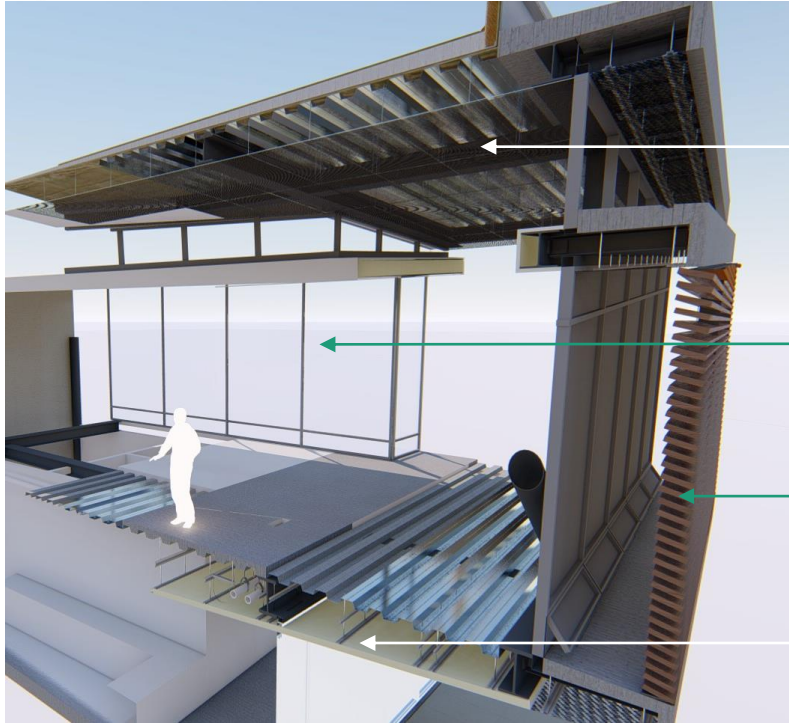
PLANTA ARQUITECTÓNICA 1°NIVEL



PLANTA ESTRUCTURAL CIMINETOS Y COLUMNAS



PLANTA ESTRUCTURAL DE ENTREPISOS

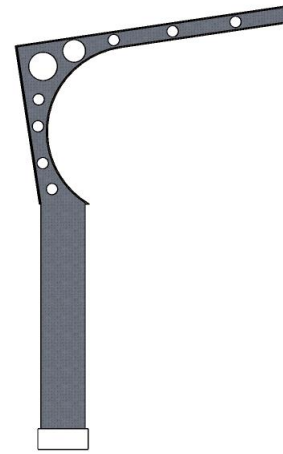


ESTRUCTURA CUBIERTA

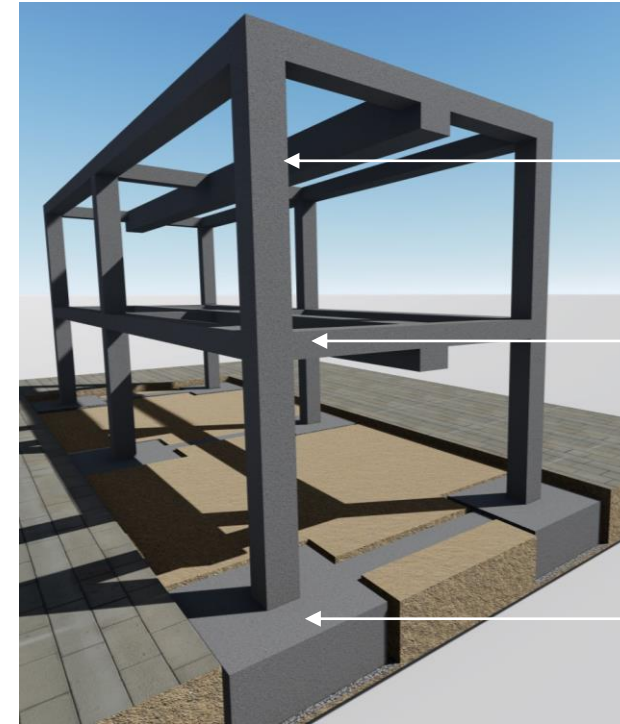
ILUMINACIÓN NATURAL

PARASOL

ENTREPISO LOSALEX 20cm



COLUMNA METÁLICA PREFABRICADA

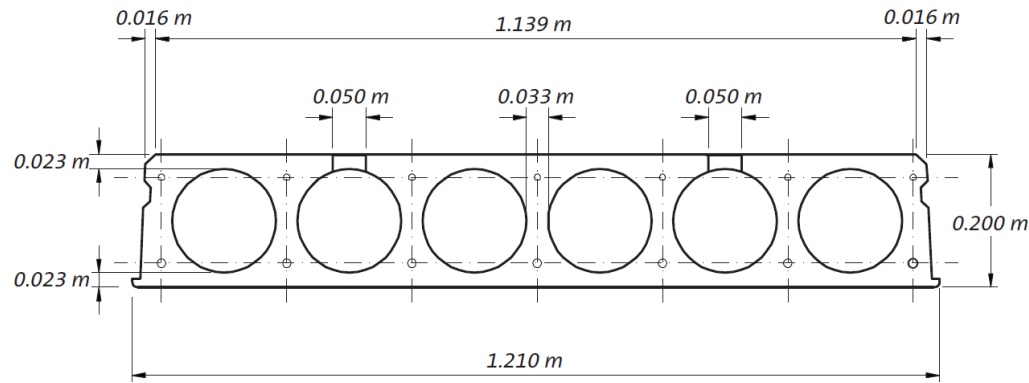


COLUMNA CONCRETO 60X60cm 8 VAR#6

ENTREPISO LOSALEX 20cm

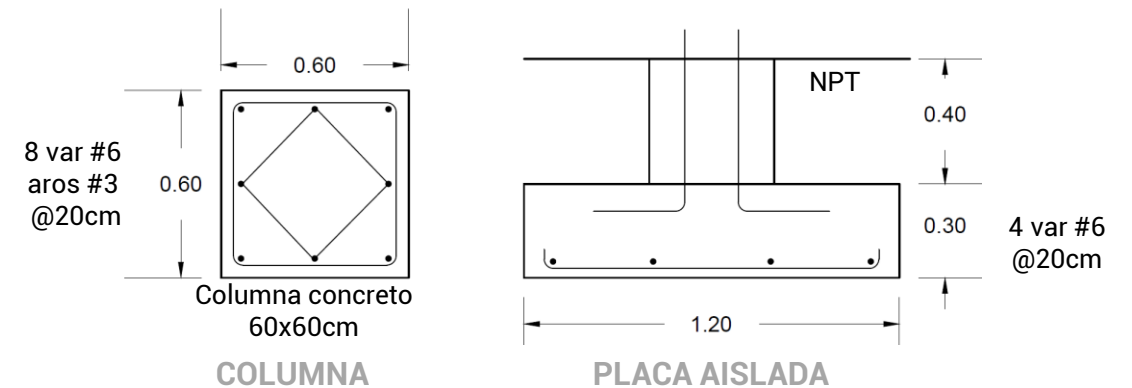
PLACA AISLADA 120X30cm

ENTREPISO LOSALEX 20cm



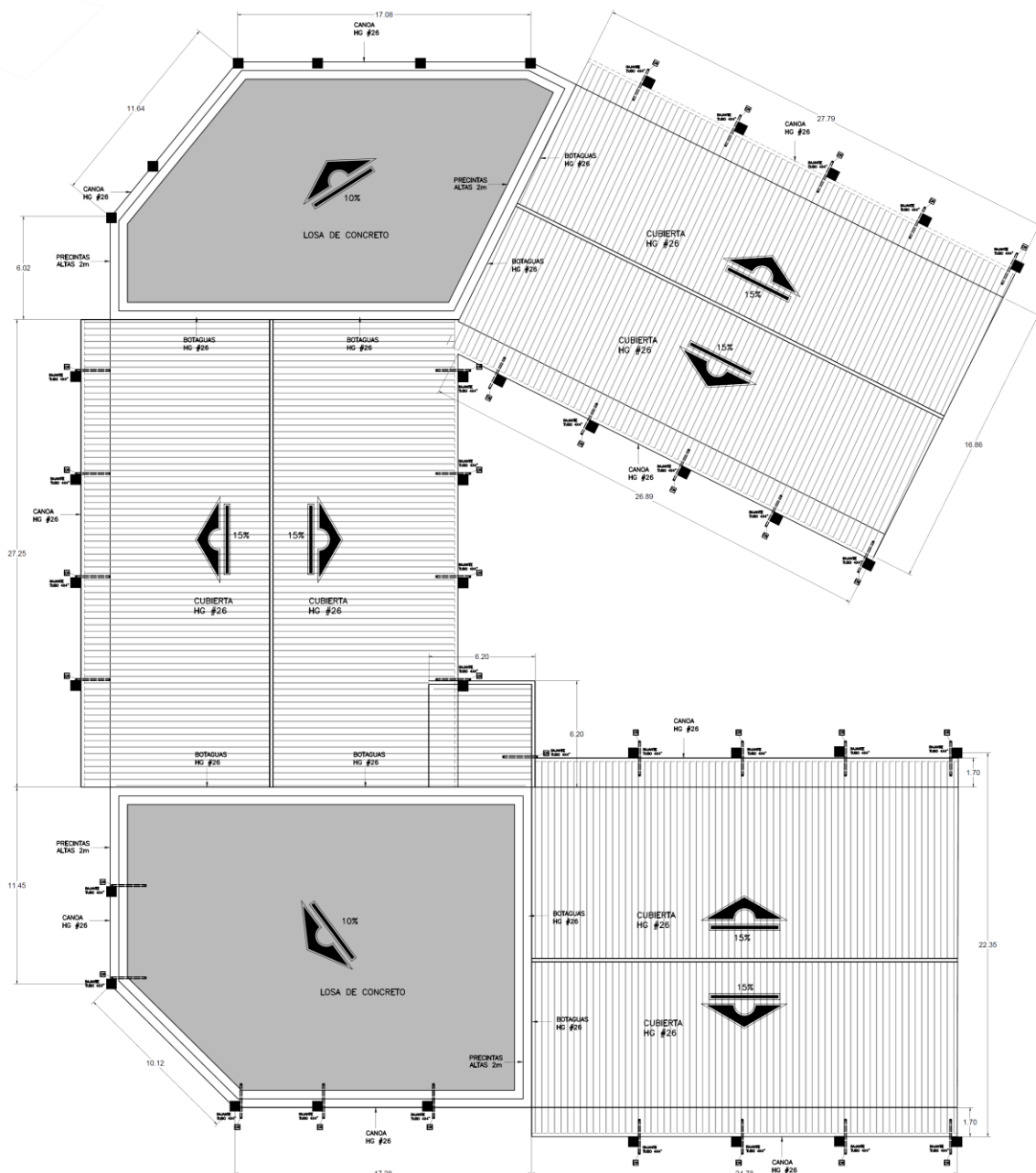
ENTREPISO LOSALEX 20cm

ENTREPISO LOSALEX 25cm

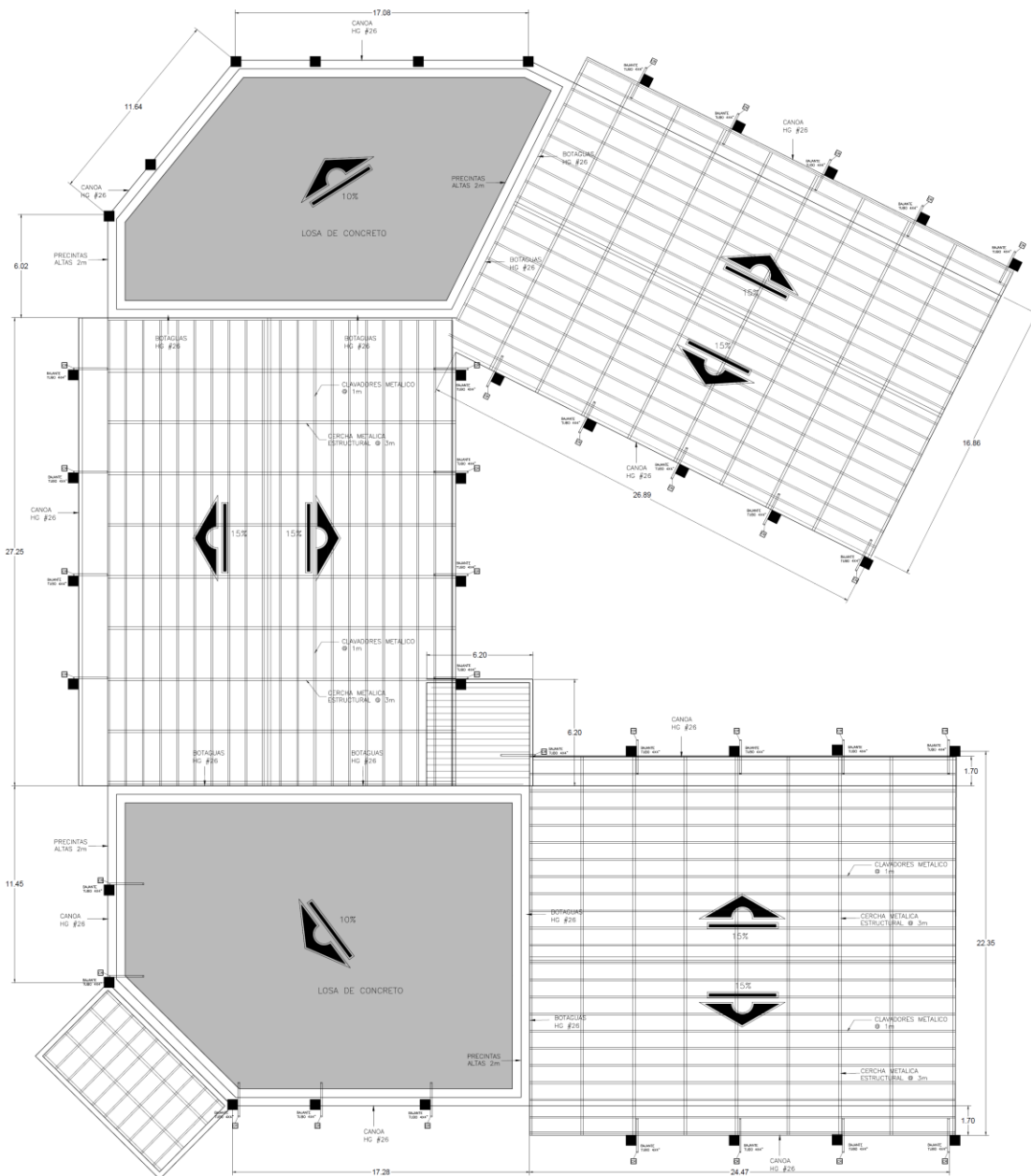


COLUMNA

PLACA AISLADA



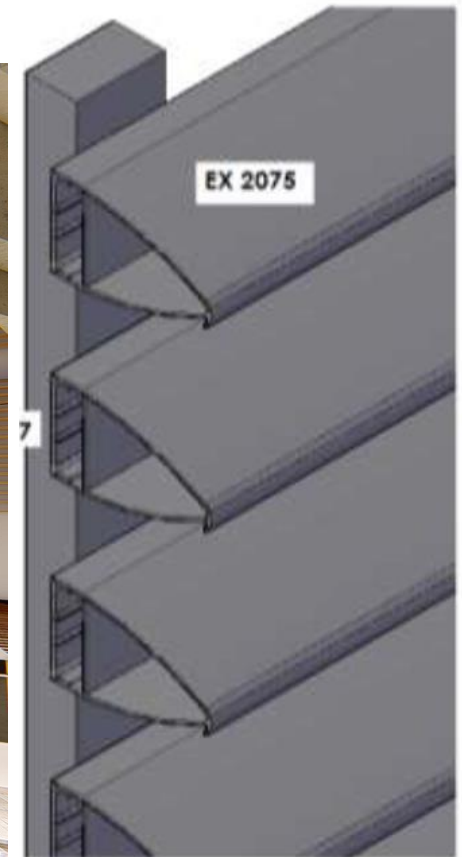
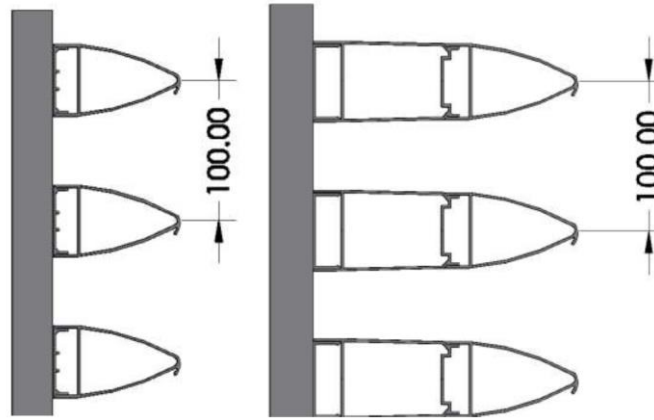
PLANTA DE CUBIERTAS

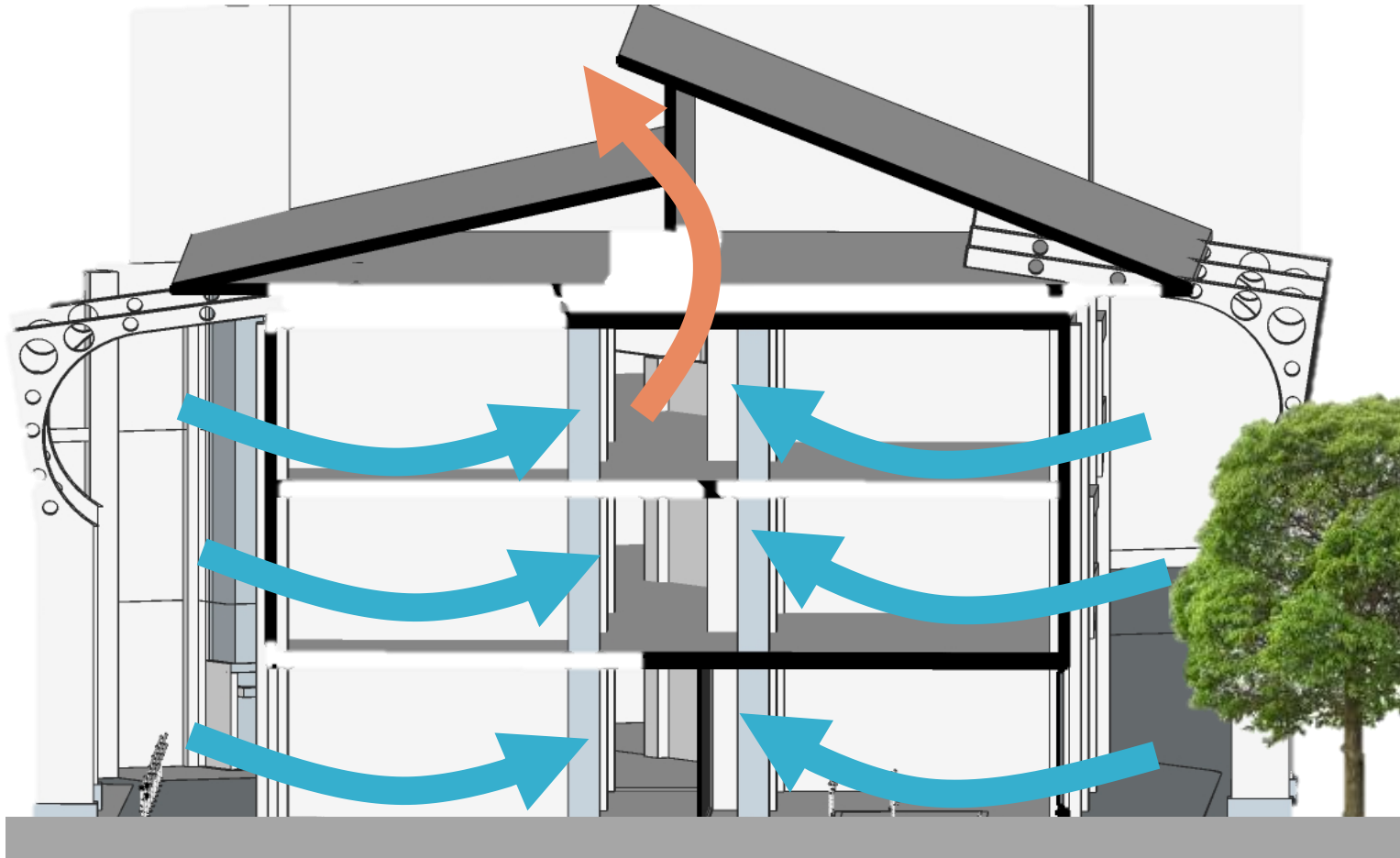


PLANTA DE ESTRUCTURAL CUBIERTAS

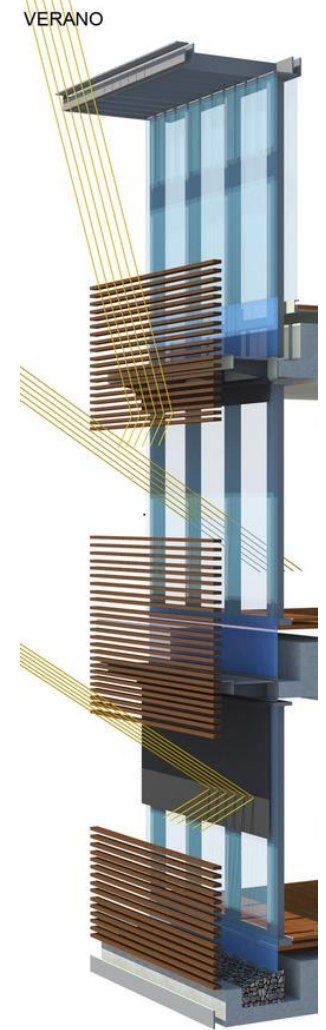
Sistema Parasol Semiovalado Balance Serie 90 extralum

El sistema de Parasol semiovalado balance serie 90, posee una estética curva y la incorporación de un botaguas reduciendo la acumulación de agua en la parte inferior del perfil, además de proporcionar un grado de asolación variable y eficiente. Está compuesto por dos perfiles, que se fija a la estructura. Conforman sistemas de fácil instalación que aportan a la edificación unos valores ideales de iluminación y ventilación, al mismo tiempo que la enriquecen estéticamente gracias a su diseño.

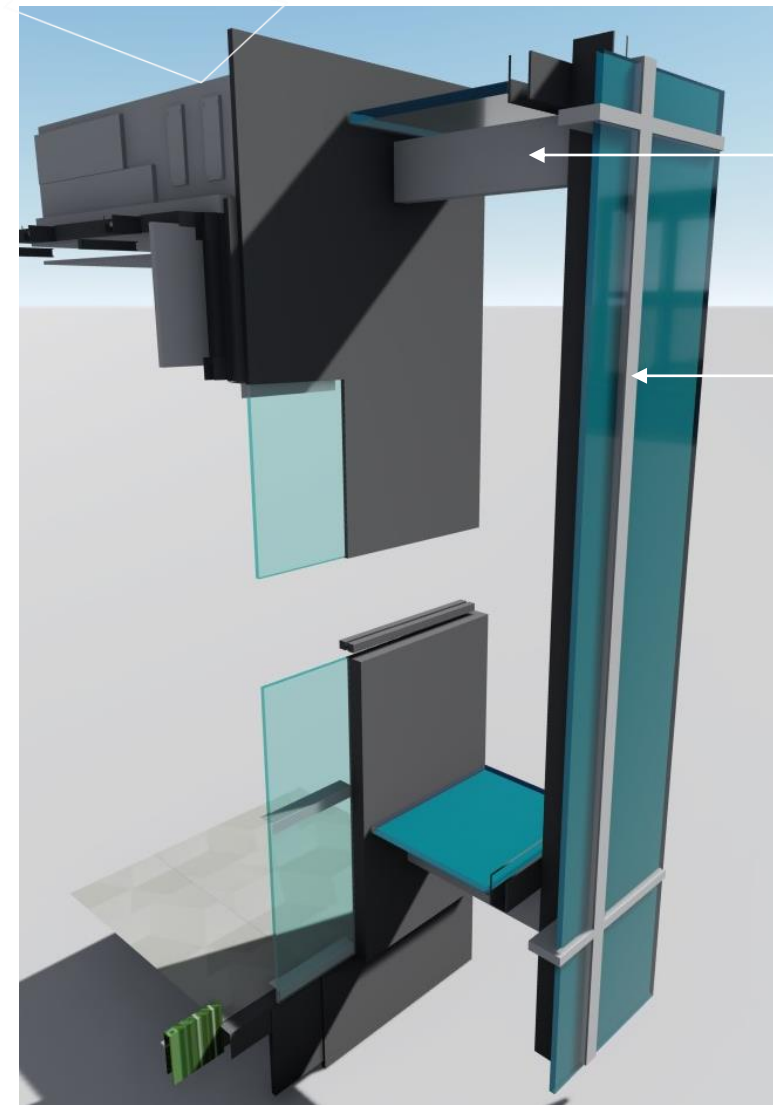




SECCIONES EN PERSPECTIVA



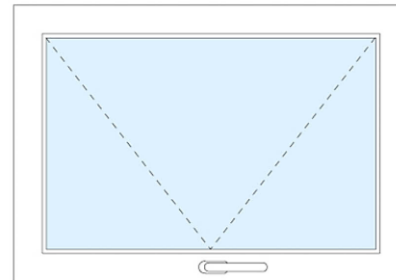
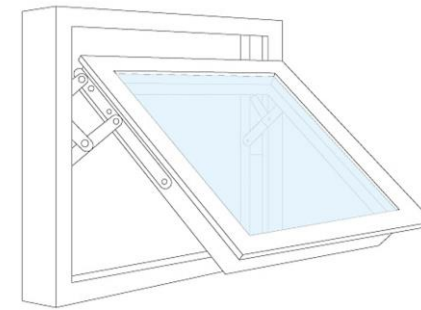
UTILIZACIÓN DE PARASOLES



VIGAS DE
CONCRETO

VIDRIO
TEMPERADO
CON CAMARA
DE AIRE
CENTRAL

SECCIÓN VENTANA EN DUCTO DE ESCALERA



DETALLE VENTANA SUPERIOR ABATIBLE



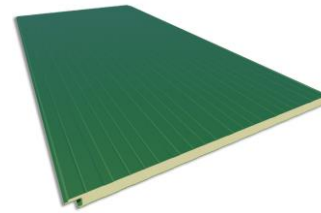
PERGOLAS DE MADERA EXTERIORES



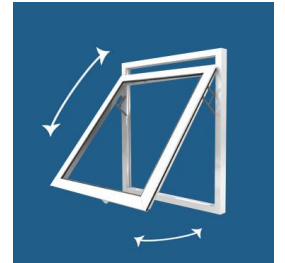
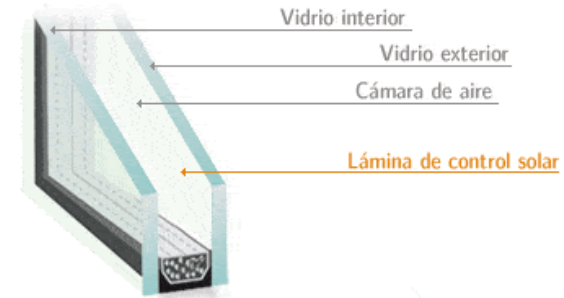
PRECINTA
PLYROCK
8MM 20X2.44 cm



LÁMINA HG
RECTANGULAR #26



VOLUMEN SALIENTE
DE PANEL PERFILADO
ESPEOR 40MM
COLOR VERDE



VENTANA ABATIBLE
ABERTURA SUPERIOR





Columna metálica prefabricada

Lámina HG rectangular #26

Columna concreto con revestimiento

Volumen saliente de panel perfilado espesor 40mm color verde

Precinta plyrock 8mm 20x2.44 cm

Acceso

Caseta de seguridad

FACHADA NORTE

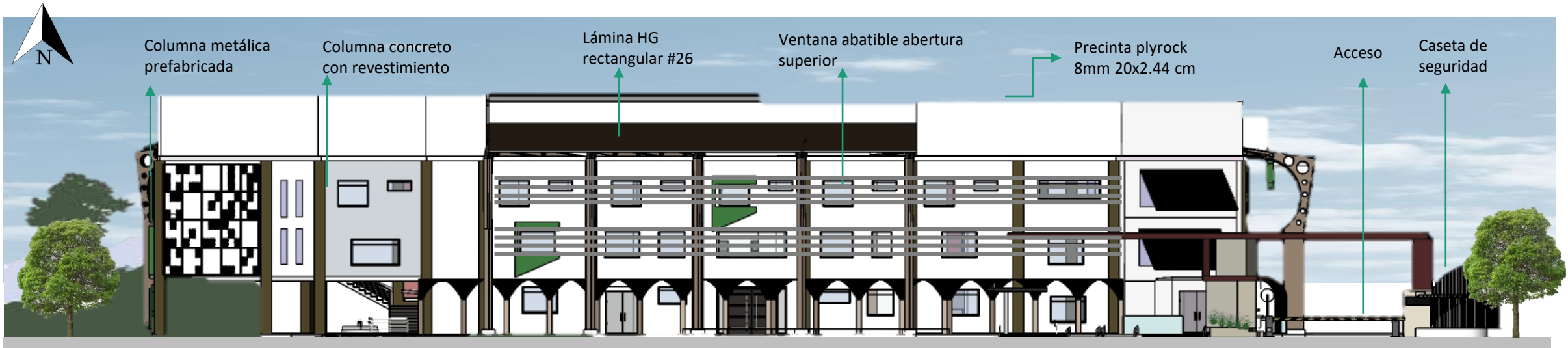
Sistema Parasol Semiovalado Balance Serie 90 extralum

Ventana abatible abertura superior

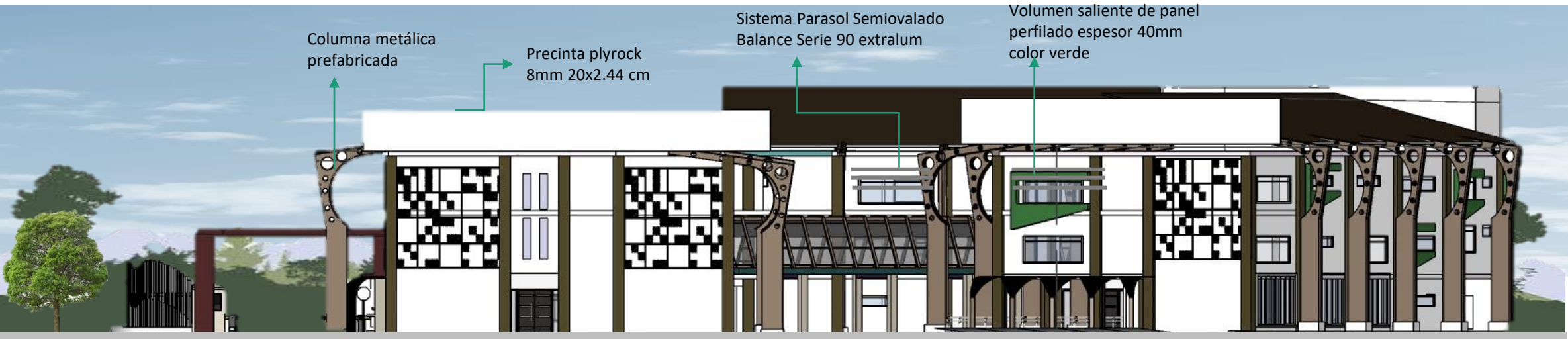
Volumen saliente de panel perfilado espesor 40mm color verde

Cuadrícula decorativa de panel perfilado espesor 40mm color verde

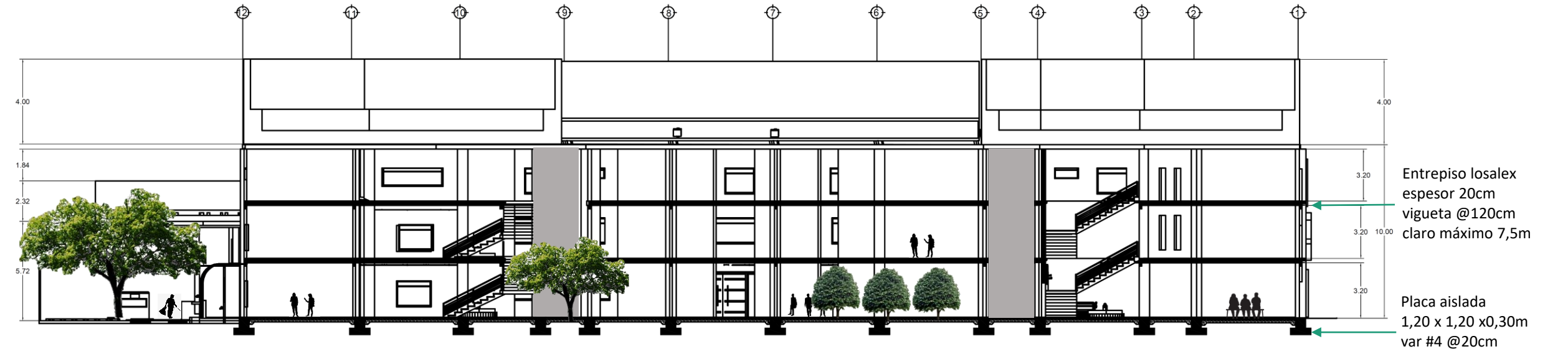
FACHADA SUR



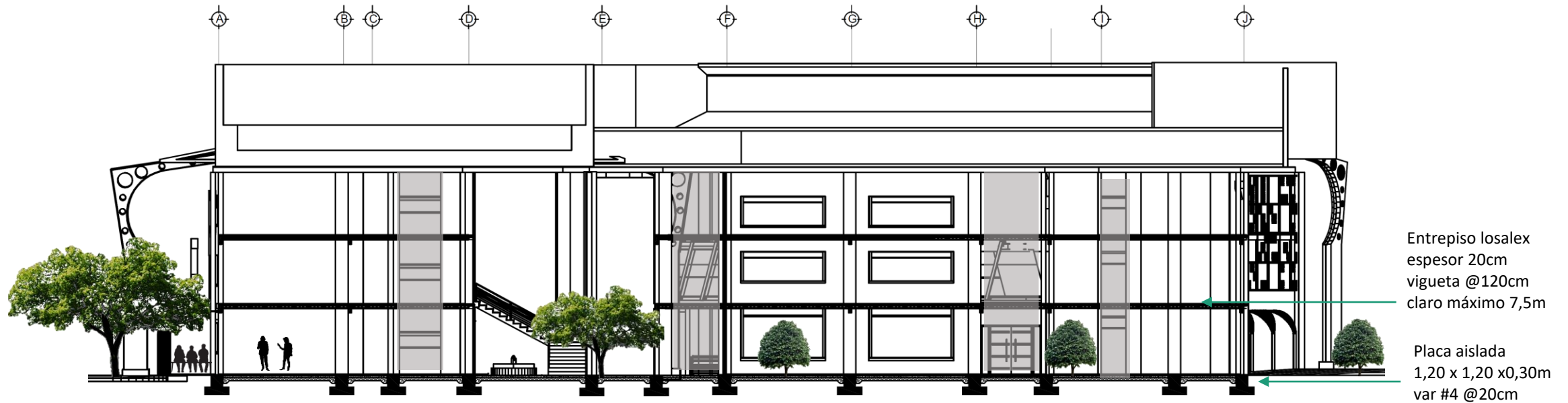
FACHADA PRINCIPAL - OESTE



FACHADA ESTE



SECCIONES A-A

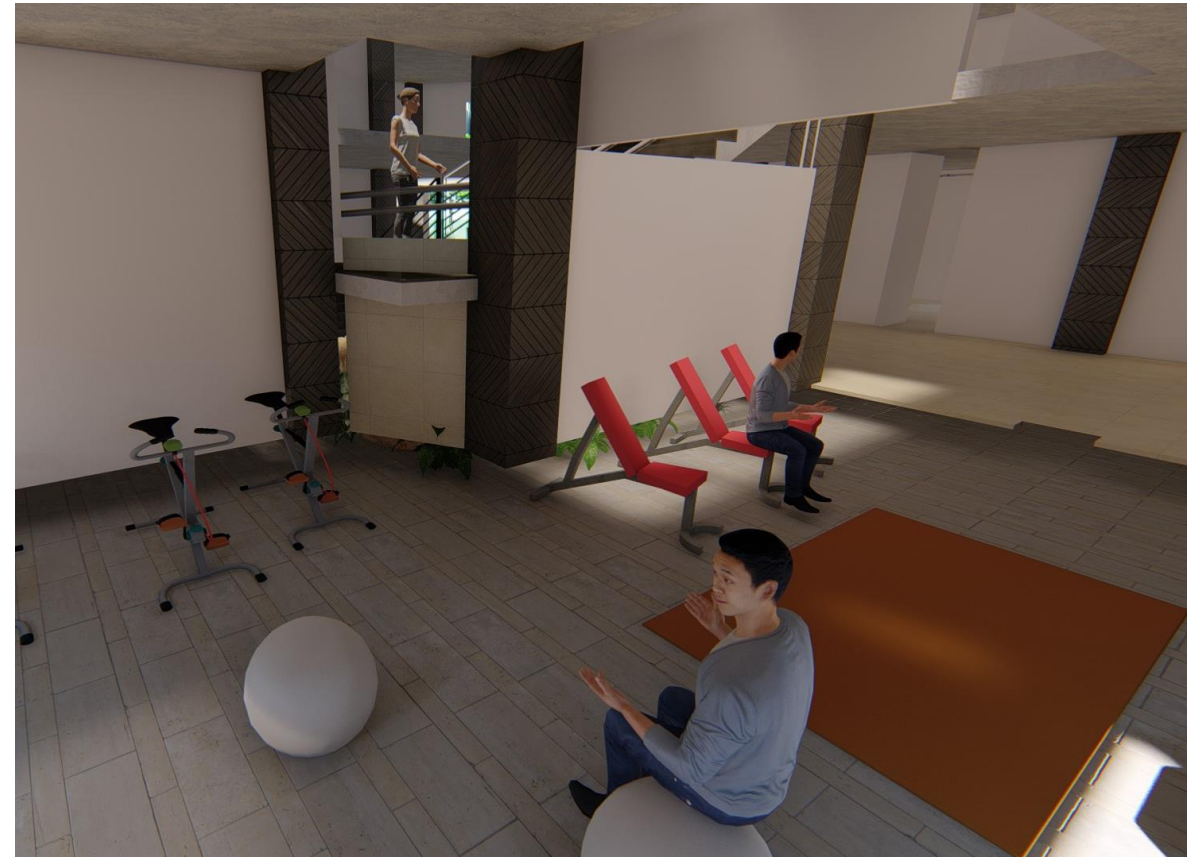


SECCIONES B-B



VISTAS INTERNAS

ÁREA DE TERAPIA FÍSICA



HIDROTERAPIA

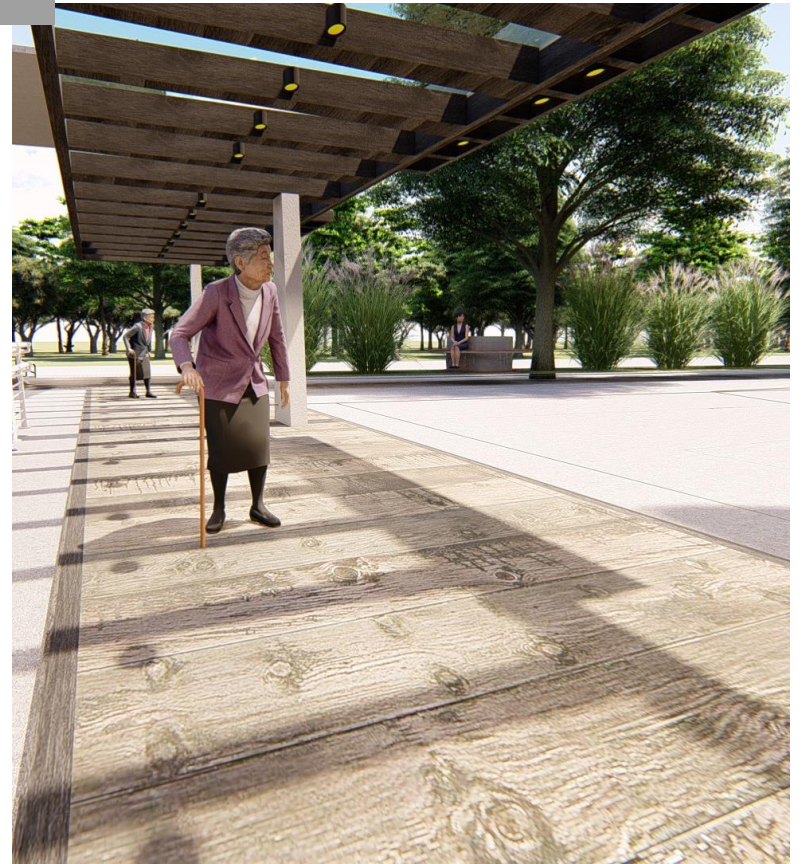




HABITACIONES MÉDICAS



ESPACIO PARA HUERTA



ÁREAS EXTERIORES



ACCESO



FACHADA SUR



VISTAS EXTERNAS

FACHADA PRINCIPAL







VALORACIONES FINALES SUBDIVIDIDAS POR TEMA

Antecedentes del problema: Radica, en el aumento a nivel mundial de las personas adultas mayores producto del crecimiento de la esperanza de vida y el bajo nivel de natalidad. Debido a este incremento demográfico de dicha población, genera saturación en centros y hogares para la atención de adultos mayores, dichos centros y hogares no cuentan con la adecuada infraestructura y accesibilidad universal.



Objetivos: Se realizó el anteproyecto arquitectónico dirigido a la atención y la rehabilitación de la población adulta mayor, generando espacios que mejoren su calidad de vida y con las normativas para su correcto funcionamiento.

Se logró identificar las necesidades de la población adulta mayor en Desamparados, en un ámbito de salud integral, social y mental. Además las características topográficas, climatológicas y del contexto urbano obteniendo como resultado el dominio de los objetivos planteados.



Casos de estudio: Al ver las propuestas de los casos de estudios se logró conceptualizar ideas y pautas de diseño que se están utilizando a nivel nacional e internacional en la creación de hogares para la población adulta mayor, en conclusión se da una división de espacios marcada en área de salud, recreación y residencias además de un diseño flexible, y materiales innovadores que ofrece distintos espacios accesibles para el cuidado y recreación de las personas adultas mayores



VALORACIONES FINALES SUBDIVIDIDAS POR TEMA

Historia: Desde los primeros asentamientos en Desamparados, se logró observar que ya tenían un criterio en la organización de lotes y espacios para sus viviendas, hasta llegar a la actualidad con el plan regulador vigente. Destacados personajes abrieron camino en el ámbito social como Joaquín García Monge, icono del cantón, en el ámbito de las personas adultas mayores, a través de la historia, no se identificaron infraestructura o proyectos destinados a dicha población. Con la creación del CONAPAM en 1999, se llevan a cabo varios programas en la Municipalidad de Desamparados a favor de los adultos mayores, como clases de bailes, manualidades, capacitaciones, seguridad y salud.



Marco legal: Todo el proyecto se llevo a cabo siguiendo los lineamientos y leyes correspondientes para asegurar la seguridad humana y total accesibilidad al proyecto, sabiendo lo anterior cumple con lo estipulado en los reglamentos constructivos para su futura ejecución.



Concepto: El proyecto se conceptualizó en la unión y la sinergia, ya que desde el criterio colectivo podemos generar mejores ideas de diseño. Es por eso, que es tan importante la unión y trabajar en una misma dirección, porque esto permitió alcanzar los objetivos que individualmente no se podría ni llegar a imaginar. Además el ser tripartito formado por tres elementos alma, cuerpo y espíritu, realizó la idea geometría de utilizar tres elementos con la intención de crear una conexión entre si, dotando de intenciones de diseño como accesibilidad, seguridad y espacios muy limpios para las personas que lo habitan



Valoración final del proyecto:

El proyecto se enfocó en la propuesta arquitectónica del Hogar integral para la atención de ancianos. En él se contempló el diseño de áreas recreativas, salud, residencial, y emplazamiento público; para satisfacer las actividades de dicho sector. Además de la importancia que representa para los ciudadanos contar con un edificio completamente diseñado con las regulaciones correspondientes para la accesibilidad y seguridad humana. Las áreas contempladas cubren todas las necesidades de los y las ancianos(as), desde alimentación, cuidado, recreación, salud, educación y, lo más importante, cariño, haciendo sentir a estas personas queridas y felices. La propuesta se planteó con un concepto eficaz, con espacios bastantes limpios y puros, generando seguridad a los habitantes que permiten la óptima circulación a través de amplias sendas. Asimismo la composición de las áreas verdes y piso, permiten observar durante el recorrido una serie de vistas, que provocarán al usuario sensaciones de relajación, esparcimiento y emoción por transitar cada espacio. En el desarrollo de cada uno de los espacios, se contempló los diferentes tipos de usuarios con la finalidad de provocar ambientes diversos y apropiados para cada uno de ellos. Del mismo modo se consideró la posibilidad de instalar una planta de tratamiento de agua y tanques de captación de agua llovida, también el aprovechamiento de la ventilación e iluminación natural como estrategias pasivas, generando una integración con el medio ambiente. Además se introdujo el uso de color en las fachadas para generar distintas sensaciones, y un contraste en el edificio. El beneficio que este espacio representa para las personas de la tercera edad es mejorar su calidad de vida, ya que al tener instalaciones adecuadas promueve el correcto cuidado de esta población y que tengan una vejez activa y sana; y a su vez fomenta la participación ciudadana generando la colaboración, y generando diversos empleos en este sector de Desamparados. Este hogar marcaría un punto de partida que incentive a la país y la población en general, a cuidar y proteger a los ancianos, adquiriendo con ello un valor de compromiso.



FUENTE

Biblioteca Pública de Desamparados, 2014	Historia de Desamparados. Tomado de https://sites.google.com/site/bibliotecajgm/desamparados/historia
CONAPAM, 2004	Consejo Nacional de la persona adulta mayor. Tomado de https://www.conapam.go.cr/red-cuido/
CONAPAM, 2013)	Tomado de Folleto Envejecimiento poblacional, CONAPAM, 2013
CONAPAM, 2017	Tomado de Folleto procedimientos y criterios para la atención y el cuidado de personas de 60 años o más, agredidas y/o abandonadas y de 65 años y más, en condición de pobreza, dependencia, vulnerabilidad y abandono, 2017.
INEC, 2011	Instituto Nacional de Estadística y Censo. Tomado de http://www.inec.go.cr/
JPS, 2015	Junta Protección Social. Tomado de http://www.jps.go.cr/sites/default/files/manualcriterios.pdf
Ley No. 7935 Art 2, 1999	[Asilo Portugal]. Tomado de Ley No 7935 Ley integral para la persona adulta mayor, 1999
Ministerio de Salud, 2018	Tomado de https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/noticias/noticias-2018/1291-estrategia-nacional-para-un-envejecimiento
Proyecto de Graduación, Universidad Hispanoamericana, Costa Rica, 2016.	Teorías relacionadas. Tomado de Roxana Campos Jiménez Centro de integración para el adulto mayor, recreación-naturaleza (Proyecto de Graduación, Universidad Hispanoamericana, Costa Rica) 2016.
Proyecto de Graduación, Universidad de Chile, 2006	Teorías relacionadas. Tomado de Cristián Ruiz Rudolph . Centro Integral para el Adulto Mayor, Santiago Chile. (Proyecto de Graduación, Universidad de Chile, 2006)
Red de cuido, CONAPAM 2014	Red de cuido. Tomado de https://www.conapam.go.cr/red-cuido/
Sampieri, 2014	Roberto Hernández Sampieri. Tomado de (Metodología de la investigación, sexta edición, 2014)

FUENTE		PAG	FUENTE		PAG
F2	[Fotografía anciana]. Tomado de https://www.freepik.es	5	F16	[Centro Gerontológico Curridabat]. Tomado de https://es-la.facebook.com/HogardeCurridabat/	17
F3	[Fotografía anciana mercado]. Tomado de https://unsplash.com/photos	6	F17	[Centro Diurno Adulto Mayor Belén]. Tomado de https://si.cultura.cr/infraestructura/centro-diurno-del-adulto-mayor-de-belen.html	18
F4	[Envejecimiento saludable]. Tomado de https://es-la.facebook.com/fcmfajardo/posts/d41d8cd9/2171947696411227/	7	F18	[Centro Diurno Adulto Mayor Belén]. Tomado de https://si.cultura.cr/infraestructura/centro-diurno-del-adulto-mayor-de-belen.html	18
F5	[Collage envejecimiento activo]. Contenido propio	8	F19	[Collage Residencias Geriátricas Santa Clara]. Tomado de https://www.residenciassantaclara.com/	19
F6	[Ilustración]. Contenido propio	9	F20	[Hogar de Ancianos Alhué Chile]. Tomado de https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/02-80146/hogar-de-ancianos-alhue-grupo-dies	20
F7	[Gráfico]. Contenido propio	10	F21	[Hogar de Ancianos Alhué Chile]. Tomado de https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/02-80146/hogar-de-ancianos-alhue-grupo-dies	20
F8	[Logo Junta de Protección Social]. Tomado de http://www.jps.go.cr/beneficiarios	11	F22	[Collage Casa del Abuelo México]. Tomado de https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/872702/casa-del-abuelo-taller-diez-05	21
F9	[Municipalidad de Desamparados]. Contenido propio	11	F23	[Hogar Amar Bogotá Colombia]. Tomado de https://es-la.facebook.com/pg/amarclubhouse/photos/?ref=page_internal	22
F10	[Red de Cuido]. Contenido propio	13	F24	[Asilo Austria]. Tomado de https://www.plataformaarquitectura.cl	23
F11	[Red de Cuido]. Contenido propio	13	F25	[Asilo Portugal]. Tomado de https://www.plataformaarquitectura.cl	24
F12	[Collage hidroterapia]. Tomado de https://viviendaterceraedad.blogspot.com/2016/11/terapia-acuatica-en-instalaciones-para.html	14	F26	[Centro de Bienestar Onni Pukkila Finlandia] Tomado de https://www.floornature.es/centro-social-para-ancianos-en-pukkila-finlandia-5207/	25
F13	[Collage musicoterapia]. Contenido propio	15			
F14	[Collage terapia con animales]. Tomado de https://www.elpaular.com/es/terapias-en-residencias-de-ancianos/	16			
F15	[Centro Gerontológico Curridabat]. Tomado de https://es-la.facebook.com/HogardeCurridabat/	17			

FUENTE		PAG	FUENTE		PAG
F27	[Arte adultos(as) mayores]. Contenido propio	26	F39	[Creación CONAPAM]. Tomado de https://www.facebook.com/ConsejoNacionaldeLaPersonaAdultaMayor/photos/a.261205727250780/2656057844432211/?type=3&theater	31
F 28	[Actividades adultos(as) mayores]. Contenido propio	26	F40	[Centro Diurno Manos Amigas]. Contenido propio	31
F 29	[Personas adultas(as) mayores]. Contenido propio	26	F41	[Gráfico puertas]. Contenido propio	41
F 30	[Escudo de Desamparados]. Tomado de https://www.desamparados.go.cr/es	27	F42	[Gráfico ventanas]. Contenido propio	41
F 31	[Vista aérea de Desamparados]. Tomado de https://www.pinterest.com/pin/330170216407717354/	28	F 43	[Gráfico área comedor]. Contenido propio	41
F32	[Collage imágenes Desamparados]. Contenido propio	29	F 44	[Gráfico servicios sanitarios]. Contenido propio	42
F33	[Primeros asentamientos Desamparados]. Tomado de https://www.desamparados.go.cr/es/el-canton/galerias/fotos-antiguas-de-desamparados/fotos-antiguas-de-desamparados	30	F 45	[Gráfico duchas]. Contenido propio	42
F 34	[Iglesia Nuestra Señora de los Desamparados]. Tomado de https://www.desamparados.go.cr/es/el-canton/galerias/fotos-antiguas-de-desamparados/fotos-antiguas-de-desamparados	30	F 46	[Gráfico rampas]. Contenido propio	43
F 35	[División de distritos]. Tomado de https://www.desamparados.go.cr/es/el-canton/galerias/fotos-antiguas-de-desamparados/fotos-antiguas-de-desamparados	30	F47	[Gráfico escaleras]. Contenido propio	43
F 36	[Casa desamparadeña]. Tomado de https://www.desamparados.go.cr/es/el-canton/galerias/fotos-antiguas-de-desamparados/fotos-antiguas-de-desamparados	30	F48	[Gráfico dormitorios]. Contenido propio	43
F 37	[Parque de Desamparados]. Tomado de https://www.pinterest.com/pin/506655026820791228/	31	F 49	[Gráfico lavamanos]. Contenido propio	44
F 38	[Escuela Joaquín García Monge]. Contenido propio	31	F 50	[Gráfico mingitorios]. Contenido propio	44
			F 51	[Gráfico pasamanos]. Contenido propio	44
			F 52	[Baños reglamentación]. Contenido propio	45
			F 53	[Baños reglamentación]. Contenido propio	45

FUENTE		PAG	FUENTE		PAG
F54	[Piscina reglamento]. Contenido propio	46	F66	[Enfermedad Parkinson]. Tomado de https://www.medicasur.com.mx/es_mx/ms/ms_sal_em_nn_130_Enfermedad-de-Parkinson	61
F 55	[Gráfico convivencia]. Tomado de https://www.qmayor.com/actualidad/salud-lanza-la-plataforma-en-buena-edad-para-promover-un-envejecimiento-saludable-y-activo/	48	F67	[Uso de color]. Tomado de https://www.archdaily.com.br/br/767045/lar-de-idosos-em-perafita-grupo-iperforma/5559328fe58ece37c10000f8-lar-de-idosos-em-perafita-grupo-iperforma-foto	62
F 56	[Adulto mayor]. Tomado de https://www.istockphoto.com/es/foto/anciana-rusa-mira-desde-la-ventana-de-una-casa-de-pueblo-gm1087144934-291669683	53	F 68	[Uso de color]. Tomado de https://www.pinterest.cl/pin/326511041715844780/	62
F 57	[Gráfico calidad de vida]. Tomado de https://move.somoslaeditorial.org/promocion-de-habitos-saludables-a-traves-de-la-educacion-fisica/	54	F 69	[Uso de color]. Tomado de https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/877112/hospital-infantil-teleton-de-oncologia-sordo-madaleno-arquitectos	62
F 58	[Bienestar]. Tomado de https://www.pinterest.es/pin/746190231991643823/	54	F 70	[Impedimentos visuales]. Tomado de https://www.waldmann.com/waldmann-media/file/ff8081814a15bf61014ae3eacbf03dd5.de.0/seniorenpflege_es.pdf	63
F59	[Usuario]. Tomado de https://tratamientocelular.com/portfolio_category/degenerativas/	55	F 71	[La luz]. Tomado de https://www.waldmann.com/waldmann-media/file/ff8081814a15bf61014ae3eacbf03dd5.de.0/seniorenpflege_es.pdf	63
F60	[Collage memoria]. Tomado de https://www.cuidum.com/blog/ejercicios-de-estimulacion-cognitiva-para-mayores/	57	F72	[Gráfico iluminación de espacios]. Tomado de https://www.waldmann.com/waldmann-media/file/ff8081814a15bf61014ae3eacbf03dd5.de.0/seniorenpflege_es.pdf	63
F 61	[Enfermedades]. Contenido propio	58	F73	[Gráfico iluminación de espacios]. Tomado de https://www.waldmann.com/waldmann-media/file/ff8081814a15bf61014ae3eacbf03dd5.de.0/seniorenpflege_es.pdf	63
F 62	[Patologías]. Contenido propio	58	F 74	[Ejemplo iluminación espacios]. Contenido propio.	64
F 63	[Gráfico Alzheimer]. Contenido propio	59			
F 64	[Gráfico Parkinson]. Contenido propio	59			
F 65	[Enfermedad Alzheimer]. Tomado de https://saludalmaximo.com/sintomas-de-la-enfermedad-de-alzheimer/	60			

FUENTE		PAG	FUENTE		PAG
F 75	[Desamparados cantón]. Tomado de https://micostaricadeantano.com/tag/iglesias/	65	F 86	[Mapa hitos]. Contenido propio.	81
F 76	[Servicio orientación legal]. Tomado de https://www.ageco.org/web/	66	F 87	[Mapa nodos]. Contenido propio.	82
F 77	[Collage manualidades]. Tomado de https://es-la.facebook.com/people/Centro-Diurno-Manos-Amigas/100004306549076	69	F 88	[Mapa bordes]. Tomado de: Bermúdez Mora, María Fernanda. Tesis Metamorfosis urbana en el distrito primero de Desamparados	83
F 78	[Ubicación general]. Contenido propio	72	F 89	[Mapa sendas]. Tomado de: Bermúdez Mora, María Fernanda. Tesis Metamorfosis urbana en el distrito primero de Desamparados	84
F 79	[Mapa Topografía]. Tomado de: Bermúdez Mora, María Fernanda. Tesis Metamorfosis urbana en el distrito primero de Desamparados	73	F 90	[Mapa estado de edificaciones]. Contenido propio.	85
F 80	[Perfiles Desamparados]. Contenido propio	74	F 91	[Tipología arquitectónica]. Contenido propio.	86
F 81	[Mapa urbano]. Tomado de: https://www.desamparados.go.cr/es/archivo-pdf/plan-regulador-imagenes-de-zonificacion-y-vialidad	75	F 92	[Gráfico materialidad]. Contenido propio.	87
F 82	[Uso de suelo]. Tomado de: https://www.desamparados.go.cr/es/archivo-pdf/plan-regulador-imagenes-de-zonificacion-y-vialidad	75	F 93	[Gráfico patrimonio Desamparados]. Contenido propio.	88
F 83	[Mapa distribución espacial]. Tomado de: Bermúdez Mora, María Fernanda. Tesis Metamorfosis urbana en el distrito primero de Desamparados	77	F 94	[Mapa cobertura vegetal]. Tomado de: Bermúdez Mora, María Fernanda. Tesis Metamorfosis urbana en el distrito primero de Desamparados	89
F 84	[Gráfico uso del suelo]. Contenido propio	78	F 95	[Gráfico Transporte Público]. Contenido propio.	93
F 85	[Mapa de flujos peatonales]. Tomado de: Bermúdez Mora, María Fernanda. Tesis Metamorfosis urbana en el distrito primero de Desamparados	78	F 96	[Gráfico Transporte Público]. Contenido propio.	94
			F 97	[Gráfico lote]. Contenido propio.	95
			F 98	[Vistas lote]. Contenido propio.	95
			F 99	[Imagen catastro]. Tomado de archivo Municipalidad de Desamparados	96

FUENTE		PAG	FUENTE		PAG
F100	[Topografía]. Contenido propio.	98	Tabla #1	[Tabla población mayor 65 años en Costa Rica]. Tomado de: http://www.inec.cr/social/poblacion-adulta-mayor(2011	3
F101	[Perfil del lote]. Contenido propio.	98	Tabla #2	[Tabla indicadores demográficos proyectados por año]. Tomado de: http://www.inec.go.cr/poblacion/estimaciones-y-proyecciones-de-poblacion	7
F102	[Diagrama análisis climático]. Contenido propio.	101	Tabla #3	[Tabla estimación de población adulta mayor]. Tomado de: http://www.inec.go.cr/poblacion/estimaciones-y-proyecciones-de-poblacion	66
F103	[Diagrama climático perfil A]. Contenido propio.	102	Tabla #4	[Tabla análisis climático San José]. Tomado de: https://www.imn.ac.cr	100
F104	[Diagrama climático perfil B]. Contenido propio.	102			
F105	[Ilustración mujer anciana]. Tomado de: https://www.waldmann.com/waldmann-media/file/ff8081814a15bf61014ae3eacbf03dd5.de.0/seniorenpflege.es.pdf	105			
F106	[Gráfico unión y sinergia]. Contenido propio.	106			
F107	[Ser tripartito]. Tomado de:	107			
F108	[Zonificación primer nivel]. Contenido propio.	110			
F109	[Zonificación segundo nivel]. Contenido propio.	111			
F110	[Zonificación tercer nivel]. Contenido propio.	112			
F111	[Planta conjunto]. Contenido propio.	114			