

SENIOR'S LIVE

CENTRO DE CUIDADO INTEGRAL



Centro de cuidado integral Nuevo día Senior's live

Comprehensive care center New Day Senior's live

Laura Fernanda Navarrete Estupiñan

Seminario de Investigación y Proyección Social II

Docente Diseño 2022: Gloria Elsa Amin de Acosta

Docente Diseño 2021-2: Luis Antonio Guzmán Cubillos

Docente Seminario: Carlos Enrique Gómez Pardo

Universidad Piloto de Colombia

Facultad de Arquitectura y Artes

Programa de Arquitectura

IX Semestre

2022

NOTA DE ACEPTACION

Arq. Patricia Farfán Sopo
Decana Facultad De Arquitectura Y Artes

Arq. Edgar Camacho Camacho
Decano Facultad De Arquitectura Y Artes

Arq. Mario Arturo Pinilla Lozano
Coordinación Académico Arquitectura

Arq. William Blain López
Director Parte II

Arq. Gloria Elsa Amin
Directora Diseño Proyecto De Grado

Arq. Carlos Enrique Gómez Pardo
Director Seminario Proyecto De Grado

Agradecimientos

Agradezco a mi familia por haber sido mi apoyo a lo largo de toda mi carrera universitaria. A la universidad y docentes que me han apoyado y brindado conocimientos valiosos a lo largo de este camino de aprendizaje, a las personas que he conocido en el proceso y me han enseñado conocimientos y experiencias de vida, a docentes del proyecto de grado los cuales apoyan y guían para culminar este proceso de manera satisfactoria, y a mi proceso de crecimiento como persona y como profesional.

Gratitude

I thank my family for having been my support throughout my entire college career. To the university and teachers who have supported me and provided me with valuable knowledge along this learning path, to the people I have met in the process and have taught me knowledge and life experiences, to teachers of the degree project who support and guide to complete this process in a satisfactory way, and my growth process as a person and as a professional.

Tabla de Contenido

1. Resumen	5
1.1 Abstract.....	6
2. Palabras claves	7
2.1 Keywords.....	8
3. Introducción.....	9
4. Tema problema.....	10
4.1 Planteamiento del problema	11
4.2 Delimitación del problema.....	12
5. Objetivos	14
5.1 Objetivo general.....	14
5.2 Objetivo Especifico.....	15
6. Justificación.....	16
7. Marco teorico.....	17
8. Referencias bibliograficas.....	22
9. Guías.....	24
8.1 Guía 1.....	24
8.2 Guía 2.....	28
8.3 Guía 3.....	31
8.4 Guía 4.....	41
8.5 Guía 5.....	51
8.6 Guía6	61

Resumen

Desarrollo de un Seniors Club y Centro Comunitario destinado al bienestar, inclusión, ayuda y apoyo de los adultos mayores, basándose en cifras que demuestran y ponen en evidencia la vulnerabilidad de dicha población, el diseño propondrá espacios dedicados a la comodidad del usuario, y actividades culturales y de bienestar. Se integrará y articulará a un Centro Comunitario dedicado de igual forma a personas de la Tercera Edad, junto con zonas comunes entre el Senior's Club y este. El proyecto arquitectónico se ubicará de forma estratégica en la Localidad de Usaquén, en la Ciudad de Bogotá, ya que las estadísticas del Atlas de Salud Pública del Hospital de Usaquén publicado en el año 2014 dicen que la población mayor a 60 años equivale al 14% (71.442) de la totalidad de la población de la localidad de Usaquén, y entre las UPZs Country Club y Usaquén se concentra entre el 2.94 y 8.54 por ciento de la población mayor a 60 años. Dado estas cifras mencionadas, en el sector de Usaquén se encuentran pocos sitios para la ayuda e integración de las personas adultas mayores por lo cual se plantea, **¿De qué manera se pueden generar espacios adecuados que Incluyan y presten ayuda a esta comunidad?** Por esta razón el proyecto estará ubicado frente a la Av. Cra Séptima y de esta forma tendrá una mejor movilidad y punto de llegada, como también estará cercano a zonas verdes del sector creando así un enfoque sostenible y teniendo una conexión de áreas verdes, puentes ecológicos y siendo un articulador urbano entre arquitectura y paisaje.

Alcaldía Mayor de Bogotá. (2015). Atlas de Salud pública localidad de Usaquén. Recuperado de <http://www.saludcapital.gov.co/DSP/Documentos%20Vigilancia%20en%20Salud%20Pblica%20Geografica/1/An%C3%A1lisis%20espacial%20por%20localidad/Atlas%20de%20Salud%20P%C3%ABblica/2015/Atlas%20de%20Salud%20P%C3%ABblica%202015%20Usaqu%C3%A9n.pdf>

Abstract

Development of a Seniors Club and Community Center aimed at the well-being, inclusion, help and support of older adults, based on figures that demonstrate and highlight the vulnerability of this population, the design will propose spaces dedicated to the comfort of the user, and cultural and wellness activities. It will be integrated and articulated to a Community Center dedicated in the same way to people of the Third Age, along with common areas between the Senior's Club and this. The architectural project will be strategically located in the Town of Usaquén, in the City of Bogotá, since the statistics of the Public Health Atlas of the Hospital de Usaquén published in 2014 say that the population over 60 years of age is equivalent to 14% (71,442) of the entire population of the town of Usaquén, and between the UPZs Country Club and Usaquén is concentrated between 2.94 and 8.54 percent of the population over 60 years. Given these figures mentioned, in the sector of Usaquén there are few sites for the help and integration of older adults so it is proposed, **in what way can adequate spaces be generated that include and provide help to this community?** For this reason, the project will be located in front of Av. Cra Séptima and in this way it will have a better mobility and point of arrival, as well as being close to green areas of the sector thus creating a sustainable approach and having a connection of green areas, ecological bridges and being an urban articulator between architecture and landscape.

Palabras Clave



Keywords



Introducción

El proyecto Senior´s Club – Centro Comunitario, tiene como propósito el apoyo, integración y ayuda a la población de la Tercera edad y a su vez dar aportes a la UPZ de Usaquén, ¿Cómo desde la arquitectura brindo condiciones favorables y adecuadas dando un apoyo e inclusión, creando espacios innovadores y adecuados para las personas adultas mayores del sector? Se busca en esta investigación generar un espacio donde se puedan realizar acciones de calidad para los Adultos Mayores. Este espacio se buscará prestar diferentes servicios al usuario, con espacios de recreación, capacitación y desarrollo del bienestar. La accesibilidad y movilidad de todos los espacios debe ser cómoda y adecuada para el buen desarrollo de las mismas, junto con una adecuada ventilación e iluminación para la comodidad de las personas Adultas mayores y cualquier limitación física.

De igual forma se busca dar solución a diferentes problemáticas presentadas a lo largo de la investigación, y encontrar soluciones sostenibles que complementen a los usos y necesidades del sector y la población.

Ilustración 1

Fuente: Elaboración propia

Tema Problema

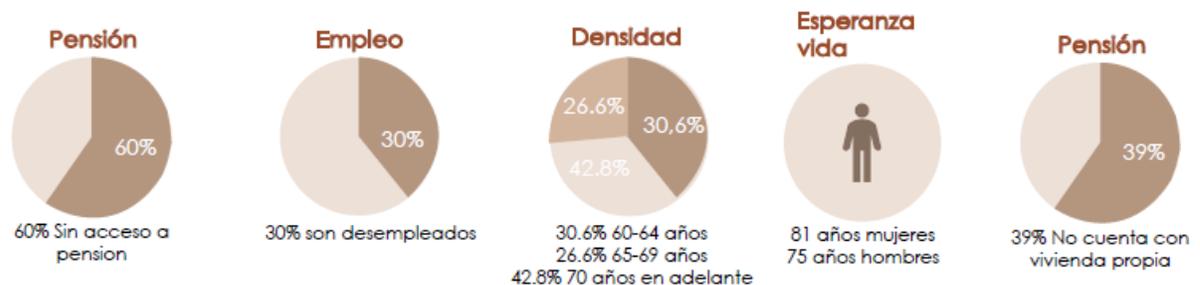
Planteamiento del Problema

El índice de envejecimiento desde el año 2005 tiende al aumento, ya que según las dinámicas poblacionales de algunas UPZs en la cual se encuentra Usaquén, las personas jóvenes y adultas de las familias residentes del sector han abandonado el país, dejando un porcentaje alto de personas de la tercera edad. Otros factores que afectan a la población de la tercera edad son: El abuso y maltrato desde un entorno cercano. Según Medicina Legal, en el 2017 el caso de

las lesiones no fatales fue la violencia contra el adulto mayor la que evidenció un ascenso mayor con un 17,60%. En cuanto a la salud mental de los adultos mayores nos encontramos con estadísticas sobre depresión y suicidio. En el año 2016 personas atendidas por episodios depresivos se concentra en la población de 50 a 59 años. Situación que evidencia la existencia de una mayor probabilidad de riesgo de desarrollar depresión después de los 60 años.

Exponiendo estas problemáticas se hace el planteamiento del problema, obteniendo unas necesidades de las personas Adultas Mayores en el sector, **¿De que forma se pueden renovar y desarrollar actividades diarias y espacios seguros para el adulto mayor en el sector de Usaquén, a través de un Senior's Club y Centro Comunitario?** Así como la falta de espacios seguros las afectaciones y limitaciones físicas también son una problemática importante a tener en cuenta en la propuesta arquitectónica, la movilidad y accesibilidad los cuales afectan la calidad de vida de los usuarios.

Ilustración 2

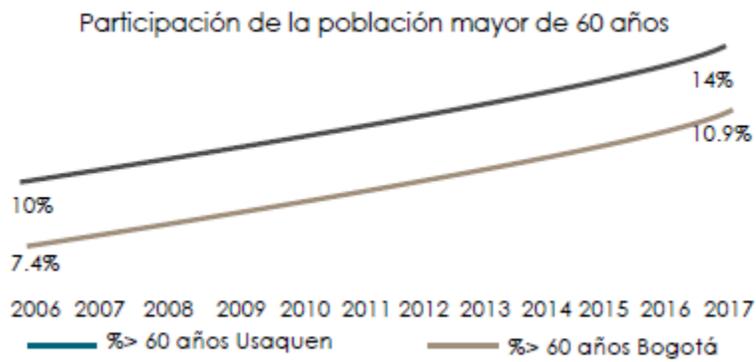


Fuente: Alcaldía Mayor de Bogotá

Delimitación del Problema

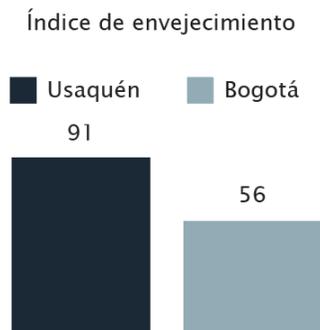
- Escasos programas y espacios de recreación y participación cultural que permitan unos niveles de vida saludables para el desarrollo integral de la salud física y mental
- Espacios seguros para ellos ya que hay un alto porcentaje de abuso y maltrato en entornos cercanos
- Falta de espacios seguros y fácil movilidad ya que los usuarios adultos mayores presentan afectaciones y limitaciones físicas
- Carencia de zonas verdes y rampas en el espacio público que faciliten la movilidad y accesibilidad
- Difícil accesibilidad peatonal para las personas de la tercera edad
- Carencia de espacios de apoyo, ayuda y cuidado a personas adultas mayores
- Inactividad del adulto mayor con falta de participación en su entorno y comunidad

Ilustración 3



Fuente: Alcaldía Mayor de Bogotá

Ilustración 4



Fuente: Alcaldia Mayor de Bogota

Ilustración 5

	INFANCIA	ADOLESCENCIA	JUVENTUD	ADULTEZ	VEJEZ	SIN DATO	TOTAL
USAQUÉN	396	437	1.327	4.350	9.941	6	16.457

Alcaldía Mayor de Bogotá

Fuente: Alcaldia Mayor de Bogota

Diagrama conceptual problema de investigación

LUGAR

- Se presentan pocos espacios dedicados al cuidado integral y protección del adulto mayor
- Generar un espacio público fácil y seguro
- Aumentar la participación del adulto mayor en el sector

ESTRATEGIAS

- Generar espacios innovadores con arquitectura sensorial aplicándola al espacio público,
- Generar una adaptación del proyecto con el lugar, creando una conexión ambiental con el parque Hacienda Santa Barbara
- Proporcionar espacios innovadores y agradables con estaciones de descanso y actividades lúdicas para el adulto mayor

ESPACIOS EXTERNOS

- Se encuentra una relación de la circulación exterior con la planta libre alrededor del proyecto, generando una articulación con su entorno creando un fácil acceso en diferentes puntos del lote
- Cafés al aire libre junto con áreas verdes y zonas de permanencia

ESPACIOS INTERNOS

- Se genera un principal puente elevado el cual conecta zonas sociales del proyecto creando áreas de recreación y zonas húmedas climatizadas
- Se encuentran áreas de ayuda y atención, junto con terapia con olores, sonidos y animales para el entretenimiento
- Espacios aptos para cualquier tipo de discapacidad, generando recorridos con rampas y ascensores

USUARIO

- Diseñar espacios de interés y beneficio del usuario
- Agrocultivo y huertas comunitarias dedicadas al entretenimiento del adulto mayor
- Actividades de interés y análisis generacional
- Zonas comunes, huertas y jardines que ayuden y beneficien al usuario

MATRIZ DE SENTIDOS

- Diseñar un mobiliario el cual sea cómodo y agradable, con iluminación, sonidos, aromas y fuentes, buscando una estimulación de los sentidos.
- Circulaciones y espacios de permanencia con adecuada iluminación natural.

SISTEMAS DE CONFORT

- Pisos y muros radiantes en diferentes zonas específicas del proyecto, para así crear un confort térmico

Objetivos

Objetivo General

Diseñar un Senior's Club y Centro comunitario Sostenible en el cual se preste un apoyo, ayuda, integración e inclusión a las personas de la tercera edad, esto a través de espacios cómodos y accesibles en los cuales tengan una mejor calidad de vida, bienestar y recreación, haciendo una conexión con el contexto y áreas verdes sostenibles.

Ilustración 6

	Infancia	Adolescencia	Juventud	Adultez	Vejez	Sin dato	Total
Usaquén	396	437	1.327	4.350	9.941	6	16.457
Bogotá	7.467	8.268	22.856	79.407	148.147	154	266.299
%	5%	5,29%	5,81%	5,48%	6,71%	3,90%	6,18%

Usaquén concentra el 5% de la población menor de 14 años con discapacidad de la ciudad y el 5,29% de la población adolescente. Al interior de la localidad, el grupo mayoritario son las personas mayores (9.941 personas mayores).

Fuente: Alcaldía Mayor de Bogotá

Índices de Población Usaqué

Objetivos Específicos

- Propiciar y generar espacios de recreación y descanso para adultos mayores del sector
- Fácil accesibilidad y circulación aptas a cualquier tipo de limitación física, con iluminación y ventilaciones adecuadas
- Adaptación de espacios arquitectónicos adecuados para las personas adultas mayores
- Articulación de espacios y zonas verdes de la zona haciendo así una conexión y senderos ecológicos integrando el proyecto con el sector y el ecosistema del entorno.
- Conectar el proyecto arquitectónico con el contexto, usos y personas de la tercera edad de la zona.
- Creación de actividades culturales y recreativas para una mejor socialización y entretenimiento del usuario
- Espacios seguros con ayuda clínica y alimenticia para personas de la Tercera edad que lo necesiten
- Áreas como comedores comunitarios para así mejorar las condiciones nutricionales de las personas de la tercera edad del sector
- Proporcionar los medios necesarios para que los mayores puedan desarrollar todo su potencial físico y ser partícipes en la sociedad
- Acceso peatonal desde el proyecto a centro comercial Hacienda santa bárbara junto con espacios de permanencia y amplia circulación

- Implementación de captadores y recolección de aguas lluvias
- Diseño de fachadas vegetales aislantes de ruido
- Implementación de muros verdes naturales interiores, los cuales brinden beneficios para la salud.
- Generar cubiertas verdes las cuales purifiquen el aire junto con huertas aromáticas.

Ilustración 7



Nota: Elaboración propia

Ilustración 8

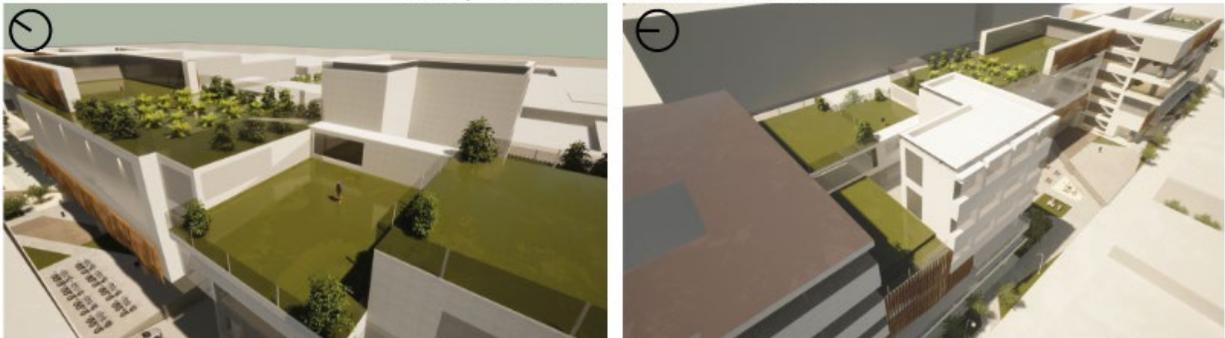


Nota: Elaboración propia

Ilustración 9

Fácil accesibilidad y circulación

Múltiples terrazas verdes transitables

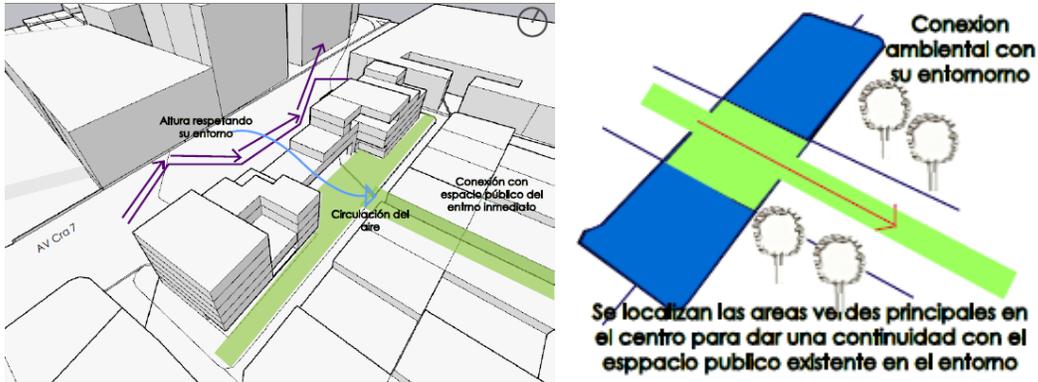


Nota: Elaboración propia

Justificación

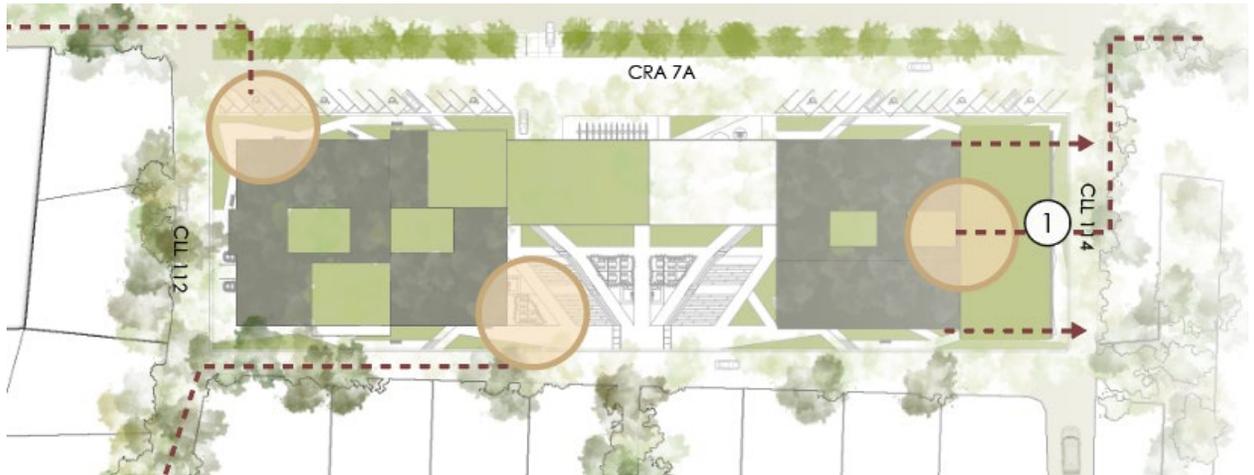
El diseño propuesto busca crear espacios seguros en los que el adulto mayor tenga la posibilidad de relacionarse con personas de su entorno y crear vínculos sociales, se han demostrado diversas problemáticas que afectan a la población adulto mayor en este caso en la Localidad de Usaquén y Upz Usaquén ya que se encuentra un alto porcentaje de personas de la tercera edad, como también se encuentra un alto porcentaje de depresión y abandono por lo cual se espera integrar y apoyar con áreas de recreación, apoyo físico y emocional, teniendo espacios privados para la vida diaria y zonas comunes para actividades e integración del usuario. El proyecto estará equipado con zonas de terapia, prevención de malestares físicos y zonas de lectura. De igual manera se hará una conexión con el peatón y tener la oportunidad de hacer paradas de lectura, cultura y actividades físicas para los usuarios adultos mayores del sector. De igual forma se resalta la importancia y valor que se le debe prestar a los adultos mayores en la vida diaria de estos, ya que en el sector y la ciudad son muy pocos los espacios de apoyo y cuidado integral, mereciendo una vida digna y con oportunidades.

Ilustración 10



Nota: Elaboración propia

Ilustración 11



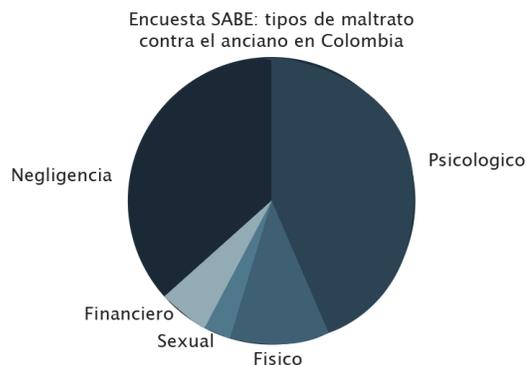
Nota: Elaboración propia

Accesos y circulación

Marco Teórico

En la etapa de la tercera edad las personas suelen tener alteraciones en las capacidades físicas, por lo cual necesitan un estilo de vida específico y saludable y espacios donde se sientan seguros y cómodos. En esta investigación se pone en evidencia factores que afectan a la población de la tercera edad de las cuales algunas son: El abuso y maltrato desde un entorno cercano. Según Medicina Legal, en el 2017 el caso de las lesiones no fatales fue la violencia contra el adulto mayor la que evidenció un ascenso mayor con un 17,60%. En cuanto a la salud mental de los adultos mayores nos encontramos con estadísticas sobre depresión y suicidio. En el año 2016 personas atendidas por episodios depresivos se concentra en la población de 50 a 59 años. Situación que evidencia la existencia de una mayor probabilidad de riesgo de desarrollar depresión después de los 60 años.

Ilustración 12



Fuente: Encuestas SABE Maltrato

Exponiendo estas problemáticas se hace el planteamiento del problema, obteniendo unas necesidades de las personas Adultas Mayores en el sector, ¿De qué forma se pueden renovar y desarrollar actividades diarias y espacios seguros para el adulto mayor en el sector de Usaquéen, a través de un Senior´s Club y Centro Comunitario? Así como la falta de espacios seguros las afectaciones y limitaciones físicas también son una problemática importante a tener en cuenta en la propuesta arquitectónica, la movilidad y accesibilidad los cuales afectan la calidad de vida de los usuarios.

Para dar solución a estas problemáticas el Senior´s Club y Centro comunitario sostenible prestara apoyo, ayuda, integración e inclusión a las personas de la tercera edad, esto a través de espacios cómodos y accesibles en los cuales tengan una mejor calidad de vida, bienestar y recreación, haciendo una conexión con el contexto y áreas verdes sostenibles.

Estas soluciones sostenibles se prestan a través de zonas verdes con mejor calidad del aire e iluminación natural al interior de los edificios, ahorro del agua, eficiencia energética y selección de materiales.

Lista de Referencias bibliográficas

Alcaldía Mayor de Bogotá. (2015). Atlas de Salud pública localidad de Usaquén. Recuperado de <http://www.saludcapital.gov.co/DSP/Documentos%20Vigilancia%20en%20Salud%20Pblica%20Geografica1/An%C3%A1lisis%20espacial%20por%20localidad/Atlas%20de%20Salud%20P%C3%ABlica/2015/Atlas%20de%20Salud%20P%C3%ABlica%202015%20Usaqu%C3%A9n.pdf>

Estándares de calidad para instituciones que atienden a adultos mayores. (2021). Ministerio de Salud. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Paginas/vejez-calidad.aspx>

Cuevas, María. (2019). Centros de protección social para el adulto mayor. Recuperado de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/integracion-social/atencion-adultos-mayores-bogota>

Alcaldía Mayor de Bogotá. (2019) Guía de movilidad peatonal urbana. Recuperado de <http://www.pactodeproductividad.com/pdf/guiageneralsobreaccesibilidad.pdf>

Instituto nacional de medicina legal. (2013). “La experiencia violentada”. Recuperado de <https://www.medicinalegal.gov.co/documents/20143/57949/La+experiencia+Violentada%2C+Violencia+contra+el+adulto+mayor+en+Colombia+en+el+a%C3%B1o+2012..pdf>

Marroquín, Adolfo. (2015). Plantas, aislantes de ruido y contaminación. Recuperado de <https://blogs.hoy.es/ciencia-facil/2015/08/23/plantas-aislan-tes-de-ruido-y-contaminacion/>

Ecologistas en acción. (2019). Bancas, asientos, y ergonomía. Recuperado de <https://www.ecologistasenaccion.org/115203/bancos-asientos-y-ergonomia/>

Salguero, Sebastian. (2019). El mundo de las terrazas verdes. Recuperado de <https://espaciosustentable.com/terrazas-verdes/#:~:tet=Los%20techos%20o%20terrazas%20verdes,fundamentalmente%20para%20el%20aprov>

Ministerio De Salud. (2015) Encuestas SABE maltrato adulto mayor. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/GCFI/Resumen-Ejecutivo-Encuesta-SABE.pdf>

Alcaldía mayor de Bogotá. (2015). Localidad de Usaquén, población. Recuperado de https://old.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/2018documentos/18092018_Usaqu%C3%A9n%20diagnc%C3%B3stico%202017%20-%20SDIS.pdf

Valencia, Nicolas. (2015). Senderos ecológicos Estudio 685. Recuperado de <https://www.archdaily.co/co/781084/estudio-685-comienza-construccion-de-sendero-ecologico-en-ecuador>

Hidroterapia en adultos mayores. (2016). Recuperado de <https://www.grupocasaverde.com/2016/07/25/hidroterapia-las-personas-mayores-beneficios/#:~:text=La%20hidroterapia%20es%20una%20terapia.en%20piscinas%20de%20poca%20profundidad.>

El jardín vertical como aislante de ruido. (2018). Recuperado de <https://verdicalmagazine.com/aislante-acustico/>

GUIA 01

Centro de cuidado integral Nuevo día Senior's live
Comprehensive care center new day Seniors live

Seminario de Investigación y Proyección Social II
Laura Fernanda Navarrete Estupiñan

Docente Diseño 2022: Gloria Elsa Amin
Docente Seminario: Carlos Enrique Gómez Pardo

Universidad Piloto de Colombia
Facultad de Arquitectura y Artes
Programa de Arquitectura
X Semestre
2022

Que es Investigar

La investigación es una transformación y desarrollo de conocimientos y temas que se quieren descubrir, es análisis de información y recolección de datos. Gracias a la investigación se llegan a conclusiones y se solucionan problemáticas, adicional a esto se extienden conocimientos y se realiza la comprensión de un tema

Tema Proyecto

Tema de investigación Senior's Club y Centro Comunitario destinado al bienestar e inclusión de los adultos mayores.

Problemas - Necesidades

Como problemáticas para la investigación se evidencia un índice de envejecimiento desde el año 2005 tiende al aumento, ya que según las dinámicas poblacionales de algunas UPZs en la cual esta Usaquén, las personas jóvenes y adultas de las familias residentes del sector han abandonado el país, dejando un porcentaje alto de personas de la tercera edad.

Abuso y maltrato desde un entorno cercano. Según Medicina Legal, en el 2017 el caso de las lesiones no fatales, fue la violencia contra el adulto mayor la que evidenció un ascenso mayor con un 17,60%.

En cuanto a la salud mental de los adultos mayores nos encontramos con estadísticas sobre depresión y suicidio. En el año 2016 personas atendidas por episodios depresivos se concentra en la población de 50 a 59 años. Situación que evidencia la existencia de una mayor probabilidad de riesgo de desarrollar depresión después de los 60 años.

Además de esto se evidencian algunas necesidades:

- Rampas y espacio público seguro para la movilidad de las personas adultas mayores
- Espacios seguros para la ayuda y prestación de servicios de la salud física y mental
- Zonas verdes y áreas de recreación
- Espacios de apoyo y cuidado

Objetivo General

Diseñar un Senior's Club y Centro comunitario Sostenible en el cual se preste un apoyo, ayuda, integración e inclusión a las personas de la tercera edad, esto a través de espacios cómodos y accesibles en los cuales tengan una mejor calidad de vida, bienestar y recreación, haciendo una conexión con el contexto, entorno inmediato y áreas verdes sostenibles.

Objetivos Específicos

- Propiciar y generar espacios de recreación y descanso para adultos mayores del sector
- Fácil accesibilidad y circulación aptas a cualquier tipo de limitación física, con iluminación y ventilaciones adecuadas
- Adaptación de espacios arquitectónicos adecuados para las personas adultas mayores
- Articulación de espacios y zonas verdes de la zona haciendo así una conexión y senderos ecológicos integrando el proyecto con el sector y el ecosistema del entorno.
- Conectar el proyecto arquitectónico con el contexto, usos y personas de la tercera edad de la zona.
- Creación de actividades culturales y recreativas para una mejor socialización y entretenimiento del usuario
- Espacios seguros con ayuda clínica y alimenticia para personas de la Tercera edad que lo necesiten
- Áreas como comedores comunitarios para así mejorar las condiciones nutricionales de las personas de la tercera edad del sector

Preguntas Problema

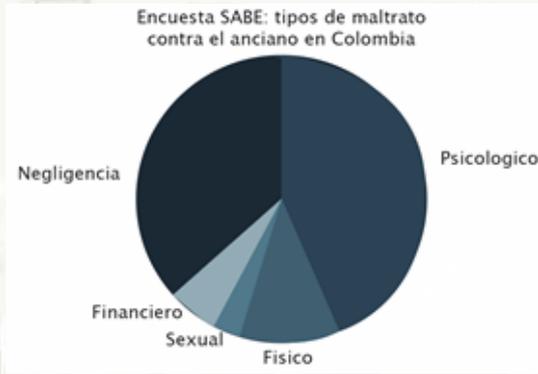
- ¿Cómo desde la arquitectura se proporcionan condiciones favorables y adecuadas para el adulto mayor?
- ¿Como brindar un apoyo e inclusión con espacios innovadores y adecuados para las personas adultas mayores del sector?
- ¿De qué manera se pueden generar espacios adecuados que incluyan y presten ayuda a esta comunidad?
- ¿De qué forma se pueden renovar y desarrollar actividades diarias y espacios seguros para el adulto mayor en el sector de Usaquén, a través de un Senior's Club y Centro Comunitario?
- ¿Como se puede generar una fácil accesibilidad y circulación aptas a cualquier tipo de limitación física, con iluminación y ventilaciones adecuadas?
- ¿Como se genera una conexión del proyecto arquitectónico con el entorno inmediato?
- ¿Como generar una articulación de espacios y zonas verdes de la zona haciendo así una conexión y senderos ecológicos integrando el proyecto con el sector y el ecosistema del entorno?
- ¿Qué actividades y espacios pueden incentivar y proporcionar las herramientas para tener un estilo de vida productivo?



Marco Teórico

En la etapa de la tercera edad las personas suelen tener alteraciones en las capacidades físicas, por lo cual necesitan un estilo de vida específico y saludable y espacios donde se sientan seguros y cómodos. En esta investigación se pone en evidencia factores que afectan a la población de la tercera edad de las cuales algunas son: El abuso y maltrato desde un entorno cercano. Según Medicina Legal, en el 2017 el caso de las lesiones no fatales, fue la violencia contra el adulto mayor la que evidenció un ascenso mayor con un 17,60%. En cuanto a la salud mental de los adultos mayores nos encontramos con estadísticas sobre depresión y suicidio. En el año 2016 personas atendidas por episodios depresivos se concentra en la población de 50 a 59 años. Situación que evidencia la existencia de una mayor probabilidad de riesgo de desarrollar depresión después de los 60 años.

Ilustración 1 Encuestas SABE Maltrato



Exponiendo estas problemáticas se hace el planteamiento del problema, obteniendo unas necesidades de las personas Adultas Mayores en el sector, ¿De qué forma se pueden renovar y desarrollar actividades diarias y espacios seguros para el adulto mayor en el sector de Usaquén, a través de un Senior's Club y Centro Comunitario? Así como la falta de espacios seguros las afectaciones y limitaciones físicas también son una problemática importante a tener en cuenta en la propuesta arquitectónica, la movilidad y accesibilidad los cuales afectan la calidad de vida de los usuarios.

Para dar solución a estas problemáticas el Senior's Club y Centro comunitario sostenible prestara apoyo, ayuda, integración e inclusión a las personas de la tercera edad, esto a través de espacios cómodos y accesibles en los cuales tengan una mejor calidad de vida, bienestar y recreación, haciendo una conexión con el contexto y áreas verdes sostenibles. Estas soluciones sostenibles se prestan a través de zonas verdes con mejor calidad del aire e iluminación natural al interior de los edificios, ahorro del agua, eficiencia energética y selección de materiales.

GUIA 02

Centro de cuidado integral Nuevo día Senior's live
Comprehensive care center new day Seniors live

Seminario de Investigación y Proyección Social II
Laura Fernanda Navarrete Estupiñan

Docente Diseño 2022: Gloria Elsa Amin
Docente Seminario: Carlos Enrique Gómez Pardo

Universidad Piloto de Colombia
Facultad de Arquitectura y Artes
Programa de Arquitectura
X Semestre
2022

Problema - Necesidad

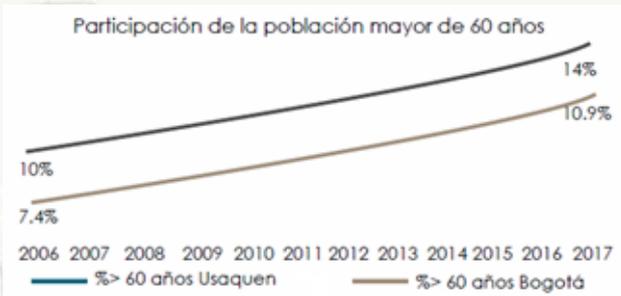
Problema y/o Necesidades		
PROBLEMA -	APORTE ✓	NECESIDAD +
 Escases de espacios culturales y de recreación	Áreas lúdicas, deportivas y de educación mejorando la calidad de vida	Espacios dedicados a la recreación y entrenamiento del adulto mayor
 Calidad de vida inadecuada para el adulto mayor	Zonas deportivas, terapia y espacios cómodos y agradables para la vida diaria	Necesidad de espacios que brinden una mejor calidad de vida
 Falta de cuidado y ayuda integral al adulto mayor	Áreas de salud física y psicológica	Escases de espacios orientados a la protección y cuidado integral del adulto mayor
 Espacio público inadecuado para los adultos mayores	Rampas y zonas amplias para una fácil movilidad	Espacio público seguro para la movilidad de las personas adultas mayores
 Incremento en la participación del adulto mayor en la localidad	Salones de ayuda y áreas de actividades gratuitas	Espacios arquitectónicos para el entrenamiento, ayuda y participación del adulto mayor

Según la Alcaldía Mayor de Bogotá, se evidencia que en los últimos 13 años la participación de la población mayor de 60 años en la estructura poblacional de la localidad de Usaquén se ha incrementado en 4,8 puntos porcentuales por encima de la tendencia de la ciudad, el grupo mayoritario de la localidad son las personas de la tercera edad, según las dinámicas poblacionales de algunas UPZs en la cual se encuentra Usaquén, las personas jóvenes y adultas de las familias residentes del sector han abandonado el país, dejando un porcentaje alto de personas de la tercera edad. Gracias a esto son escasos los centros de atención y ayuda al adulto mayor en el sector, siendo solo 1 Senior's Club el que se encuentra a nivel ciudad.

Además de esto, se encuentra abuso y maltrato desde un entorno cercano. Según Medicina Legal, en el 2019 el caso de las lesiones no fatales, fue la violencia contra el adulto mayor la que evidenció un ascenso mayor con un 17,60%. Y en cuanto a su salud mental nos encontramos con estadísticas sobre depresión y suicidio. En el año 2016 personas atendidas por episodios depresivos se concentra en la población de 50 a 59 años según el Atlas de salud pública del Hospital de Usaquén. Situación que evidencia la existencia de una mayor probabilidad de riesgo de desarrollar depresión después de los 60 años. Se evidencian altos abusos físicos y mentales y un alto porcentaje de personas adultas mayores con respecto al resto de la ciudad, por lo cual se encuentran problemáticas y necesidades en la localidad y en el área de intervención, las cuales hacen del adulto mayor un papel importante en la ciudad, con necesidad de espacios y lugares cómodos en los cuales se preste ayuda, apoyo y tenga una mejor calidad de vida.

Ilustración 1

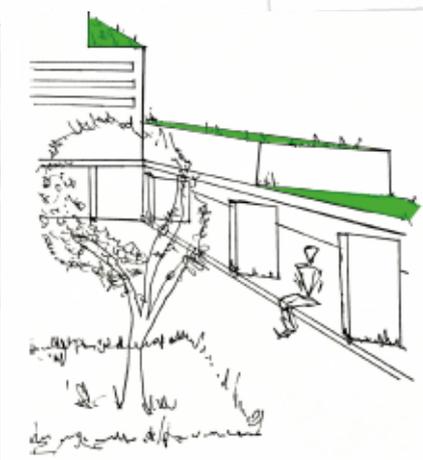
Alcaldía mayor de Bogotá. 2019



Se propone implementar espacios seguros y de apoyo al adulto mayor, con actividades lúdicas y deportivas las cuales incentiven a tener una vida productiva, se brindarán zonas verdes y áreas de permanencia para una vida social activa y una mejor calidad de vida.

En el área de intervención se encuentran algunas problemáticas y necesidades como:

- Contaminación vehicular por tránsito de vehículos pesados y de transporte público
- Rampas y espacio público seguro para la movilidad de las personas adultas mayores
- Zonas verdes y áreas de recreación
- Escasos programas y espacios de recreación y participación cultural que permitan unos niveles de vida saludables para el desarrollo integral de la salud física y mental
- Falta de condiciones adecuadas para una mejor y fácil movilidad en los espacios en los cuales realizan sus actividades diarias, ya que se presentan afectaciones y limitaciones físicas
- Se encuentran pocos espacios en los que se brinde apoyo, ayuda y cuidado integral para las personas adultas mayores, prestando servicios para la salud física y mental
- Tráfico y ruidos externos vehiculares sobre Av. Cra 7ª



Las condiciones que se presentan en el contexto son favorables para el tipo de proyecto y usuario que se desarrollará, se encuentra en una zona de alto porcentaje de personas adultas mayores. Sin embargo, se presenta contaminación vehicular y auditiva la cual se espera disminuir con componentes naturales y se espera desarrollar un espacio público seguro y adecuado para el tipo de usuario, junto con espacios de apoyo, ayuda y entretenimiento para el adulto mayor.

Se brindarán estrategias y soluciones sostenibles a través de zonas verdes con mejor calidad del aire e iluminación natural al interior de los edificios, ahorro del agua, eficiencia energética y selección de materiales, además de esto jardines verticales, reutilización de materiales y adaptarse a las necesidades actuales y futuras del usuario.

Preguntas

Pregunta General

¿Cómo desde la arquitectura se proporcionan condiciones favorables y adecuadas para el adulto mayor?

¿Como brindar un apoyo e inclusión con espacios innovadores para las personas adultas mayores del sector?

Preguntas Especificas

¿De qué manera se pueden generar espacios adecuados que incluyan y presten ayuda a esta comunidad?

¿De qué forma se pueden renovar y desarrollar actividades diarias y espacios seguros para el adulto mayor en el sector de Usaquén, a través de un Senior's Club y Centro Comunitario?

¿Como se puede generar una fácil accesibilidad y circulación aptas a cualquier tipo de limitación física, con iluminación y ventilaciones adecuadas?

¿Como se genera una conexión del proyecto arquitectónico con el contexto inmediato?

¿Como generar una articulación de espacios y zonas verdes de la zona haciendo así una conexión y senderos ecológicos integrando el proyecto con el sector y el ecosistema del entorno?

¿Qué actividades y espacios pueden incentivar y proporcionar las herramientas para tener un estilo de vida productivo?



Zonas verdes área de intervención



Áreas verdes propuestas

Pregunta General

La pregunta general se evidencia desde el planteamiento conceptual de Le Corbusier, Terraza Jardín, Planta libre y Pilotis, creando así espacios naturales con una ventilación adecuada, plantas sin límites generando una conexión con el entorno y crear conexiones con el espacio público de la calle y el espacio privado del edificio por medio de Pilotes

Investigación del proyecto

Sostenibilidad – Arquitectónico



GUIA 03

Centro de cuidado integral Nuevo día Senior's live
Comprehensive care center new day Seniors live

Seminario de Investigación y Proyección Social II
Laura Fernanda Navarrete Estupiñan

Docente Diseño 2022: Gloria Elsa Amin
Docente Seminario: Carlos Enrique Gómez Pardo

Universidad Piloto de Colombia
Facultad de Arquitectura y Artes
Programa de Arquitectura
X Semestre
2022

Análisis contexto



- Vías primarias
- Vías secundarias
- Área de intervención

El proyecto Senior's club y centro comunitario está ubicado sobre la Av Cra 7ª con Calle 114, contando con una vía principal la cual facilita el acceso al proyecto, fácil movilidad y transporte alrededor del área de intervención, cuenta con diversas paradas de autobús y estaciones de Transmilenio cercanas. Senior's club Live se encuentra en una zona con diversidad de usos, está ubicado junto al centro comercial Hacienda Santa Bárbara, y frente a zonas de oficinas y hoteles, junto al área de intervención el uso predominante es la vivienda estrato 6. Se presenta una diversidad de alturas sobre la Av Cra 7ª. Las condiciones que se presentan en el análisis de contexto son favorables para el tipo de proyecto y usuario que se desarrollará el proyecto Nuevo día Senior's club.



- Estación Transmilenio Pepe Sierra
 - Estaciones de SITP
- Se encuentra una fácil movilidad y transporte al rededor del área de intervención

El análisis de movilidad muestra que el proyecto tiene una fácil accesibilidad y variedad de sistemas de transporte público, dos entradas vehiculares y ciclorutas a su alrededor.



Los usos predominantes son la vivienda y el comercio, se encuentran algunos jardines infantiles, embajadas y hoteles. Las mayores alturas se encuentran sobre la Av. Cra 7ª



DEBILIDADES

- Tráfico y ruidos externos vehiculares sobre Av. Cra 7ª.
- Contaminación ambiental por tránsito de vehículos pesados y de transporte público.

OPORTUNIDADES

- Zonas verdes cercanas las cuales permitirán una conexión a futuro creando ejes de apoyo con los cerros orientales.
- La normativa del lote permite un diseño arquitectónico en altura, lo cual permitirá un diseño escalonado creando cubiertas transitables y sostenibles.

FORTALEZAS

- Ubicación sobre Avenida Cra 7ª la cual favorece y facilita el acceso al proyecto.
- La población predominante del sector son las personas de la Tercera edad lo cual beneficia al Senior's club y Centro comunitario ya que el usuario destinado son personas Adultos mayores.
- La normativa del lote permite un diseño arquitectónico en altura.
- El uso principal de la zona es la vivienda por lo cual es un sector tranquilo y sin ruidos alrededor.

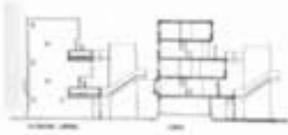
AMENAZAS

- Contaminación auditiva por ruidos externos vehiculares y de transporte público.

Temas específicos

- Espacio publico
- Integración
- Sostenibilidad – Sistema leed
- Servicios de entretenimiento y recreación
- Calidad de vida

Referencias del proyecto

<p>Referente</p> 	<p>Información</p> <p>Hogar Geriatrico Autor: Felipe Ramos Ubicación: Bogota. Año: 2016 Area: 1342 m2 Un edificio diseñado exclusivamente para la comodidad y seguridad de las personas de la tercera edad.</p>	<p>Formal</p>  <p>Forma rectangular con aberturas en sus fachadas</p>	<p>Funcional</p> <p>En su interior se tejen espacios con alturas de 2,50mts y 2,70mts, dando una sensación de amplitud que recorre todo el edificio.</p> 
<p>Estetica</p>  <p>A nivel estético, se rompe la fachada para darle movimiento y ésta es atravesada por un muro vivo que la recorre verticalmente.</p>	<p>Tectónico</p>  <p>Cuenta con una doble fachada que actúa como una cámara de aire que regula la temperatura buscando el mayor confort en su interior, sector.</p>	<p>Sostenibilidad</p>  <p>Las paredes sirven como filtro natural del aire y regulador de la temperatura y humedad interiores.</p>	
<p>Referente</p> 	<p>Información</p> <p>Villa San Luis Ubicación: Chile Se caracteriza por sus terrazas escalonadas y sus vistas independientes, se obtiene una gran iluminación y mejor calidad del aire.</p>	<p>Formal</p>  <p>Terrazas transitables unidas por medio de rampas para una mejor circulación y permanencia.</p>	<p>Funcional</p> <p>Las torres eran independientes y giradas con distintas orientaciones para otorgar privacidad y, al mismo tiempo, vistas desde cada una de las terrazas de los departamentos.</p> 
<p>Estetica</p>  <p>Torres escalonadas con privacidad y terrazas ordenadas como zonas comunes las cuales ofrecen una vista hacia la cordillera de los Andes</p>	<p>Sostenibilidad</p> <p>Cada departamento tenía dos frentes, de los cuales uno daba al norte y otro al sur; la estrategia climática consistía en tener un frente caliente y uno frío para poder regular la temperatura del edificio a través de la retención de calor y ventilación cruzada.</p>	<p>Formal</p>  <p>Auca 21</p>	

Objetivos Específicos

- Propiciar y generar espacios aptos, cómodos y agradables para la recreación y descanso de adultos mayores del sector mejorando su calidad de vida
- Generar una conexión del proyecto arquitectónico con el contexto, usos, áreas verdes y alturas del sector
- Generar áreas de ayuda clínica y psicológica
- Fácil accesibilidad y circulación con iluminación y ventilación adecuadas para cualquier tipo de limitación física
- Generar espacios de confort y sostenibilidad mejorando la salud y calidad de vida de los adultos mayores

	Objetivo específico	Fuentes de información	Resultados
1	¿Como propiciar y generar espacios aptos, cómodos y agradables para la recreación y descanso de adultos mayores del sector mejorando su calidad de vida	Estandares de calidad para adultos mayores Ministerio de salud Recuperado de: https://www.minsalud.gov.co/proteccion-social/promocion-social/Paginas/vejez-calidad.aspx	Zonas de yoga, terapia, areas de descanso y zonas sociales y deportivas
2	Generar ayuda clínica y alimentaria a las personas adultas mayores	Centros de protección social, espacios seguros Alcaldía de Bogotá Recuperado de: https://www.integracionsocial.gov.co/bogotaresponde/index.php/4envejecimiento-digno-y-activo?start=4	Generar espacios con ayuda clínica y alimentaria necesarias
3	¿Como generar una fácil accesibilidad y circulación aptas a cualquier tipo de limitación física?	Guía de movilidad peatonal urbana	Rampas con iluminación y espacios con ventilaciones adecuadas

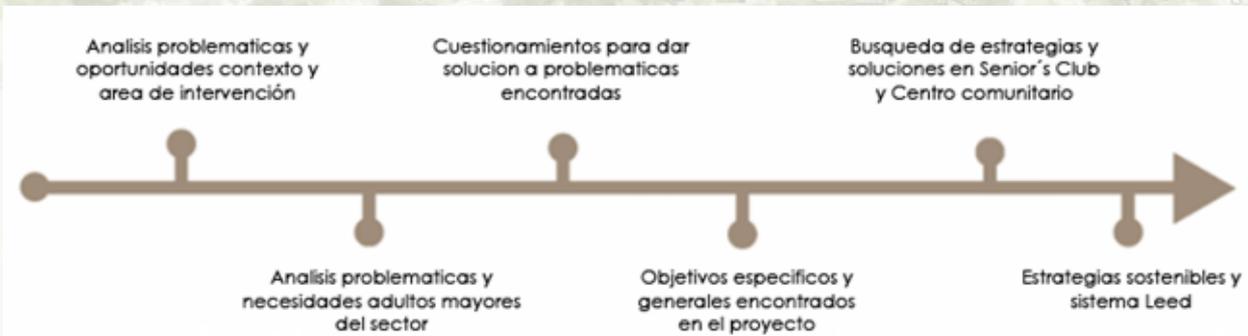
a/

Título del proyecto

Centro de cuidado integral para el adulto mayor Nuevo día Senior's Club



Marco teórico



El tipo de usuario (adulto mayor) en ocasiones presenta algunas limitaciones físicas, por lo cual necesita un estilo de vida saludable con ayuda clínica y espacios donde se sientan seguros, cómodos y útiles ante una sociedad. En esta investigación se pone en evidencia factores que afectan a la población de la tercera edad de las cuales algunas son: El abuso y maltrato desde un entorno cercano. Según Medicina Legal, en el 2017 el caso de las lesiones no fatales, fue la violencia contra el adulto mayor la que evidenció un ascenso mayor con un 17,60%. En cuanto a la salud mental de los adultos mayores nos encontramos con estadísticas sobre depresión y suicidio. En el año 2016 personas atendidas por episodios depresivos se concentra en la población de 50 a 59 años. Situación que evidencia la existencia de una mayor probabilidad de riesgo de desarrollar depresión después de los 60 años.

Exponiendo estas problemáticas se hace el planteamiento del problema, ¿De qué forma se pueden renovar y desarrollar actividades diarias y espacios seguros para el adulto mayor en el sector de Usaquén, a través de un Senior's Club y Centro Comunitario? Se plantea Propiciar y generar espacios aptos, cómodos y agradables para la recreación y descanso de adultos mayores del sector mejorando su calidad de vida, contando con áreas de ayuda, talleres didácticos y zonas deportivas.

GUIA 04

Centro de cuidado integral Nuevo día Senior's live
Comprehensive care center new day Seniors live

Seminario de Investigación y Proyección Social II
Laura Fernanda Navarrete Estupiñan

Docente Diseño 2022: Gloria Elsa Amin
Docente Seminario: Carlos Enrique Gómez Pardo

Universidad Piloto de Colombia
Facultad de Arquitectura y Artes
Programa de Arquitectura
X Semestre
2022

Problema de investigación

¿Cómo desde la arquitectura se proporcionan condiciones favorables y adecuadas para el adulto mayor?

¿Como brindar un apoyo e inclusión con espacios innovadores para las personas adultas mayores del sector?

Diagrama conceptual problema de investigación

LUGAR

- Se presentan pocos espacios dedicados al cuidado integral y protección del adulto mayor
- Generar un espacio público fácil y seguro
- Aumentar la participación del adulto mayor en el sector

ESPACIOS EXTERNOS

- Se encuentra una relación de la circulación exterior con la planta libre alrededor del proyecto, generando una articulación con su entorno creando un fácil acceso en diferentes puntos del lote
- Cafés al aire libre junto con áreas verdes y zonas de permanencia

USUARIO

- Diseñar espacios de interés y beneficio del usuario
- Agrocultivo y huertas comunitarias dedicadas al entretenimiento del adulto mayor
- Actividades de interés y análisis generacional
- Zonas comunes, huertas y jardines que ayuden y beneficien al usuario

ESTRATEGIAS

- Generar espacios innovadores con arquitectura sensorial aplicándola al espacio público,
- Generar una adaptación del proyecto con el lugar, creando una conexión ambiental con el parque Hacienda Santa Barbara
- Proporcionar espacios innovadores y agradables con estaciones de descanso y actividades lúdicas para el adulto mayor

ESPACIOS INTERNOS

- Se genera un principal puente elevado el cual conecta zonas sociales del proyecto creando áreas de recreación y zonas húmedas climatizadas
- Se encuentran áreas de ayuda y atención, junto con terapia con olores, sonidos y animales para el entretenimiento
- Se generan amplios balcones de circulación alrededor del proyecto con amplia iluminación

MATRIZ DE SENTIDOS

- Diseñar un mobiliario el cual sea cómodo y agradable, con iluminación, sonidos, aromas y fuentes, buscando una estimulación de los sentidos.
- Circulaciones y espacios de permanencia con adecuada iluminación natural.

SISTEMAS DE CONFORT

- Pisos y muros radiantes en diferentes zonas específicas del proyecto, para así crear un confort térmico

¿De qué forma se pueden renovar y desarrollar actividades diarias y espacios seguros para el adulto mayor en el sector de Usaquén, a través de un Senior's Club y Centro Comunitario? Así como la falta de espacios seguros las afectaciones y limitaciones físicas también son una problemática importante a tener en cuenta en la propuesta arquitectónica, la movilidad y accesibilidad los cuales afectan la calidad de vida de los usuarios.

Delimitación del Problema

- Escasos programas y espacios de recreación y participación cultural que permitan unos niveles de vida saludables para el desarrollo integral de la salud física y mental
- Espacios seguros para ellos ya que hay un alto porcentaje de abuso y maltrato en entornos cercanos
- Carencia de zonas verdes y rampas en el espacio público que faciliten la movilidad y accesibilidad
- Difícil accesibilidad peatonal para las personas de la tercera edad
- Carencia de espacios de apoyo, ayuda y cuidado a personas adultas mayor

Preguntas Problema

¿Cómo desde la arquitectura se proporcionan condiciones favorables y adecuadas para el adulto mayor?

¿Como brindar un apoyo e inclusión con espacios innovadores y adecuados para las personas adultas mayores del sector?

¿De qué manera se pueden generar espacios adecuados que incluyan y presten ayuda a esta comunidad?

¿De qué forma se pueden renovar y desarrollar actividades diarias y espacios seguros para el adulto mayor en el sector de Usaquén, a través de un Senior's Club y Centro Comunitario?

¿Como se puede generar una fácil accesibilidad y circulación aptas a cualquier tipo de limitación física, con iluminación y ventilaciones adecuadas?

¿Como se genera una conexión del proyecto arquitectónico con el entorno inmediato?

¿Como generar una articulación de espacios y zonas verdes de la zona haciendo así una conexión y senderos ecológicos integrando el proyecto con el sector y el ecosistema del entorno?

¿Qué actividades y espacios pueden incentivar y proporcionar las herramientas para tener un estilo de vida productivo?

Problema y/o Necesidades

	PROBLEMA —	APORTE ✓	NECESIDAD +
	Escases de espacios culturales y de recreación	Areas ludicas, deportivas y de educación mejorando la calidad de vida	Espacios dedicados a la recreación y entrenamiento del adulto mayor
	Calidad de vida inadecuada para el adulto mayor	Zonas deportivas, terapia y espacios comodos y agradables para la vida diaria	Necesidad de espacios que brinden una mejor calidad de vida
	Falta de cuidado y ayuda integral al adulto mayor	Areas de salud fisica y psicologica	Escases de espacios orientados a la protección y cuidado integral del adulto mayor
	Espacio público inadecuado para los adultos mayores	Rampas y zonas amplias para una facil movilidad	Espacio público seguro para la movilidad de las personas adultas mayores
	Incremento en la participación del adulto mayor en la localidad	Salones de ayuda y areas de actividades gratuitas	Espacios arquitectonicos para el entrenamiento, ayuda y participación del adulto mayor

Marco Teórico

1. Reactivación ambiental

- Conexión con parque Hacienda Santa bárbara generando espacio publico y zonas verdes junto con senderos ecológicos
- Fachadas verdes las cuales aíslan los sonidos exteriores
- Zonas verdes y agrocultivo alrededor del proyecto



Bibliografía:

Marroquín, Adolfo (2015); Plantas, aislantes de ruido y contaminación. Tomado de: <https://blogs.hoy.es/ciencia-facil/2015/08/23/plantas-aislantes-de-ruido-y-contaminacion/>

2. Mobiliario

- Mobiliario diseñado con luminarias que contaran con energía solar a través de paneles.
- Mobiliario diseñado con sonidos reproductores de música relajante diseñados para reciclar los sonidos ruidosos de la ciudad y filtrarlos para así convertirlos en sonidos agradables.
- Bancas con madera ergonómica alrededor del proyecto



Bibliografía:

Ecologistas en acción (2019); Bancas, asientos y ergonomía. Tomado de: <https://www.ecologistasenaccion.org/115203/bancos-asientos-y-ergonomia/>

3. Movilidad

- Espacio público con rampas y ascensores adecuados para una fácil y cómoda movilidad
- Múltiples terrazas transitables, permitiendo una mejor ventilación y vista periférica de los cerros orientales
- Amplios balcones de circulación alrededor del proyecto con amplia iluminación

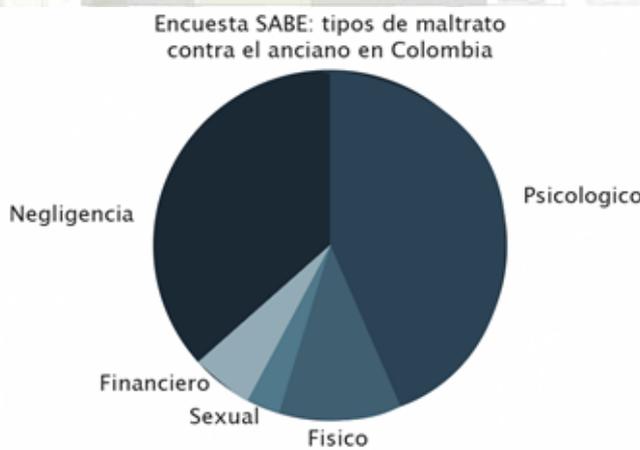


Bibliografía:

Sebastian Salguero (2019); El mundo de las terrazas verdes. Tomado de: <https://espaciosustentable.com/terrazas-verdes/#:~:tet=Los%20techos%20o%20terrazas%20verdes,fundamentalmente%20para%20el%20aprovechamiento%20y>

En la etapa de la tercera edad las personas suelen tener alteraciones en las capacidades físicas, por lo cual necesitan un estilo de vida específico y saludable y espacios donde se sientan seguros y cómodos. En esta investigación se pone en evidencia factores que afectan a la población de la tercera edad de las cuales algunas son: El abuso y maltrato desde un entorno cercano. Según Medicina Legal, en el 2017 el caso de las lesiones no fatales fue la violencia contra el adulto mayor la que evidenció un ascenso mayor con un 17,60%. En cuanto a la salud mental de los adultos mayores nos encontramos con estadísticas sobre depresión y suicidio. En el año 2016 personas atendidas por episodios depresivos se concentra en la población de 50 a 59 años. Situación que evidencia la existencia de una mayor probabilidad de riesgo de desarrollar depresión después de los 60 años.

Figura 1
Encuestas SABE Maltrato



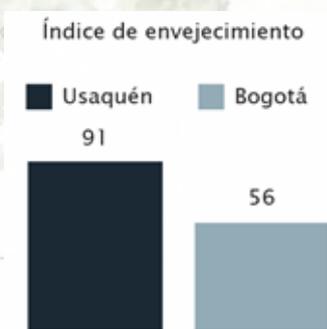
Exponiendo estas problemáticas se hace el planteamiento del problema, obteniendo unas necesidades de las personas Adultas Mayores en el sector, ¿De qué forma se pueden renovar y desarrollar actividades diarias y espacios seguros para el adulto mayor en el sector de Usaquén, a través de un Senior's Club y Centro Comunitario? Así como la falta de espacios seguros las afectaciones y limitaciones físicas también son una problemática importante a tener en cuenta en la propuesta arquitectónica, la movilidad y accesibilidad los cuales afectan la calidad de vida de los usuarios. Para dar solución a estas problemáticas el Senior's Club y Centro comunitario sostenible prestara apoyo, ayuda, integración e inclusión a las personas de la tercera edad, esto a través de espacios cómodos y accesibles en los cuales tengan una mejor calidad de vida, bienestar y recreación, haciendo una conexión con el contexto y áreas verdes sostenibles.

Estas soluciones sostenibles se prestan a través de zonas verdes con mejor calidad del aire e iluminación natural al interior de los edificios, ahorro del agua, eficiencia energética y selección de materiales.

Figura 2
Alcaldía Mayor de Bogotá



Figura 3
Alcaldía Mayor de Bogotá



GUIA 05

Centro de cuidado integral Nuevo día Senior's live
Comprehensive care center new day Seniors live

Seminario de Investigación y Proyección Social II
Laura Fernanda Navarrete Estupiñan

Docente Diseño 2022: Gloria Elsa Amin
Docente Seminario: Carlos Enrique Gómez Pardo

Universidad Piloto de Colombia
Facultad de Arquitectura y Artes
Programa de Arquitectura
X Semestre
2022

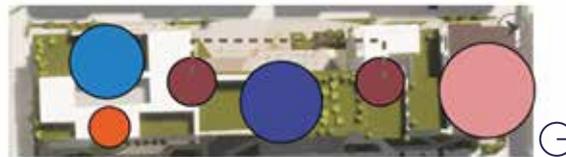
Título del proyecto

Centro de cuidado integral Nuevo día Senior's live

Antecedentes del proyecto

- **Temáticos**

Recolección de información programa Senior's club.



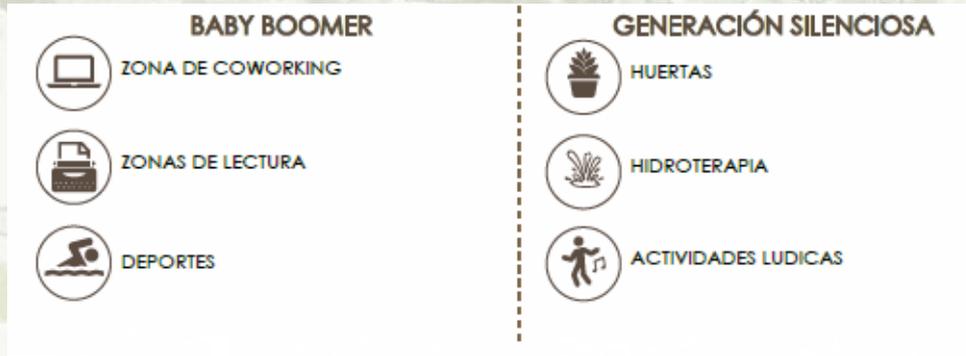
Relación de espacios Senior's live.

Se generaron zonas de encuentro con juegos lúdicos, zonas de descanso y áreas de audiovisuales para que de esta forma se tenga un contacto entre los usuarios.



Espacios sociales. Senior's live

Análisis usuario generacional, actividades de interés.



Actividades de interés y productividad para el adulto mayor.

CUIDADO INTEGRAL

Se presentan pocos espacios dedicados al cuidado integral y protección del adulto mayor

PARTICIPACIÓN CULTURAL

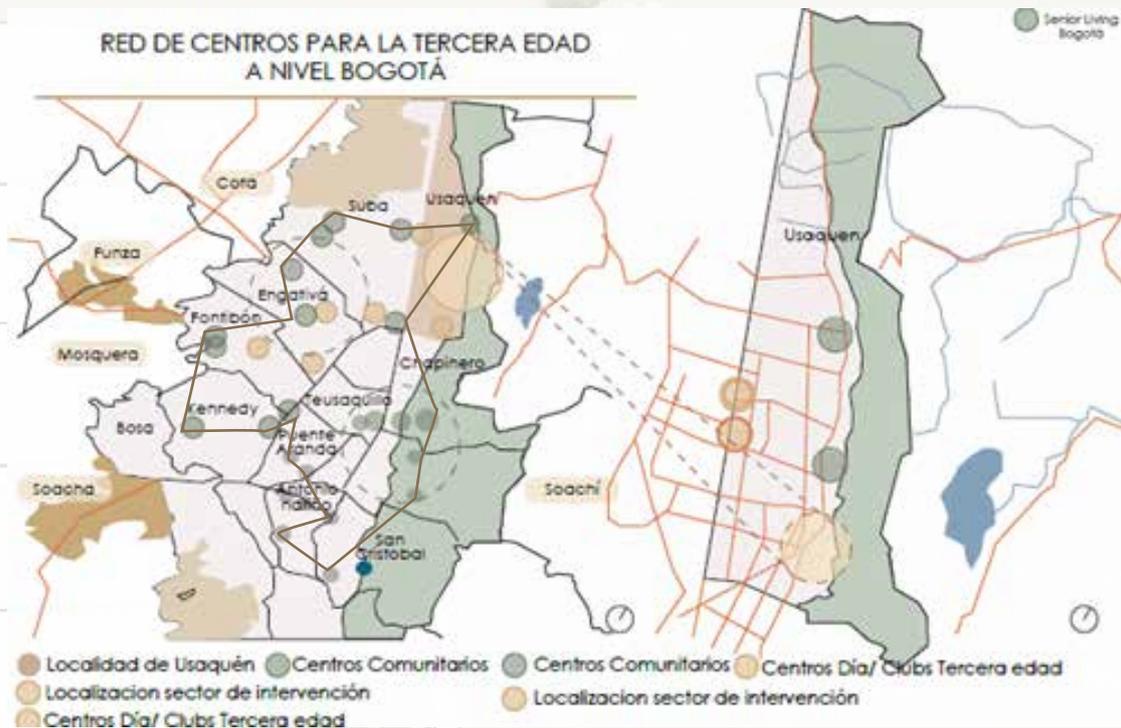
Escasos programas y espacios de recreación y participación cultural que permitan unos niveles de vida saludables para el desarrollo integral de la salud física y mental

ZONAS VERDES

Carencia de zonas verdes y rampas en el espacio publico que faciliten la movilidad y accesibilidad

- De contexto

Análisis contexto red centros para el adulto mayor



Circulación y accesibilidad del proyecto



El proyecto se encuentra en una zona de alto porcentaje de personas adultas mayores, con respecto a la movilidad, tiene una fácil accesibilidad, el ingreso principal queda ubicado sobre la cra 7a



El porcentaje poblacional de la tercera edad en la localidad y upz de Usaquén ha venido en aumento, además de esto es un sector generalmente seguro y tranquilo con zonas verdes y comercios cercanos. Se realizaron análisis de aspectos normativos y el lote seleccionado tiene las características adecuadas que cumplen con las necesidades y expectativas deseadas.

Según la secretaria de Integración Social y Salud muchas de estas instituciones no cumplen la normatividad, nutrición, salubridad, ambientes seguros, desarrollo humano y con buenas condiciones higiénicas necesarias.

Encuestas SABE Maltrato



Requerimientos de información

PREGUNTA
NR.

TEMÁTICA
A LA QUE
PERTENECE

TIPO
INFO

FUENTES DE
INFORMACIÓN
REFERENTES

OBSERVACIONES

¿Como se puede generar una fácil accesibilidad y circulación aptas a cualquier tipo de limitación física, con iluminación y ventilaciones adecuadas?

Teorias, metodos y practicas

Flujo de movilidad

Guia de movilidad peatonal urbana
<http://www.pactodeproductividad.com/pdf/guia-general-sobre-accesibilidad.pdf>

Rampas con iluminación y espacios con ventilaciones adecuadas contando con la NTC 4145



¿Como se genera una conexión del proyecto arquitectónico con el entorno inmediato?

Habitat y territorio

Conexión con el entorno mediante senderos ecológicos

Senderos ecológicos
<https://www.archdaily.co/co/781084/estudio-685-comienza-construccion-de-sendero-ecologico-en-ecuador>



Senderos ecológicos creando conexión con su entorno



¿Qué actividades y espacios pueden incentivar y proporcionar las herramientas para tener un estilo de vida productivo y saludable?

Teorias, metodos y practicas

Actividades que ayuden a salud del adulto mayor

Hidroterapia
<http://jardindemsabuelos.com.ar/?p=9383>

Hidroterapia para favorecer la respiración y una mejor calidad de vida



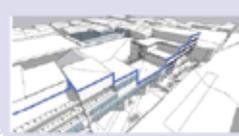
¿Que aspectos sostenibles ayudan a un ahorro energetico y cuidado del medio ambiente?

Neurociencia

Aspectos sostenibles implementados

Reaprovechamiento de agua lluvia
<https://www.arrevol.com/blog/5-sistemas-metodos-para-reaprovechar-reutilizar-el-agua-de-lluvia>

Cubiertas con recolección de agua lluvia



¿Como implementar aislantes de ruido alrededor del proyecto que permitan zonas de descanso y entretenimiento?

Neurociencia

Implementación de recursos que ayuden a ca contaminación auditiva

Fachadas vegetales aislantes de ruido
https://www.ecoavant.com/contaminacion/barreras-verdes-contra-el-ruido_2278_102.html

Fachadas aislantes de ruido y calefacción



GUIA 06

Centro de cuidado integral Nuevo día Senior's live
Comprehensive care center new day Seniors live

Seminario de Investigación y Proyección Social II
Laura Fernanda Navarrete Estupiñan

Docente Diseño 2022: Gloria Elsa Amin
Docente Seminario: Carlos Enrique Gómez Pardo

Universidad Piloto de Colombia
Facultad de Arquitectura y Artes
Programa de Arquitectura
X Semestre
2022

Título del proyecto
 Centro de cuidado integral Nuevo día Senior's live

TEMA	DATOS ESPECÍFICOS REQUERIDOS (VARIABLES)	FUENTE	MÉTODOS	OBSERVACIONES
Plantas aislantes de ruido	Plantas aislantes de ruido utilizadas en fachada y espacio publico	Marroquín, Adolfo (2015); Plantas, aislantes de ruido y contaminación. Tomado de: https://blogs.hoy.es/ciencia-facil/2015/08/23/plantas-aislantes-de-ruido-y-contaminacion/	Paredes cubiertas por vegetales con capacidad de aislamiento termico	Paredes con vegetación interiores que brindan confort y calefacción
Sistemas sostenibles	Manejo de agua lluvia en cubiertas y fachadas	Reaprovechamiento de agua lluvia https://www.arrevol.com/blog/5-sistemas-metodos-para-reaprovechar-reutilizar-el-agua-de-lluvia	Sistemas de recolección de agua lluvia con almacenamiento para vegetación	Utilizar el sistema de agua lluvia en la vegetación del proyecto interior y exterior
Conectividad ecologica	Senderos ecologicos para recorrer con facilidad y seguridad	Senderos ecologicos https://www.archdaily.co/co/781084/estudio-685-comienzo-cotraccion-de-sendero-ecologico-en-ecuador	Senderos ecologicos con iluminación y vegetación	Senderos ecologicos aplicados alrededor del proyecto y así crear espacios de circulación agradables
Sistema LEED	Construcción sostenible Certificación sistema leed	Consejo colombiano de construcción sostenible www.cccs.org.co	Certificación para garantizar una construcción sostenible con materiales, recursos e innovación	Uso eficiente del agua, energía y atmosfera
Sistemas aislantes de ruido	Doble puerta aislantes de ruido en ingreso al proyecto	Aislamiento de ruido https://www.onventanas.com/el-doble-acristalamiento-realmente-reduce-el-ruido/	Acristalamiento como aislamiento térmico del ruido	Puertas aislantes de ruido ubicadas en diferentes accesos al proyecto

GUIA 07

Centro de cuidado integral Nuevo día Senior's live
Comprehensive care center new day Seniors live

Seminario de Investigación y Proyección Social II
Laura Fernanda Navarrete Estupiñan

Docente Diseño 2022: Gloria Elsa Amin
Docente Seminario: Carlos Enrique Gómez Pardo

Universidad Piloto de Colombia
Facultad de Arquitectura y Artes
Programa de Arquitectura
X Semestre
2022

Objetivos

Objetivo General:

Diseñar un Senior's Club y Centro comunitario Sostenible en el cual se preste un apoyo, ayuda, integración e inclusión a las personas de la tercera edad, esto a través de espacios cómodos y accesibles en los cuales tengan una mejor calidad de vida, bienestar y recreación, haciendo una conexión con el contexto, entorno inmediato y áreas verdes sostenibles.

Objetivo específico 1:

- Propiciar y generar espacios de recreación y descanso para adultos mayores del sector.

Objetivo específico 2:

- Articulación de espacios y zonas verdes de la zona haciendo así una conexión y senderos ecológicos integrando el proyecto con el sector y el ecosistema del entorno.

Objetivo específico 3:

- Creación de actividades culturales y recreativas para una mejor socialización y entretenimiento del usuario.

Preguntas

Pregunta 1 / Objetivo específico 1:

¿Cómo desde la arquitectura se proporcionan condiciones favorables y adecuadas para el adulto mayor?



Pregunta 2/ Objetivo específico 2:

¿Como generar una articulación de espacios y zonas verdes de la zona haciendo así una conexión y senderos ecológicos integrando el proyecto con el sector y el ecosistema del entorno?

Pregunta 3/ Objetivo específico 3:

¿Qué actividades y espacios pueden incentivar y proporcionar las herramientas para tener un estilo de vida social y productivo?



Referencias

1. Guía de movilidad peatonal urbana

<http://www.pactodeproductividad.com/pdf/guiageneralsobreaccesibilidad.pdf>

Generar una fácil y cómoda accesibilidad y circulación alrededor de todo el proyecto, aptas a cualquier tipo de limitación física, con iluminación y ventilaciones adecuadas. Esto hará que el usuario tenga acceso a todo el proyecto y función a todas las actividades.

2. Conectividad Ecológica

<https://www.archdaily.co/co/781084/estudio-685-comienza-construccion-de-sendero-ecologico-en-ecuador>



Senderos ecológicos con iluminación y vegetación aplicados alrededor del proyecto, esto genera una conectividad ecológica con el sector y se crean espacios de circulación agradables con el usuario, integrando vegetación con aromas.

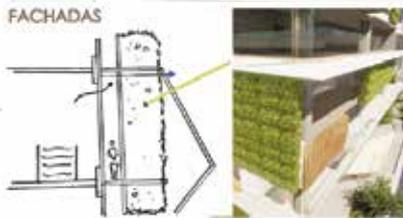
3. Actividades terapéuticas

<http://jardindemisabuelos.com.ar/?p=9383>

Hidroterapia proporcionando e incentivando herramientas para un estilo de vida saludable y productivo, favorece la respiración y la circulación sanguínea.

4. Factores aislantes de ruido

https://www.ecoavant.com/contaminacion/barreras-verdes-contr-el-ruido_2278_102.html



Implementación de fachadas vegetales aislantes de ruido, recurso el cual ayuda a la contaminación auditiva y tienen una alta capacidad de absorción del ruido. Crean un confort térmico interior y trae ahorros energéticos mejorando la calidad del aire del proyecto.

5. Construcción sostenible sistema LEED

Consejo colombiano de construcción sostenible www.cccs.org.co

Generar una certificación para garantizar una construcción sostenible con materiales, recursos e innovación realizando un uso eficiente del agua, energía y atmósfera.

Mapa conceptual

Senior's live
Centro de cuidado integral

Tema de investigación:
Senior's Club y Centro Comunitario destinado al bienestar e inclusión de los adultos mayores.

Problema de investigación:
¿Cómo desde la arquitectura se proporcionan condiciones favorables y adecuadas para el adulto mayor?
¿Como brindar un apoyo e inclusión con espacios innovadores para las personas adultas mayores del sector?

Marco Teorico

1. Reactivación ambiental.
 - Conexión con parque Hacienda Santa Bárbara generando espacio publico y zonas verdes junto con senderos ecológicos
 - Fachadas verdes las cuales aíslan los sonidos exteriores
2. Movilidad
 - Espacio público con rampas y ascensores adecuados para una fácil y cómoda movilidad
 - Múltiples terrazas transitables, permitiendo una mejor ventilación y vista periférica de los cerros orientales
3. Mobiliario
 - Mobiliario diseñado con luminarias que contarán con energía solar a través de paneles.

Linea del tiempo

1. Analisis problematicas y oportunidades contexto y areas de intervención.
2. Analisis problematicas y necesidades en adultos mayores.
3. Cuestionamientos para dar solución a problematicas encontradas.
4. Objetivos especificos y generales encontrados en el proyecto.
5. Busqueda de estrategias, necesidades y aportes.
6. Estrategias sostenibles y sistema LEED.

Estrategias

- Espacios innovadores con arquitectura sensorial al interior y exterior del proyecto.
- Adaptación del proyecto con el lugar, creando conexiones ambientales con parques cercanos.
- Espacios agradables con estaciones de descanso y actividades ludicas para el adulto mayor.

Aportes

- Areas ludicas, deportivas y de educación, mejorando la calidad de vida.
- Zonas deportivas, terapia y espacios cómodos y agradables para la vida diaria.
- Areas de salud fisica y psicologia.
- Rampas y zonas amplias para una facil movilidad.
- Salones de ayuda y areas de actividades gratuitas.