



Figura 1: Personas Adultas Mayores

DE LA CASA A LA COMUNIDAD:

Centro Diurno para el Adulto Mayor en Florencia de San Carlos

Proyecto Final de Graduación | 2020 | ITCR

María Fernanda Barahona Picado



DE LA CASA A LA COMUNIDAD
CENTRO DIURNO PARA EL ADULTO MAYOR

ESCUELA
ARQUITECTURA
URBANISMO

TEC



DE LA CASA A LA COMUNIDAD
CENTRO DIURNO PARA EL ADULTO MAYOR

**PROPUESTA DE DISEÑO ARQUITECTÓNICO
CENTRO DIURNO PARA LOS ADULTOS MAYORES EN
FLORENCIA DE SAN CARLOS**

INSTITUTO TECNOLÓGICO DE COSTA RICA

ESCUELA DE ARQUITECTURA Y URBANISMO

**PROYECTO FINAL DE GRADUACIÓN
AU-5408**

**MARÍA FERNANDA BARAHONA PICADO
201233448**

**SAN JOSÉ, COSTA RICA
I SEMESTRE DE 2020**



AGRADECIMIENTO

Agradezco profundamente a mi familia por darme siempre su apoyo y amor incondicional.

A Karo , Juan , Sule y Mario por escucharme, ayudarme en todo lo posible y ser mi sostén en medio de este proceso académico.

A don Juan Mora; presidente de la asociación de adultos mayores; y las personas mayores de Florencia, por abrirme los brazos en todo momento y mostrarme desde su perspectiva, la importancia de este tipo de equipamiento dentro de un distrito.

Finalmente, a Mónica Quesada Cordero y a Diana Ghisellini Marín, por sacar un ratito de su tiempo para compartirme su conocimiento y experiencia.

CONSTANCIA

De Defensa Pública del Trabajo Final de Graduación

El presente Proyecto Final de Graduación titulado "De la casa a la comunidad: Centro Diurno para el Adulto Mayor en Florencia de San Carlos", presentado el día 04 de mayo del 2020, ha sido defendido ante el tribunal examinado como requisito para optar por el grado de licenciatura en Arquitectura, en la Escuela de Arquitectura y Urbanismo de Tecnológico de Costa Rica.

El proyecto fue desarrollado por la estudiante María Fernanda Barahona Picado, carné 201233448, cuya orientación y supervisión estuvo a cargo del profesor Arq. Marcos Solís García, asimismo de las lectoras Arq. Diana Ghisellini Marín y Msc. Mónica Quesada Cordero.

El Tribunal examinador aprueba que este documento sea de conocimiento público y acuerda declarar el proyecto:



Aprobado

92.40

Calificación

Arq. Marcos Solís García
Profesor Tutor

DIANA
CRISTINA
GHISELLINI
MARIN (FIRMA)
Firmado digitalmente
por DIANA CRISTINA
GHISELLINI MARIN
(FIRMA)
Fecha: 2020.05.04
11:44:06 -06'00'

Arq. Diana Ghisellini Marín
Lectora

MONICA MARIA
QUESADA
CORDERO (FIRMA)
Digitally signed by
MONICA MARIA
QUESADA
CORDERO (FIRMA)
Date: 2020.05.04
14:25:14 -06'00'

Msc. Mónica Quesada Cordero
Lectora

María Fernanda Barahona Picado
Estudiante

ABSTRACT

Population ageing is a worldwide phenomenon described by the United Nations (2017) as an increment on the amount of senior citizens and a decline on the amount of children under 5 years of life, national entities such as the University of Costa Rica and The National Council of Older Persons (CONAPAM) (2007) agree in that Costa Rica's population aging pattern is consistent with said phenomenon.

The annual increase of senior citizens, along with the fact that this group holds the third position of groups with the highest incidence rate in poverty (UCR y CONAPAM, 2007, p.43) implies an increment of senior citizens that would become vulnerable to risk conditions. Which justifies the importance of the existence of urban equipment that tends to this phenomenon by offering services and tools which improve the quality of life for this age group.

In early 2019, the Florencia District Association

sought municipal support to design and build an adult day care center in Florencia, San Carlos, as a local group composed by 50 senior citizens required an appropriate space to perform complementary activities.

After analyzing the elder's current life conditions in Florencia and its surrounding area, the project "De la casa a la comunidad: Centro diurno para el adulto mayor de Florencia en San Carlos" is born. The project provides a space that aims to improve the quality of life for the senior citizens of the district through different services such as: medical attention, psychological consultancy, legal consultancy and social work. Along with tools and spaces specialized in non-formal education, that ultimately allow these people to improve their current economic condition.

Therefore, the Adult Day Care Center goes from being an urban equipment specialized on senior citizen's basic care, to being a space that improves the quality of life in the physical, emotional, social, educational and economic fields.

RESUMEN

A nivel mundial existe **un incremento de la población adulta mayor** y una disminución de niños menores a 5 años, este fenómeno es llamado envejecimiento poblacional y es mencionado en un informe de las Naciones Unidas (2017), entidades nacionales tales como la Universidad de Costa Rica y el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (2007) concuerdan con este fenómeno.

El incremento anual de adultos mayores sumado a que, en Costa Rica, estos se encuentren como el tercer grupo de edad con mayor incidencia de la pobreza (UCR y CONAPAM, 2007, p.43) representa un posible aumento de los adultos mayores propensos a condiciones de riesgo. Ello respalda **la importancia de la existencia de equipamientos que respondan a esta situación, ofreciendo servicios o herramientas que mejoren la calidad de vida de este grupo etario.**

A inicios del 2019 la Asociación Distrital de Florencia, busca el apoyo municipal para el diseño y la construcción de un Centro Diurno para Adultos Mayores en Floren-

cia de San Carlos, ya que un grupo de 50 adultos mayores organizados solicitaban un espacio adecuado para realizar actividades que funcionaran como un complemento a la vida familiar.

Al analizar la condición actual de los adultos mayores de Florencia y el entorno que lo rodea, se desarrolla el proyecto: **“De la casa a la comunidad: Centro diurno para el adulto mayor de Florencia en San Carlos”**, este busca ofrecer un espacio donde se apoye a los adultos mayores del distrito por medio de servicios como: medicina, psicología, consultaría legal y trabajo social, junto con herramientas enfocadas en la rama de la educación no formal, que permitan a estas personas mejorar su condición económica actual.

De modo que el centro diurno pasa de ser un equipamiento que ayuda con el cuidado diurno de las personas adultas mayores, a ser un espacio que aporta calidad de vida en ámbitos físicos, emocionales, sociales, educaciones y económicos.

ÍNDICE

i

CAPÍTULO

INTRODUCTORIO

Línea de Interés	16
Estado de la cuestión	17
Problema y oportunidad	21
Justificación	23
Objetivos	27
Delimitación	28
Marco Conceptual	30
Marco Legal	32
Metodología	35
Cuadro Metodológico	37

1

CAPÍTULO

COMUNIDAD

Adultos Mayores	40
Funcionarios	45
Actores Públicos y Privados	46
Usuarios Potenciales	47
Público General	48

2

CAPÍTULO

CASOS DE ESTUDIO

Análisis de casos nacionales	53
- CD Ciudad Quesada	53
- CD La Tigra	55
Análisis de casos internacionales	58
- Casa del abuelo	58
- Casal de gent gran de blancafort	58
Análisis de comparativo	62
Análisis de espacios	63

3.1

CAPÍTULO

EN SITIO

3.2

CAPÍTULO

DISEÑO

4

CAPÍTULO

CONCLUSIONES

Escala Macro - Distrital	71
- Proyectos Importantes	71
- Área de Influencia	73
- Caracterización de Barrios	75
Escala Medio - Comunal	79
- Estructura urbano	79
- Tipología de Vivienda	83
- Entorno Natural	85
Escala Micro - En sitio	87

Proceso de Diseño	94
- Programa arquitectónico	94
- Conceptualización	96
- Volumetría	98
- Relaciones programáticas	100
- Estructura	101
- Adaptación climática	103
- Planta de distribución	105
- Cortes	108
Diseño Externo	111
Diseño Interno	117
Diseño Mecánico	129
Costo Aproximado	131

Valoraciones del proyecto	138
Bibliografía	142
Referencia de Imágenes	147
Referencia de Diagramas	154
Referencia de Gráficos	155
Referencia de Tablas	156
Anexos	157





i CAPÍTULO INTRODUCTORIO

Este capítulo, es la base teórica que justifica el sentido del proyecto, en este se expone el fenómeno del envejecimiento poblacional; mencionado en el informe "*World Population Prospect*" de Naciones Unidas; como realidad mundial y la actual situación del adulto mayor en Costa Rica desde el punto de vista planteado en el "1 Informe de la situación del Adulto Mayor", con el fin de evidenciar la importancia de herramientas, equipamientos o actividades que permitan mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores.

En este contextualiza al lector acerca de la zona, el problema de investigación, los objetivos y la metodología a desarrollar dentro del proyecto.

LÍNEA DE INTERÉS

Esta investigación busca por medio de la arquitectura social, ser una herramienta para mejorar el desarrollo y la calidad de vida de las personas adultos mayores presentes en las comunidades del distrito de Florencia de San Carlos.

Se plantea un Centro Diurno para Adultos Mayores como respuesta a una iniciativa comunal que se viene gestando desde hace varios años, esta surgió por la necesidad actual de los adultos de Florencia, de tener un espacio adecuado para realizar actividades que les permita desenvolverse física, social y emocionalmente.

Por el momento, la asociación distrital de Florencia, les presta dos veces al mes, un aula en las instalaciones de la antigua Escuela Carlos Maroto. Esta también funciona como Centro de Formación en el distrito, pero no se encuentra equipada adecuadamente para trabajar con este tipo de población.

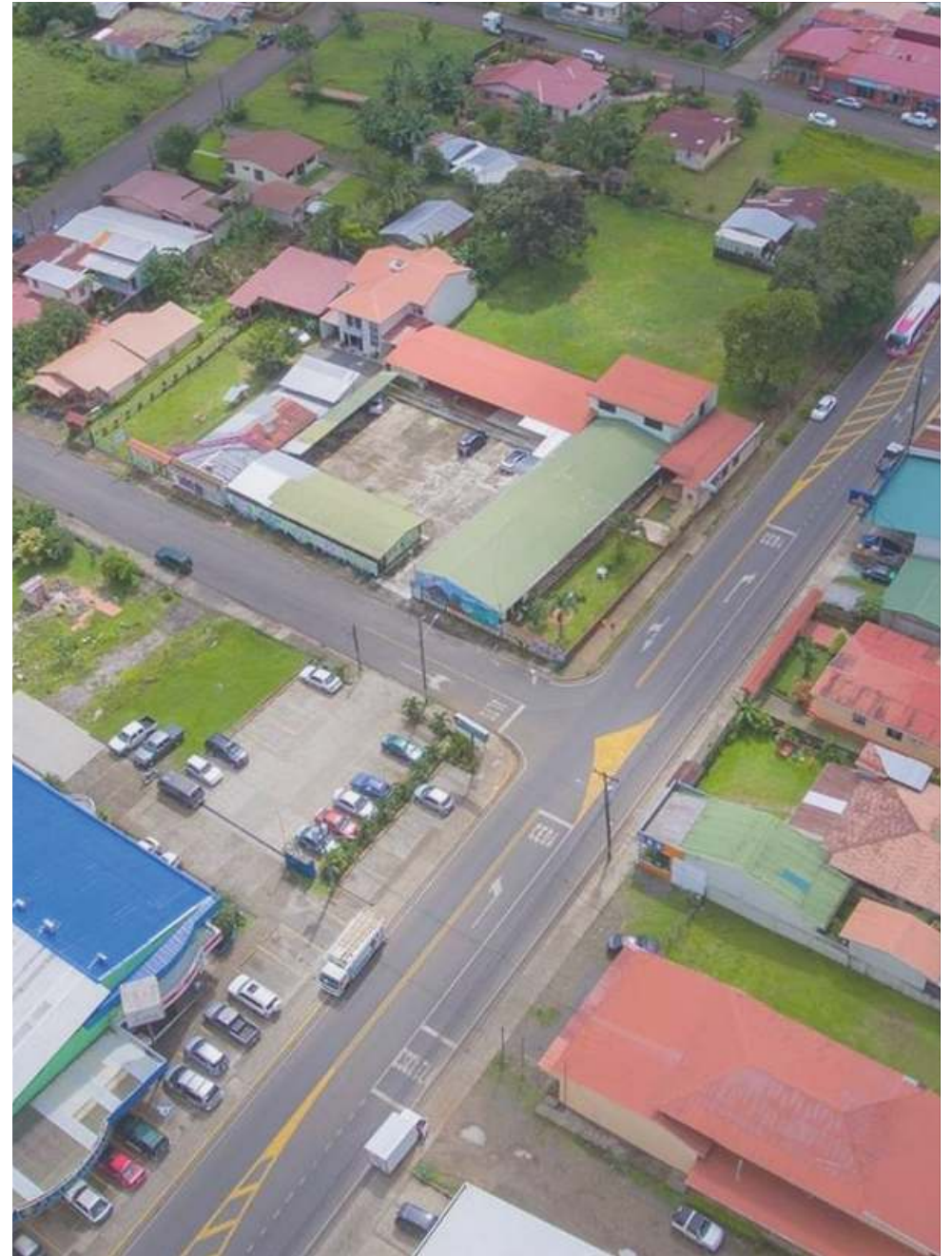


Figura Ci 2: Asociación distrital de Florencia de San Carlos. Fuente: <https://www.facebook.com/1806442929382122/photos/a.1806443086048773/1806443012715447/?type=1&theater>

ESTADO DE LA CUESTIÓN

En su artículo, *Calidad de vida y su relación con el envejecimiento*, Santiesteban, Pérez, Velázquez y García (2009), explican que:

La calidad de vida en la vejez tiene que ver con la seguridad económica y con la inclusión social que se asegura por medio de infraestructuras de apoyo y redes sociales. Todo ello promoverá la participación de las personas de edad como miembros activos de la comunidad. (p.2)

En la cita se destaca **la importancia que tienen las redes de apoyo social y la infraestructura en el desarrollo de las personas adultas mayores** dentro de la comunidad, ya que estas pueden ofrecer servicios en diferentes ámbitos, lo cual les permiten mejorar su calidad de vida.

Por ello como acercamiento inicial se estudió el caso del equipamiento llamado “La Casa del Abuelo” realizada por TallerDiez05, en Veracruz México, esta consta de 780m² de construcción, en la que hay espacios de aulas, terrazas, oficinas, una cocina y un auditorio. Lo interesante del caso es que se ubica en las inmediaciones de un parque municipal de 4 ha en la ciudad de Córdoba, Veracruz, México.

El centro aprovecha esto, para generar espacios abiertos a



Figura Ci 3: La Casa del Abuelo. Fuente: <https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/872702/casa-del-abuelo-taller-diez-05>



Figura Ci 4: La Casa del Abuelo. Fuente: <https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/872702/casa-del-abuelo-taller-diez-05>



Figura Ci 5: La Casa del Abuelo. Fuente: <https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/872702/casa-del-abuelo-taller-diez-05>

la naturaleza que brinden tranquilidad a las personas en el interior. En ciertos puntos se encuentran **balcones, terrazas o ventanales corredizos, que ventilan, iluminan y crean visuales en los diferentes espacios del centro.**

Como lo menciona TallerDiez05:

El proyecto parte de la idea de generar un refugio, un lugar donde poder realizar actividades en comunidad con los adultos mayores, en un ambiente natural, sereno, fluido, con diversos espacios

interiores y exteriores que se organizan a través de talleres, terrazas al aire libre, servicios y áreas de usos múltiples. (2016, párr. 2)

La casa del abuelo es un lugar donde los adultos mayores **salen de la rutina diaria y comparten con personas que asisten ahí**. Además, posee espacios en los que se relaciona la parte interna artificial con la externa natural, esto genera un balance en el interior del edificio.

Para analizar espacios contextualizados en Costa Rica, se realizaron visitas a algunos Centros Diurnos del país, entre ellos La Fortuna, Ciudad Quesada y La Tigra.

Sin embargo, el caso de Ciudad Quesada es el más representativo de los visitados, por los servicios que ofrece, el diseño de las instalaciones y su funcionamiento.

El administrador del mismo, Armando Mora (2019), en una entrevista dictó los aciertos y desaciertos del diseño actual del centro, según su experiencia en cuanto al funcionamiento del mismo. El análisis espacial del lugar se profundizará más en el capítulo 2, aun así, es importante resaltar que las alianzas con el MEP, CCSS y grupos religiosos hacen que la dinámica de este centro y los servicios que ofrecen sean variados para quienes asisten diariamente.

Otros aspectos como: **el comedor, los espacios verdes para siembra, los cursos de manualidades impartidos por los mismos adultos**

que asisten y el sistema de búsqueda de patrocinio para fondos del centro, son puntos a rescatar de la forma de trabajo de este centro.



Figura Ci ó: Centro Diurno de Ciudad Quesada. Fuente: Autoría Propia(2019)

Por otra parte, el trabajo final de graduación de Segura (2017), *Centro Integral de Adulto Mayor de Mata de Plátano*, es una referencia importante, ya que analiza a profundidad los espacios específicos del centro integral, exponiendo consideraciones deseables en los espacios y requerimientos de infraestructura para el centro.

A igual que los otros casos, **la relación entre los espacios internos y las áreas verdes es directa, por las permeabilidades, los patios y jardines que se trabajan en el proyecto.**



Figura Ci 7: Vista externa 1. Fuente: Trabajo final de graduación CIAM Mata de Platano (Laura Segura, 2017)



Figura Ci 8: Vista externa 2. Fuente: Trabajo final de graduación CIAM Mata de Platano (Laura Segura, 2017)

En un centro para adultos mayores el contacto con la naturaleza es indispensable; como lo menciona el estudio realizado por Escobedo y Santa-Cruz (2018, p.24), al igual que el confort dentro del equipamiento. Por lo que es necesario un diseño integral en el que se tome en cuenta las diferentes variables climáticas, físicas, sociales, económicas y urbanas, únicas del lugar y del tipo de proyecto que se va a desarrollar.

Se toma como referencia, el trabajo final de graduación de *la rehabilitación del Parque Temático "Tucano"* (Paniagua, 2018),

ya que el desarrollo bioclimático presentado en su investigación plantea pautas importantes para el trabajo en la zona de San Carlos. Paniagua (2018) plantea la necesidad de trabajar **grandes aleros**, por la gran cantidad de lluvia y radiación en la zona.

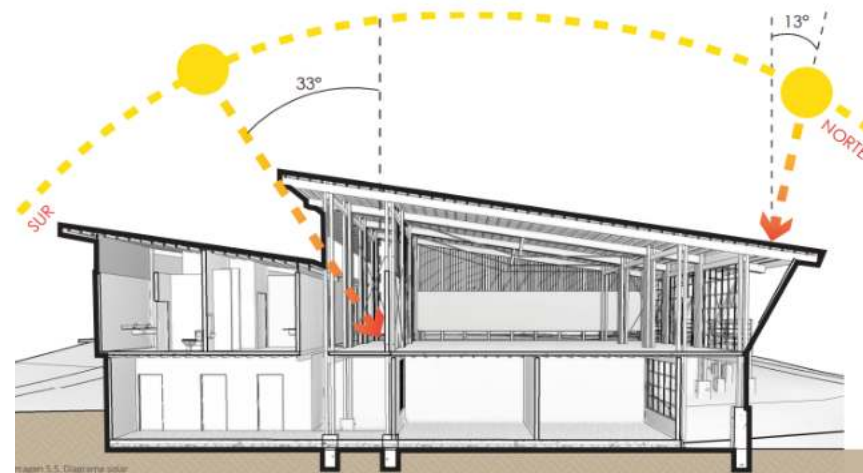


Figura Ci 9: Corte. Fuente: Trabajo final de graduación Revitalización del Parque Temático "Tucanito" (Paniagua, 2018)



Figura Ci 10: Vista Interior. Fuente: Trabajo final de graduación Revitalización del Parque Temático "Tucanito" (Paniagua, 2018)



Figura Ci 11: Vista exterior. Fuente: Trabajo final de graduación Revitalización del Parque Temático "Tucanito" (Paniagua, 2018)

Expone en su propuesta arquitectónica relaciones interiores-exteriores en las que se manejan las aperturas hacia zonas verdes con vegetación y que dotan a los espacios de mayor armonía y frescura.

Además, el trabajo de permeabilidades de ciertos espacios puede ser un buen ejemplo sobre cómo ventilar e iluminar el espacio multiuso, las aulas prácticas o el gimnasio. Dando dinamismo dentro del espacio, por medio del juego de luz indirecta.

En el caso del Centro Diurno de Florencia, se busca que, al igual que la propuesta de Rehabilitación del Parque Temático "Tucanito", se generen por medio de la vegetación, la ventilación y la iluminación espacios confortables y atractivos.

Por último, el trabajo final de graduación en el ámbito de Ad-

ministración de Empresas de Stephannie Solís (2017) quién plantea *La formulación del perfil que debería tener el Centro Diurno de atención al adulto mayor en Florencia de San Carlos*. En él se menciona la necesidad de establecer el centro en Florencia y establece mobiliario y espacios básicos, según casos de estudios en otros distritos. La carencia de un centro diurno en Florencia se ha percibido desde otros campos profesionales y en vecinos del distrito, lo cual respalda la importancia que tiene el equipamiento para ese sitio.

Hay que recalcar que en la mayoría de las investigaciones y proyectos que se analizaron, se les dio importancia a las áreas verdes, la vegetación y la versatilidad de los espacios para abrirse o cerrarse según la necesidad climatológica o el tipo de actividad que se realice.

PROBLEMÁTICA Y OPORTUNIDAD

En el distrito de Florencia de San Carlos, actualmente, se reúne dos veces al mes un grupo de adultos mayores de cincuenta personas con la intención de realizar actividades que los dispersen de sus cotidianidades y les permitan relacionarse con otras personas del distrito.

La asociación distrital de Florencia **les facilita un aula de la antigua escuela Carlos Maroto**, sin embargo, el espacio **no posee las condiciones adecuadas** para que los adultos puedan desenvolverse con facilidad.

Además, el contenido de estas reuniones no ofrece conocimientos o servicios importantes, ya que **no existe un acompañamiento real en las actividades**, como los podría ser las asesorías legales, asesorías nutricionales, terapia física o ejercicios funcionales, estas colaborarían a mejorar la calidad de vida de esta población.

Asimismo, el aula que les presta la asociación para que los adultos mayores se reúnan, se encuentra disponible únicamente dos veces al mes, ya que esta es utilizada para ofrecer cursos de educación no formal en la comunidad.

Como lo mencionaron muchos de los adultos mayores en el taller consultivo realizado el 1 de marzo del 2019, ellos ven las reuniones como una oportunidad de salir de sus rutinas, al igual que un

espacio donde son escuchados y conocen personas nuevas, por lo que muestran su interés de tener un espacio más amplio y fijo, donde puedan aprender nuevos conocimientos, ejercitarse y compartir con la comunidad sus vivencias y pericias en diferentes campos.

Como se puede apreciar en los siguiente gráficos realizado con datos del censo 2011 del INEC, San Carlos es el segundo cantón de la provincia de Alajuela con mayor cantidad de adultos mayores y Florencia es el segundo distrito de San Carlos con mayor cantidad de personas adultas mayores.

Estos datos evidencian que, tanto en el cantón San Carlos como en el distrito de Florencia, existe una cantidad representativa de adultos mayores y expone la oportunidad en estos lugares de implementar espacios para el uso y disfrute de este grupo etario.

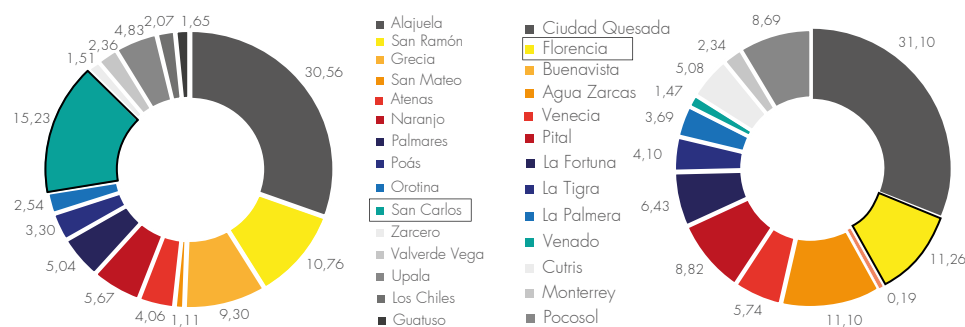


Gráfico Ci1: Porcentaje de adultos mayores de los cantones de la provincia de Alajuela. Fuente: Elaboración propia con datos del INEC

Gráfico Ci2: Porcentaje de adultos mayores de los distritos del cantón de San Carlos. Fuente: Elaboración propia con datos del INEC

Por lo que se planteó la siguiente pregunta de investigación:

¿QUE ESPACIOS Y ELEMENTOS ARQUITECTÓNICOS SON IDÓNEOS EN EL DISEÑO DE UN CENTRO DIURNO PARA ADULTO MAYOR EN EL DISTRITO DE FLORENCIA DE SAN CARLOS ?



Figura Ci 12: Aula de Antigua Escuela Carlos Maroto. Fuente: Autoría Propia (2019)

Esta es el aula que los adultos mayores utilizan, sus principales problemas estaban relacionados a la cerámica sin antidelizante y el acceso de la misma, las cuales han ocasionado caídas.



Figura Ci 13: Ventanal de Aula de Antigua Escuela Carlos Maroto. Fuente: Autoría Propia (2019)

Al usar de bodega al costado del aula; por donde proviene la ventilación natural; genera un constante contacto con el polvo que podría empeorar problemas respiratorios.



Figura Ci 14: Parqueo De Antigua Escuela Carlos Maroto. Fuente: Autoría Propia (2019)

El acceso a los espacios tienen gradas y las instalaciones del baño se encuentran alejadas del aula, para llegar a ellas, la persona debe trasladarse de un lado a otro al intemperie. Esto dificulta el uso.

JUSTIFICACIÓN

A nivel mundial se ha dado un fenómeno con la población adulta mayor, según Naciones Unidas (2017), en su informe *World Population Prospect*:

As fertility declines and life expectancy rises, the proportion of the population above a certain age rises as well. This phenomenon, known as population ageing, is occurring throughout the world. In 2017, there are an estimated 962 million people aged 60 or over in the world, comprising 13 percent of the global population. The population aged 60 or above is growing at a rate of about 3 per cent per year. (p. 10)

Lo que genera que sea necesario la implementación de políticas, instituciones e infraestructura adecuada para esta población. Igualmente, es preciso ofrecer más oportunidades para que la calidad de vida de los adultos mayores sea mejor.

En el país también sucede este fenómeno, como explica *El primer Informe de la situación de la persona adulto mayor en Costa Rica*, realizado por el CONAPAM y UCR (2007), “el aumento de esta población genera consecuencias importantes, ya que los adultos mayores son la población que más requiere atención formal y redes de apoyo informal”(p.14). Se demuestra la urgencia de **apoyar a esta población realmente vulnerable y respalda la idea de implementar infraestructura para la atención y el cuidado de los adultos mayores**

en todo el país, esto con el fin de proveer el mayor apoyo posible en las diferentes áreas.

Esta población tiene una **economía limitada** dependen de las pensiones, ayudas del estado o ayuda de sus familiares, como menciona la UCR y el CONAPAM (2007) “La mayor parte de la población adulta mayor **no recibe una pensión contributiva**, lo que les coloca en situación de desventaja con respecto al riesgo de pobreza”(p. 41), esto provoca que muchos opten por continuar trabajando después de pensionarse, para que su economía se mantenga estable y, a la vez, continuar conviviendo con diferentes personas.

La Nación en su artículo *Solo la cuarta parte de los adultos mayores tiene opción de trabajar en Costa Rica*, escrito por Durán (2017), hace énfasis sobre el replanteo del paradigma de envejecimiento y empleabilidad, en él comenta la dificultad que tiene muchos adultos mayores que buscan empleo, ya sea porque están aburridos en sus casas o porque su pensión es demasiado baja para subsistir.(párr. 11)

A causa de esto, ya muchas **municipalidades han implementado iniciativas para empoderar a esta población proveyéndolas de nuevos conocimientos en cocina, agricultura u otras áreas** que les permitan emprender y obtener dinero de manera independiente.

Esta iniciativa de Ministerio de Trabajo y el CONAPAM, planteaba aportar herramientas para que los adultos mayores se pudieran desenvolver en el campo laboral. De igual manera, un Centro Diurno puede dar estos conocimientos a este grupo etario,

colaborando con el desarrollo no solo económico sino también emocional, ya que realizan actividades que les gusta, a su manera y velocidad, lo que finalmente termina siendo remunerado por quién lo compre.

Al analizar San Carlos en materia de atención al adulto mayor, que es uno de los cantones más extensos del país, según datos del censo del INEC (2011), posee un 2,93 % del total de la población adulta mayor del país, a pesar de esto, únicamente existen 4 Centros Diurnos para adultos mayores, solo 1 está realmente equipado, el de Ciudad Quesada. Sin embargo, el centro ubicado en La Fortuna, que apenas está en construcción, por su tamaño y equipamiento superaría al de Ciudad Quesada.

Esto representa una gran deficiencia en el área de equipamiento para el apoyo a personas de la tercera edad en el cantón y, hablando propiamente del distrito de Florencia, la inexistencia de infraestructura destinada a esta población hace que se sobrecarguen los quehaceres del Ebais, por lo que es un punto indispensable en materia de salud del distrito, al igual que otros puntos del cantón.

En el distrito de Florencia se encuentran en desarrollo dos grandes proyectos urbanos importantes, que generarían una cantidad de trabajo significativa, como lo son la zona Industrial de Muelle y el corredor interoceánico central.

Esto ocasionaría que muchas personas encuentren trabajo en esta zona, **lo cual aumentaría la importancia de ofrecer una ayuda**

en el cuidado de los adultos mayores en el día, ya que muchas familias dependerían de esos trabajos.

Además, estos proyectos podrían desencadenar una mejora en los servicios de transporte público lo que empezaría ampliar la

1

VISITA AL CENTRO
DE LA TIGRA



Figura Ci 15: Centro Diurno de la Tigra. Fuente: Autoría Propia (2019)

2

VISITA AL CENTRO
DE QUESADA



Figura Ci 16: Centro Diurno de Ciudad Quesada. Fuente: Autoría Propia (2019)

3

VISITA AL CENTRO
DE LA FORTUNA



Figura Ci 17: Centro Diurno de La Fortuna. Fuente: Autoría Propia (2019)

zona de influencia de un proyecto como un centro diurno para adultos mayores, ya que brindaría oportunidades a más personas del distrito.

El servicio de transporte público es escaso, ya que los servicios de buses que vinculan las comunidades son distritales, estas rutas conectan con el distrito central de Quesada e indiscriminadamente de la ruta deben realizar una parada obligatoria en el centro de Florencia. Por lo que, el sitio en el que se planea construir el Centro Diurno para Adulto Mayor **presenta una ventaja de ubicación**, ya que se encuentra cerca del centro de Florencia.

Como lo menciona el CONAPAM (2014) un Centro Diurno es “un servicio organizado por la comunidad y con apoyo institucional. Se crearon con el propósito de ofrecer un trabajo multidisciplinario y de responsabilidad multisectorial, para atender durante el día a personas adultas mayores”(párr.1), por lo que este servicio de apoyo al adulto mayor sería de gran utilidad, pues brindaría una herramienta para la comunidad, no solo por la ayuda ofrecida de manera integral a los adultos y oportunidades para dispersarse, sino también colaborando con el cuidado de estos, mientras los miembros de sus respectivas familias laboran.

La infraestructura social resulta importante, ya que representa una red de apoyo a la comunidad, en el Primer Informe de la situación de la persona adulta mayor en Costa Rica (2007) se explica que “tiene un impacto significativo en la calidad de vida de la persona adulta mayor. Existe evidencia de que las relaciones y las transferencias que se establecen en las redes, cumplen un papel pro-

ductor ante el deterioro de la salud” (p.84). También, representan un apoyo adicional al que reciben de parte de los miembros de la familia.

En el caso de Florencia, la carencia de un espacio de encuentro más allá de la plaza de fútbol, ha provocado que se adapten otros espacios como gradas y paradas de transporte público para generar estas relaciones, lo que implica que ciertas personas sean excluidas o no tengan un espacio para relacionarse por ser poco accesibles.

Según Segovia y Oviedo (2000): “El espacio público es el lugar de encuentro de las personas; preserva, promueve y organiza la comunicación entre gente diferente, permitiendo la generación de los vínculos sociales y de construcción de la identidad” (p.20), esto refuerza la importancia de estos espacios para la comunidad y explica cómo pueden influir en las personas.

Para los adultos mayores también resulta fundamental el uso de estos espacios, ya que son zonas donde hay un intercambio y relaciones entre vecinos, como lo menciona Narváez (2017), “Para los ancianos, por su parte, la participación en la vida del barrio o en los eventuales centros de asociación favorece la posibilidad de reunirse y de hablar.” (p.53-56)

Finalmente, se puede vincular una infraestructura social como lo es el Centro Diurno a un espacio abierto a la comunidad, permitiendo el intercambio vecinal y generando un beneficio mayor a todos los miembros del pueblo, incluyendo a la población

adulta mayor y las personas con alguna discapacidad, que actualmente se encuentran excluidos por la falta de accesibilidad, en los pocos espacios de encuentro improvisados del centro de Florencia.



Figura Ci 18: Celebración Del Día De La Madre. Fuente: Autoría Propia (2019)

OBJETIVO GENERAL

Diseñar una propuesta arquitectónica integral de un Centro Diurno para Adulto Mayor en el distrito de Florencia de San Carlos, que solvete las necesidades de atención de esta población etaria.

1

**OBJETIVO
ESPECÍFICO**

Determinar las necesidades, en cuanto a funcionamiento y espacio, que debe contemplar un Centro Diurno para el Adultos Mayores en el sector de Florencia de San Carlos, por medio del análisis de variables sociales, económicas y culturales de los habitantes de la zona.

2

**OBJETIVO
ESPECÍFICO**

Establecer un análisis comparativo de infraestructura geriátrica, donde se definan pautas físico-espaciales para el trabajo con adultos mayores.

3

**OBJETIVO
ESPECÍFICO**

Desarrollar la propuesta arquitectónica de un Centro Diurno para Adulto Mayor en Florencia de San Carlos, tomando en consideración las variables del entorno, los lineamientos de accesibilidad total y la arquitectura local de manera que se obtenga un diseño adecuado para las personas de tercera edad de la zona.

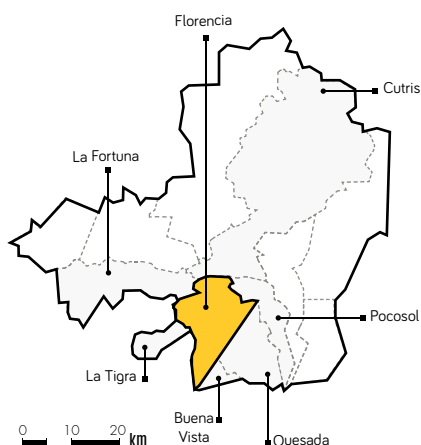
DELIMITACIÓN FÍSICA

El Centro Diurno para Adultos Mayores se ubicará en el centro de Florencia de San Carlos, el cual es un distrito urbano-rural según el manual de clasificación de geográfica realizada por la INEC 2018.

Florencia funciona como punto estratégico, ya que dentro de este se encuentra la principal vía de comunicación entre el distrito de Quesada y los distritos de La Tigra, La Fortuna y Cutris

CANTÓN: SAN CARLOS

El distrito de Florencia colinda directamente con los distritos de Quesada, Cutris, Pocosol, La Fortuna, Buena Vista, La Tigra.

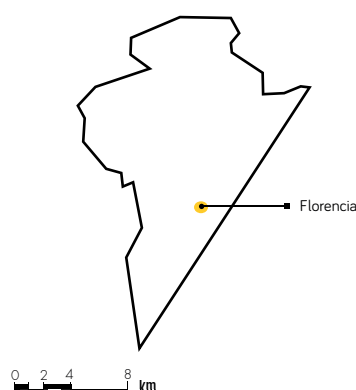


EXTENSIÓN: 3373 km²

Diagrama Ci 1: Cantón de San Carlos
Fuente: Elaboración propia

DISTRITO: FLORENCIA

Se encuentran localidades como San Juan, Pénjamo, Florencia, Caimitos, San Luis, La Vega, San Francisco, La Vieja, Santa Clara, Platanar, Quebrado Azul, Cuestillas, San Rafael, El Molino, Villa Fátima, Santa Rita y Muelle.

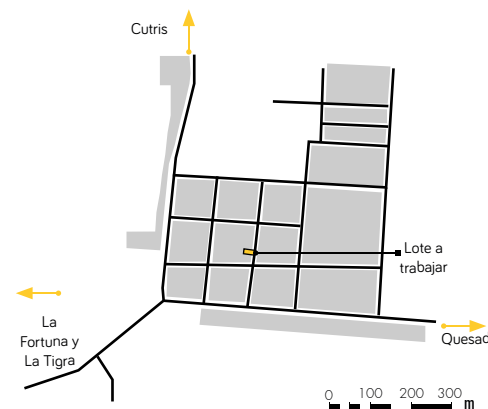


EXTENSIÓN: 182.15 km²

Diagrama Ci 2: Distrito de Florencia
Fuente: Elaboración propia

BARRIO: FLORENCIA

El centro de Florencia es estratégico, ya que desde cualquier comunidad del distrito de Florencia se puede llegar por medio transporte público.

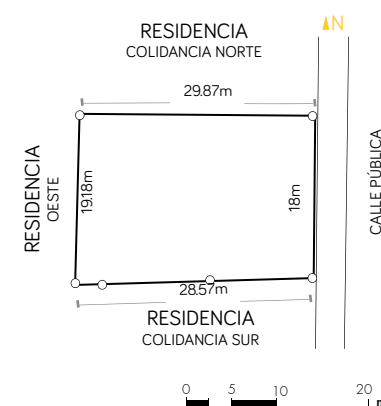


EXTENSIÓN: 5.4 km²

Diagrama Ci 3: Barrio de Florencia
Fuente: Elaboración propia

LOTE

El lote lo brindó la municipalidad a la asociación de adultos mayores de Florencia de San Carlos. Posee 550m² y está inmersa en barrio residencial a 200m del centro de Florencia.



EXTENSIÓN: 550 m²

Diagrama Ci 3: Lote
Fuente: Elaboración propia

DELIMITACIÓN SOCIAL

El proyecto se enfoca en personas adultas mayores o discapacitados mayores de 65 años, además de las personas capacitadas en el adecuado trato del adulto mayor, que residen en el distrito de Florencia, una zona rural del cantón de San Carlos.

El CONAPAM (2014) al definir Centro Diurno, menciona que estos lugares buscan ser una ayuda a todas las familias que viven con adultos mayores o a adultos con escasos recursos o riesgo social, siendo una fuente de mejora de la calidad de vida tanto emocional como física de las personas que asisten. (párr. 2 - 4)

CANTÓN: SAN CARLOS

Según los datos del censo del INEC 2011, San Carlos posee un 2.93% de los adultos mayores del país y esto es un 15,25% de los adultos mayores de la provincia de Alajuela, siendo este el segundo cantón de la provincia con mayor cantidad de adultos. Como se puede observar en el gráfico Ci.1

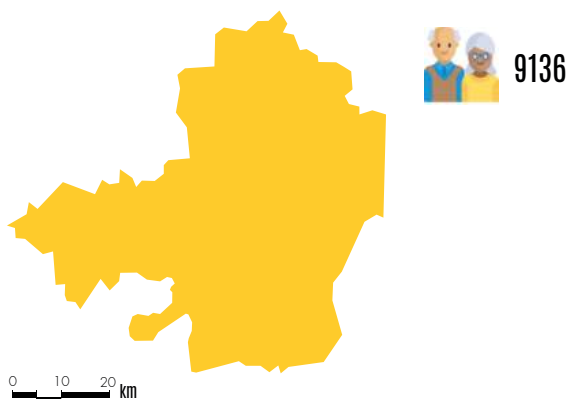


Diagrama Ci 4: Población adulta mayor del cantón de San Carlos. Fuente: Elaboración propia

DISTRITO: FLORENCIA

Según los datos del censo del INEC 2011, Florencia es el segundo distrito con mayor población adulta mayor, lo que equivale al 11,26% del cantón. Como se puede observar en el gráfico Ci.2

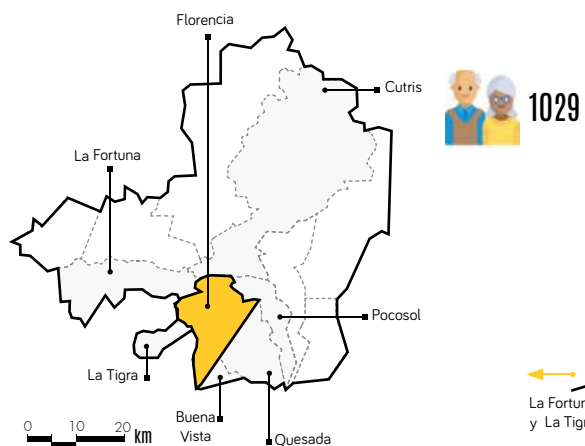


Diagrama Ci 5: Población adulta mayor del distrito de Florencia. Fuente: Elaboración propia

BARRIO: FLORENCIA

Según los datos del censo del INEC 2011, el barrio de Florencia posee 18,27% de los adultos mayores del distrito de Florencia.

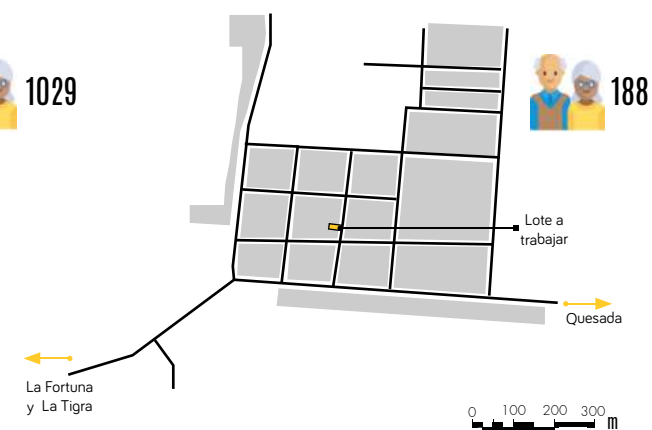


Diagrama Ci 6: Población adulta mayor del barrio de Florencia. Fuente: Elaboración propia

MARCO CONCEPTUAL

El CONAPAM en su folleto institucional acerca de *Mitos y estereotipos acerca del envejecimiento y vejez* (2013), expone como las personas adultas mayores, el envejecimiento y la vejez se ven rodeadas de estereotipos o mitos que la sociedad a lo largo de los años les ha impuesto, estas generan temores y concepciones falsas de la etapa de la vejez. (p.4)

María José Víquez Barrantes (2019), asesora en el área de educación del Programa Institucional para la Persona Adulta y Adulta Mayor de la UCR (PIAM UCR), menciona la importancia de espacios dedicados a la enseñanza donde se sensibilice no solo a los estudiantes sino también a los profesores acerca de estos mitos y como romperlos.

Esto implicaría romper con los límites impuestos por las ideas preconcebidas y ampliar la frontera autoimpuesta hasta donde las capacidades de cada persona se lo permitan.

Al igual que un espacio de enseñanza sin preceptos preconcebidos, se busca que el centro diurno de Florencia sea un espacio donde las personas mayores vengan a explotar sus habilidades, conocimientos, curiosidad y energía sin temores, por lo que se debería tener claro algunos de los mitos que se buscan erradicar por medio de este centro.

El CONAPAM (2013, p. 5-10) define 11 mitos, sin embargo se hablará de 4 mitos que busca erradicar el centro por medio de sus actividades, espacios o su concepción volumétrica general.

El mito de improductividad, está relacionado a la productividad laboral, según este, el hecho de estar pensionada implica que la persona deja de ser productiva; sin embargo, este mito no toma en cuenta otras las labores que realizan muchos adultos mayores, desde el cuidado de menores y aseo de la casa, hasta aportes por medio de su experiencia o trabajos ocasionales. Este mito limita a muchos adultos mayores a que tomen decisiones en ese ámbito, ya que no se creen capaces, por lo que actividades que fomenten ideas emprendedoras permitiría motivar a estas personas a dejar el temor e incertidumbre.

El mito del aislamiento social relaciona la vejez con la reclusión de las personas mayores, el CONAPAM hace énfasis en lo contrario y expone que, en la mayoría de los casos, la persona es aislada por otras personas que poseen ideas preconcebidas.

Un Centro Diurno por si solo busca el intercambio de quienes lo visitan, no obstante, se puede fomentar esas relaciones por medios de puntos de encuentro dentro del equipamiento.

El mito de la pérdida de la autonomía, se relaciona con la creencia de que a la persona mayor se le debe ayudar a realizar cualquier actividad, aunque no lo solicite. En muchos de los casos estos adultos, son autónomas e independientes, por lo que se debe buscar animarlos por medio espacios accesibles.

Por último, **el mito del deterioro intelectual** expone que la persona mayor no puede aprender nuevos conocimientos, aptitudes, comportamientos o hábitos, este mito se puede romper por medio de espacios para la enseñanza donde se les muestre no solo conocimiento en áreas de interés, sino también espacios abiertos para relacionarse con especialistas en medicina, nutrición, psicología, etc., que les permitan salir de dudas con respecto actividades cotidianas.

Es importante recalcar que la arquitectura de un lugar puede afectar la forma que una persona se desenvuelve en esta, por lo que: “La neuro arquitectura evidencia la responsabilidad arquitectónica en cuanto a generar impactos positivos o negativos en los usuarios de los proyectos construidos, en como el ambiente los moldea y afecta el comportamiento humano y sus procesos cognitivos.” (Zúñiga, 2013, p. 30)

La neuro arquitectura es un concepto importante en el diseño de espacios para una población vulnerable, ya que como lo menciona Zúñiga (2013, p. 29), la luz, el color y la forma pueden influir en el comportamiento y percepción del espacio. Por lo que es de suma importancia tomar en cuenta al diseñar las consideraciones basadas en la neurociencia para ofrecer al usuario la mejor experiencia posible dentro del proyecto.

El trabajo final de graduación de Escobedo y Santa Cruz (2018, p.24) expone varias investigaciones sobre condiciones del entorno, que afectan de manera positiva o negativa a las personas en el espacio. Pero se explicarán solo tres de ellas, ya que

son las más acordes al Centro Diurno de Florencia de San Carlos.

La primera es que en el 2008, el Instituto de Neurociencias de los Países Bajos, evidenció que los adultos mayores que vivían en espacios mejor iluminados tenían un 5% menos de pérdida de capacidad cognitiva y había un 19% menos de casos de depresión (Escobedo y Santa Cruz, 2018, p.24), esta investigación expone **la importancia de la luz en los espacios donde se trabaja con adultos mayores**, lo cual muestra una pauta considerable a la hora de diseñar las áreas de sociales y de trabajo.

Otra de las investigaciones es un estudio hecho por Nancy Welles, una psicóloga ambiental de la Universidad de Cornell en el 2007, quien expone acerca del **contacto de los adultos mayores con las áreas verdes, el cual está relacionado con la recuperación de enfermedades, la calma y la concentración** (Escobedo y Santa Cruz, 2018, p.24), esta a su vez respalda, la propuesta de vegetación y zonas verdes en las instituciones que trabajan adultos mayores, por su impacto positivo en su salud física y mental.

Como última investigación, se menciona el estudio del 2014 hecho por el neurocientífico Francisco Mora, **el cual explica que las formas agudas, puntiagudas y angulosas generan inseguridad y estado de alerta a los adultos mayores** (Escobedo y Santa Cruz, 2018, p.24).

Estos datos realmente son importantes para el diseño del Centro Diurno de Florencia, porque empiezan a mostrar pautas de diseño de espacios que colaboren con el bienestar de las personas mayores dentro del equipamiento.

MARCO LEGAL

Al analizar la parte legal que influirá en el proyecto del Centro Diurno para adulto mayor es inevitable mencionar leyes como lo son la Ley 3859 (*Ley sobre el Desarrollo de la Comunidad (DINADECO)*), la ley 7600, la Ley 7935 (*Ley Integral Para La Persona Adulta Mayor*) y el *Código de Construcciones*, **cada una de ellas se debe tomar en cuenta no solo para diseño y construcción, sino para la gestión del centro como tal.**

La ley 3859 (1989), plantea la institución de DINADECO y las asociaciones comunales, esta ley puede influir en el proyecto ya que como lo menciona el **Artículo 2** :

Todo grupo o entidad pública o privada, nacional o internacional, que desee dedicarse en Costa Rica al desarrollo de la Comunidad, gozará de los beneficios que establece la presente ley si obtiene previamente la autorización expresa de la Dirección Nacional de Desarrollo de la Comunidad, que se extenderá conforme a las normas que señale el reglamento de esta ley.
(párr. 13)

Esto implicaría que el Centro Diurno para el adulto mayor podría trabajar en conjunto con esta ley, para un bien mayor de la comunidad. Esta norma es importante tomarla en cuenta para el proyecto porque actualmente la asociación de desarrollo está solici-

tando este tipo de aportes para la construcción del Centro Diurno, por lo que se debe tener claro los usos y funciones que debe tener un equipamiento que se construya bajo estos fondos.

La Ley 7600 (1996), es *La ley de igualdad de oportunidades para las personas discapacitadas*, esta indica normas y procedimientos para las instituciones públicas y privadas y gobiernos locales, quienes deben garantizar la igualdad de oportunidades a personas con discapacidad. (párr. 1) En esta ley se pueden encontrar principios que ayudan a que el diseño sea apto para todos y todas. Esta ley por su parte es indispensable para el proyecto, ya que muchas de las personas que van a visitar a diario el centro posiblemente tengan algún tipo de discapacidad, por lo que es necesario generar accesibilidad en todos los espacios para que se pueda brindar el servicio a la mayor cantidad de personas mayores.

La Ley 7935(1999), por su parte busca la inclusión del adulto mayor tanto en aspectos familiares, políticos, culturales entre otros. El Artículo 3 de esta ley menciona "La participación en actividades recreativas, culturales y deportivas promovidas por las organizaciones, las asociaciones, las municipalidades y el Estado." (p. 23)

Este tipo de leyes generan conciencia sobre la necesidad de crear espacios donde los adultos mayores se recreen, aprendan y compartan con otras personas. Además, *el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM) (1999)* como "órgano rector en materia de envejecimiento y vejez de Costa Rica, promueve, fomenta y apoya iniciativas relacionadas a dar calidad y bienestar a los adultos mayores."(párr. 1)

En el caso del Centro Diurno de Florencia se solicita a la entidad una ayuda financiera para el mantenimiento del equipamiento, por lo que tanto la asociación de adultos mayores como la asociación del distrito de Florencia, se han reunido junto con Teresita Aguilar, presidenta de la junta rectora del CONAPAM, para coordinar posibles colaboraciones. Todo esto se llevó a cabo, gracias al apoyo de la diputada María José Corrales Chacón, quien fue la que facilitó los contactos con el CONAPAM.

Otro documento que hay que tomar en cuenta es **“El reglamento de construcciones” (1983)** el cual describe detalladamente regulaciones para tipos de estructura, configuración de estructura, regulaciones de los espacios según su función, entre otras. El cumplimiento de este reglamento es esencial para la autorización de construcción del proyecto. En el caso de un Centro Diurno para adultos mayores aspectos como la igualdad de oportunidades para personas discapacitadas, restricciones urbanísticas y edilicias, regulaciones para sitios de reunión, estacionamientos, entre otros, van a definir aspectos en el diseño del equipamiento.(p. 62 - 74)

Finalmente se debe tomar en cuenta **El manual de disposiciones técnicas generales sobre la seguridad humana y protección contra incendios versión 2013**, ya que expone medios de egresos, señalización, accesos, entre otros temas que van a otorgar seguridad a todas aquellas personas que visiten el centro.

TABLA LEGAL

REGLAMENTO/ LEY	CAPÍTULO/ANEXO	ARTÍCULOS
LA LEY 3859- LEY SOBRE EL DESARROLLO DE LA COMUNIDAD (DINADECO)	Capítulo I - La dirección nacional de desarrollo de la comunidad.	Artículo 1 Artículo 2 Artículo 3 Artículo 7
	Capítulo V - Disposiciones varias.	Disposiciones transitorias: I,II,III,IV.
LA LEY 7600- LEY DE IGUALDAD DE OPORTUNIDADES PARA LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD	Capítulo I - Disposiciones generales	Artículo 1-Definiciones Artículo 8-Programas y servicios
	Capítulo IV - Acceso al espacios físico.	Artículo 41- Especificaciones técnicas reglamentarias I,II,III,IV.
LA LEY 7935 - LEY INTEGRAL PARA LA PERSONA ADULTOS MAYOR	Capítulo1- Derechos y beneficios	Artículo 3- Derecho para mejorar la calidad de vida.
REGLAMENTO DE CONSTRUCCIONES	Capítulo 11- Sitios de reunión pública.	Artículo IV- Escaleras de emergencia.
	Capítulo 12 - Edificios para la educación.	Artículo XI. 1- XI.22.2 Artículo XII.9- Artículo XI.15
MANUAL DE NORMAS PARA EL FUNCIONAMIENTO DE ESTABLECIMIENTOS DE ATENCIÓN INTEGRAL AL ADULTO MAYOR	Artículo 2- El Ministerio de Salud velará por su correcta aplicación.	4.1 Especificaciones - Centros Diurnos, Albergues y Hogares

MANUAL DE DISPOSICIONES TÉCNICAS GENERALES SOBRE SEGURIDAD HUMANA Y PROTECCIÓN CONTRA INCENDIOS VERSIÓN 2013	Capítulo 4.5- Educativa	Artículo 4.5.3- Medios de egreso. Artículo 4.5.4- Compartimentación. Artículo 4.5.5- Iluminación de Emergencia. Artículo 4.5.6- Señalización. Artículo 4.5.7- Detección y alarma de incendios. Artículo 4.5.8- Extintores portátiles. Artículo 4.5.9- Sistemas fijos de protección contra incendios. Artículo 4.5.10- Instalaciones de gas licuado de petróleo Artículo 4.5.11- Accesos
--	-------------------------	---

Tabla Ci1: Tabla Legal. Fuente: Elaboración propia

METODOLOGÍA

A continuación, se va a describir el proceso de investigación necesario para llevar a cabo el proyecto según los objetivos planteados:

OBJETIVO ESPECÍFICO 1

Determinar las necesidades en cuanto a funcionamiento y espacio, que debe contemplar un Centro Diurno para el Adultos Mayores en el sector de Florencia de San Carlos, por medio del análisis de variables sociales, económicas y culturales de los habitantes de la zona.

1.1 ANÁLISIS SOCIAL

-Establecer los posibles usuarios y actores que influyen en el proyecto.

-Entrevista a personas capacitadas para cuidado de adultos mayores:

- Plantear cuestionario de una entrevista semi-estructurada.

-Taller consultivo con grupo de adultos mayores:

- Actividades realizadas con imágenes
- Cuestionario para "Focus Group"

1.2 ANÁLISIS CULTURAL

-Identificar los patrones del comportamiento de las personas de la zona y aspectos culturales que puede influir en

el diseño.

- Realizar observaciones con diferentes temporalidad para establecer patrones.
- Estudio bibliográfica sobre la zona.

OBJETIVO ESPECÍFICO 2

Establecer un análisis comparativo de infraestructura geriátrica, donde se definan pautas físico-espaciales para el trabajo con adultos mayores.

2.1 ANÁLISIS COMPARATIVO DE INFRAESTRUCTURA SIMILAR

- Identificar aciertos y desaciertos casos de infraestructura para adultos mayores nacionales e internacionales.

- Tabla comparativa

2.2 ANÁLISIS DE ESPACIOS

- Establecer un análisis crítico de las necesidades de funcionamiento y accesibilidad de espacios para adultos mayores

- Realizar búsqueda bibliográfica de diferentes guías de accesibilidad y diseños de espacios para adultos mayores.
- Pautas de diseño por espacio.

OBJETIVO ESPECÍFICO 3

Desarrollar la propuesta arquitectónica de un Centro Diurno para Adulto Mayor en Florencia de San Carlos, tomando en consideración las variables del entorno, los lineamientos de accesibilidad total y la arquitectura local de manera que se obtenga un diseño adecuado para las personas de tercera edad de la zona.

3.1 ANÁLISIS URBANO DEL ÁREA DE INFLUENCIA

- Establecer área de influencia de Centro Diurno para Adultos Mayores:
 - Realizar levantamiento de los barrios de donde provienen los adultos mayores.
 - Mapeo de área de influencia.
 - Levantamiento de servicios por barrio en área de influencia
- Analizar el contexto urbano en el que está inmerso el proyecto del Centro Diurno para Adulto Mayor.

3.2 ANÁLISIS VARIABLES NATURALES

- Establecer las posibles amenazas naturales en el entorno que rodea el proyecto:
 - Realizar levantamiento del barrio.
 - Mapeo de las diferentes amenazas naturales.
 - Realizar un análisis de capas con los mapas de las distintos amenazas naturales.

3.3 ANÁLISIS DEL LOTE

- Analizar el lote donde se va a construir el Centro Diurno:
 - Realizar levantamiento del barrio.
 - Mapeo y corte topográfico.
 - Observación de comportamiento de vecinos cerca y visuales del lote.
- Plantear un análisis de capas para establecer fortalezas y debilidades del lote.

3.4 ANÁLISIS BIOCLIMÁTICO

- Análisis bioclimático del sitio.
 - Recolección de datos climatológicos
 - Diagramación de las soluciones bioclimáticas a utilizar.
 - Análisis de iluminación y radiación en fachadas en el simulador 3D Revit Insigth.
- Pautas bioclimáticas para el diseño del Centro Diurno.

3.5 DISEÑO ARQUITECTÓNICO

- Triangulación de los datos del análisis para la toma de decisiones en el diseño
 - Programa
 - Evolución geométrica
 - Modelo 3D
 - Planos arquitectónicos
 - Cortes y secciones

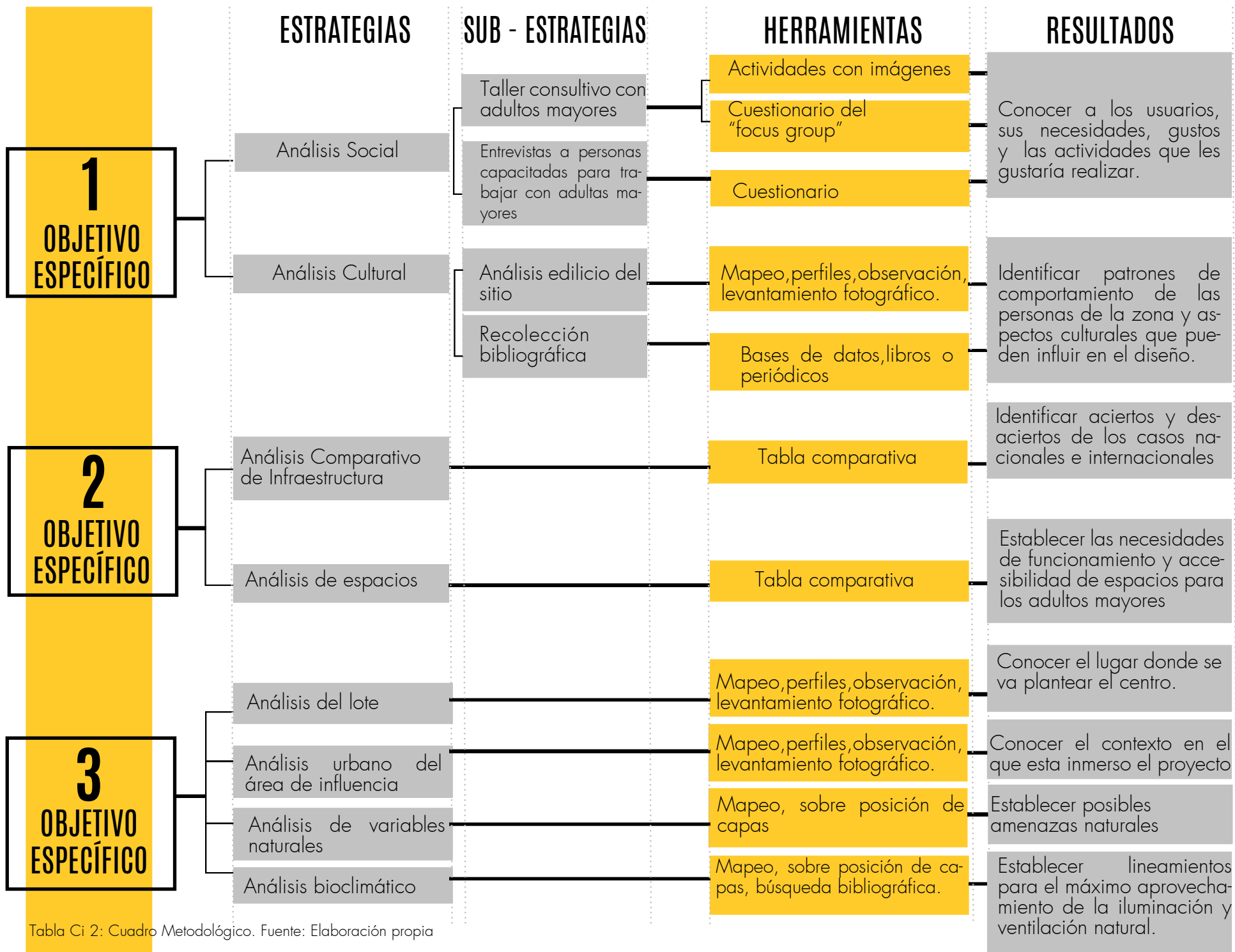


Tabla Ci 2: Cuadro Metodológico. Fuente: Elaboración propia



1 CAPÍTULO COMUNIDAD

En este capítulo se analizan los diferentes usuarios que van a interactuar dentro del centro diurno, además se establecen funciones y necesidades de los mismos. Estos datos se obtuvieron por medio del taller consultivo realizado y las visitas a otros centros diurnos para adultos mayor.

El objetivo de este capítulo es establecer pautas de diseño según los usuarios que se van a desenvolver dentro. Entre los usuarios que se definieron se encuentran:

- Los adultos mayores
- Los Funcionarios:
 - Administrativos
 - Servicio
 - Especialistas
- Los actores públicos-privados
- Público general



Figura C1.1: Taller Consultivo. Fuente: Autoría Propia (2019)



ADULTOS MAYORES ACTUALES

Al analizar los 50 adultos mayores que asisten a las reuniones, se distinguen diferentes dificultades auditivas, visuales, motoras o vocales y varios casos de analfabetismo, lo cual complica la recolección de datos por encuestas u otros medios. Por lo que se optó por reunir información del grupo etario, por medio de un taller consultivo en el que se realizaron pequeños grupos focales y dos actividades con imágenes que permitieran, a quienes se les aplicara, comprender de manera más concreta tanto las actividades como los espacios que se analizaban.

TALLER CONSULTIVO DE LOS ADULTOS MAYORES

Se trabajó como herramienta para indagar sobre la cultura, costumbres, requerimientos espaciales y actividades para el programa tentativo. La idea de realizar este taller es concientizar la importancia que tienen sus opiniones, vivencias y conocimientos en el diseño del Centro Diurno. Se tomó en cuenta para desarrollarlo los artículos de Villalobos (2015) y de Soliz y Maldonado (2012).

El taller se desarrolló en tres etapas distintas, en las cuales se trabajó con herramientas diferentes, que poseen objetivos específicos según el tipo de dato que se desea recolectar.

Actividad 1- Grupos Focal (Anexo 1)

Se decidió dividir el grupo de 50 personas en 4 grupos pequeños de 15 o 10 personas lo que me permitió obtener fácilmente respuestas más concretas de los adultos mayores.

El objetivo del grupo focal es obtener información relacionada a sus vivencias en Florencia, sus motivaciones, sus pasatiempos, principalmente su estilo de vida; todo esto con la intención de plantear un edificio en el que los adultos se sientan cómodos, tratando de adaptarlo a condiciones específicas de las zonas rurales.

Variables:

- Estilo de vida de los adultos mayores
- Perspectiva del proyecto
- Geolocalización

Caracterización

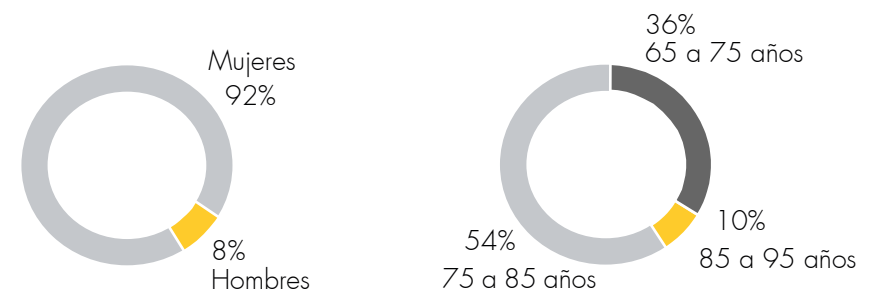


Gráfico C1.1: Género de los adultos mayores que asisten al taller. Fuente: Elaboración propia

Gráfico C1.2: Rango de edad de los adultos que asisten al taller. Fuente: Elaboración propia

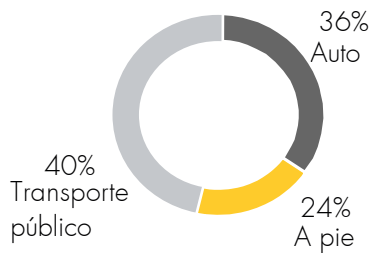


Gráfico C1.3: Medio en el que los adultos mayores que asisten al taller. Fuente: Elaboración propia

- Santa Clara
- Platanar
- Cuestillas
- Santa Rita
- La Aquilea
- Pénjamo
- Florencia
- Caimitos
- San Luis
- San Francisco

Los Barrios donde residen los adultos mayores del taller

Algunos se **trasladan** distancias de hasta **7 km para asistir** a las reuniones dos veces al mes.

Según lo menciona *La Guía de medición de adaptación de las personas mayores a la ciudades realizada por el Centro de la Organización Mundial de la Salud para el Desarrollo Sanitario de Kobe, Japón* (2010). Para tener una accesibilidad adecuada una persona mayor se debe trasladar máximo 500m de su vivienda a cualquier servicio, incluyendo el transporte público.(p.20)

En el caso del distrito de Florencia, al ser una zona en su mayoría rural, posee grandes distancias entre barrios, por lo que, para poder transportarse de un barrio a otro, es necesario el transporte público o el auto.

Por esta razón hay que buscar que el sitio en donde se plantee el centro, sea un lugar que reciba servicio de transporte público desde cualquier punto del distrito, para que el traslado requerido no se extienda y esto desmotive a que los adultos que lo visitan.

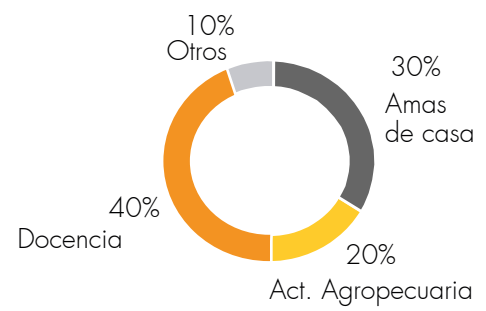
Las principales ocupaciones en las que los adultos mayores

actuales se desenvolvían, eran la docencia, las actividades agropecuarias y el mantenimiento de casas.

Como se muestra en el gráfico C1. 4, el 50% los adultos se desenvolvían en trabajos no especializados, por ende, actualmente las entradas de dinero no son las mismas, ya que estas actividades conllevan un gran esfuerzo físico, para ser desarrolladas de la misma manera que lo hacían antes.

Por lo que es importante **promover en el centro, actividades que colaboren con la economía actual de los adultos mayores, no sólo por medio de asesorías, sino también por capacitaciones en diferentes áreas que promuevan el emprendedurismo.**

Economía



- Pensiones
- Ayudas familiares
- Ayudas de instituciones públicas

Dependen económicamente de:

Gráfico C1.4: Antigua ocupación de los adultos mayores que asisten al taller. Fuente: Elaboración propia

Motivación actual para ir a las reuniones de adultos mayores

En los grupos focales se establecieron las motivaciones actuales que tienen las personas mayores para asistir a las reuniones, entre ellas destacaron tres, por la constante mención en los grupos focales. Estas son:

- Socializar con personas del distrito, de su misma edad.
- Salir de su rutina diaria.
- Disfrutar unas horas de esparcimiento.

Como menciona Casella (2015): "En la llamada tercera edad asistimos a una especie de vacío de socialización. El sujeto fue construyendo sus interacciones diarias con semejantes, familiares, compañeros de trabajo y al llegar a cierta edad confluyen muchos factores que desarticulan esta realidad" (p.4). En esta etapa se **afrontan una serie de cambios que pueden llegar afectar al adulto no solo emocional sino físicamente. Por lo que espacios de socialización y esparcimiento, que incluya esta población, son importantes dentro de la comunidad.**

Además, es necesario **ofrecer actividades**, que presenten un beneficio no solo emocional, sino físico, económico y social a los adultos mayores que participen.

¿Que representa el Centro Diurno para los adultos mayores de Florencia?

Para los adultos, la construcción del centro representa la oportunidad de tener un espacio propio y óptimo donde puedan desarrollar sus actividades.

Sin embargo, no tienen claro cómo funciona un Centro Diurno ni la ayuda que puede brindarles, por lo que, al explicarles la definición según el CONAPAM de Centro Diurno, mostraron gran interés por los servicios y acciones que podía ofrecer esta institución.

Seguidamente, se realiza una actividad para establecer posibles opciones en el programa.

Actividad 2- Actividades para establecer pautas para el programa arquitectónico

Se decidió dividir el grupo de 50 personas en cuatro grupos pequeños de 10 o 15 personas, lo que permitió explicar mejor la actividad y que los adultos lo comprendieran con mayor claridad.

Actividad 2.1

Se realizan tres fichas diferentes con seis imágenes de actividades diversas, se les dio tres "post it" verdes, los cuales se deben colocar debajo de las actividades que a ellos les gustara realizar y dos "post it" rosas en las que no les gustara realizar. (Anexo 2)

Se mencionó sobre la posibilidad de realizar sugerencias adicionales para las actividades que les gustaría realizar en el Centro Diurno.

El objetivo fue identificar las posibles actividades que la población adulta mayor de Florencia les interese realizar cuando esté construido el Centro Diurno.

Variables:

-Posibilidad de actividades para el programa

Se obtuvieron los siguientes resultados en cuanto a actividades y diseño de espacios.



Gráfico C1.5: Propuesta de actividades para el programa arquitectónico definido por los adultos mayores en el taller. Fuente: Elaboración propia.

Los adultos mayores tuvieron gran inclinación **por las manualidades y las actividades físicas, ya que actualmente el espacio no se presta para realizarlas.** Igualmente, muestran gran interés por realizar actividades físicas adecuadas para adultos mayores con diferentes discapacidades.

Otras actividades que propusieron fueron los **juegos de mesa, las huertas, el baile, las celebraciones, las capacitaciones y la natación.** Algunas de ellas son complicadas de realizar por sus requerimientos espaciales, pero demuestran el interés de este grupo por participar en actividades en diferentes campos.

Actividad 2.2

Como segunda actividad se entregaron en cada grupo, un conjunto diez imágenes diferentes de espacios, de los cuales debían escoger cinco colocando un "post it" en ellas y mencionar características o palabras que describieran el espacio o el por qué lo escogieron. (Anexo 3)

El objetivo fue establecer **pautas de diseño de los espacios dentro del Centro Diurno, donde la población adulta mayor de Florencia se sienta atraídos.**

Variables:

-Caracterización de espacios

Diseño de espacios

Estas fueron las imágenes que escogieron la mayoría de adultos en los diferentes grupos para describir cómo se imaginaban el Centro Diurno.



Figura C1.2: Terraza con vegetación



Figura C1.3: Centro Indígena Kapaclajui



Figura C1.4: Ventanas



Figura C1.5: Galería de Pabellón Bes

Además caracterizaron los espacios con las siguientes palabras:



Como se muestran en las imágenes las cuatro ilustran espacios conectados con la vegetación, tanto dentro del lugar como en un sitio continuo.

Posee acabados en madera y concreto. La apertura de los espacios junto a la altura de los cielos da la sensación de ser ventilados y frescos. De esta actividad se puede concluir que los adultos mayores de Florencia **prefieren espacios cercanos a la vegetación, abiertos y con accesibilidad.**

Es importante tomar en cuenta a los adultos mayores en el diseño del espacio en el que se van recrear, ya que como lo menciona (Lindón, 2006, 356-400) referenciado en el artículo de Sánchez-Gonzalez (2009),

“El envejecimiento en el espacio habitado se comienza a ver como un proceso de integración al lugar, sobre la base de una combinación de procesos socioespaciales y experiencia espacial, referida al individuo y modelada socioculturalmente, y cargada de sentidos, significados y memoria de la vida práctica”(p. 175)

Al final el estilo vida de estos adultos mayores contiene **una experiencia llena de significados y memorias que tienen gran importancia dentro de un diseño**, donde se busca que estas personas se sientan lo más cómodas y familiarizadas con el espacio para generar la mínima disonancia entre el individuo y el centro de cuidado.

Por lo que se busca recabar con estos datos relacionados al estilo de vida un insumo para **plantear lineamientos de diseño donde se identifiquen patrones específicos, no solo de comportamiento sino también de tipología de construcción de vivienda**, que responden a la zona, sus necesidades climáticas y sociales.



FUNCIONARIOS

Como menciona Armando Mora, administrador del Centro Diurno de Ciudad Quesada (anexo 4), en esta categoría de usuario podemos encontrar tres tipos de trabajadores: los administrativos, los de servicio y los especialistas que van a trabajar directamente con los adultos mayores.

ADMINISTRATIVOS

En otros centros, esta área la conforman dos usuarios, el administrador y la secretaria, quienes son los encargados de coordinar los recursos y funciones del Centro Diurno.

El administrador se encarga cuidar de las finanzas del centro, además es el encargado de establecer nuevas conexiones con diferentes contactos e instituciones públicas o privadas, para que colaboren como patrocinadores mensuales o en alguna actividad específica. También, debe organizar los espacios y las actividades para que los adultos que asistan y detallar los días y horarios en las que los especialistas se encuentran en el centro.

La secretaria, por su parte, se encargaría del control de la entrada del lugar, la recepción de las nuevas personas que quieran asistir y la distribución de información sobre los servicios que brinda el centro a los adultos mayores.

Por lo que para los funcionarios administrativos es necesario

una oficina en la que **el administrador pueda recibir nuevos patrocinadores y la secretaria un espacio donde pueda recibir a los adultos y brindarles la información de los servicios del centro.**

SERVICIO

En esta área se encuentra los encargados del comedor y la limpieza. **Ellos necesitan una cocina bajo las regulaciones del Ministerio de Salud y en el caso de limpieza un espacio para almacenar productos de aseo y una pila pequeña.**

ESPECIALISTAS

Entre los especialistas que podrían trabajar en el centro se encuentran los médicos, psicólogos, trabajadores sociales, abogados, profesores, especialistas en terapia física, entrenadores físicos especializados en adultos mayores, entre otros capacitados para trabajar con esta población.

Cada uno de ellos necesita un espacio para desarrollar sus funciones, sin embargo, muchos de ellos pueden compartir oficina, ya que su espacio de trabajo puede ser compatible con la de otros especialistas. Además, estos visitarían el centro por periodos cortos desde una vez cada semana hasta una vez cada quince días, según lo observado en el Centro Diurno de Ciudad Quesada y el de Cartago.

Ese es el caso del trabajador social, psicólogo y abogado, por lo que se podría coordinar para que el espacio de trabajo sea

compartido. El caso del médico es especial, ya que, aunque sus periodos de visita son cortos, las necesidades especiales del consultorio hacen que no pueda compartir oficina con los demás.

En el caso de los profesores es necesario disponer de aulas donde puedan trabajar, éstas deben ser iluminadas y ventiladas, además de accesibles a cualquier tipo de discapacidad o enfermedad degenerativa.

Los entrenadores y terapeutas físicos ocupan un espacio específico con necesidades básicas para desarrollar sus actividades con los adultos mayores.

En el capítulo 2 de este documento se profundizará más en las necesidades espaciales del consultorio, aula y área de acondicionamiento físico.



ACTORES PÚBLICO - PRIVADO

Al ser un centro que brinda ayuda a los adultos mayores no solo con el cuidado diurno, sino proveyéndole herramientas para la mejora física, social, económica y emocional, puede optar por recursos de diversas instituciones públicas. Este apoyo impactaría no solo en la creación sino también en el mantenimiento diario del lugar.

Otras instituciones por su parte colaborarían al vincularse con los servicios ofrecidos a los adultos mayores. El aporte de los diferentes actores es importante ya que funcionan como una herramienta para mantener en marcha el centro. Entre los actores se encuentran:

GESTIÓN

CONAPAM: Esta institución está a cargo de velar por el bienestar de las personas de tercera edad, por lo que con sus fondos plantea diferentes programas de ayuda para ofrecer una mejor calidad de vida a los adultos mayores que asisten, proyectos como: centros diurnos para adultos mayores, hogares de ancianos, centros de cuidado domiciliario entre otros. Influye dentro del proyecto porque es la entidad que le puede dar sostenibilidad económica al centro, lo que presenta gran importancia en la gestión del proyecto.

Actualmente la asociación de adultos mayores y la asociación distrital de Florencia han discutido con Teresita Aguilar presidente de la junta rectora del CONAPAM, la posibilidad de que el centro reciba fondos económico para el mantenimiento diario del equipamiento.

JPS: Parte del presupuesto viene de la Junta de Protección Social, además se está iniciando la gestión para solicitar busetas que recojan los adultos mayores y los lleven al centro, esto permitirá ampliar el radio de influencia que tiene el proyecto, ya que al ser una zona rural las distancias entre pueblos son más largas lo que

hace que sea menos accesibles para quienes asiste a un Centro Diurno.

Diputados: La ayuda de la diputada María José Corrales Chacón fue esencial para el proceso de gestión, ya que abrió muchos caminos para contactarse con instituciones públicas como el CONAPAM, además del constante acompañamiento en diferentes partes de la gestión.

Municipalidad: La municipalidad sigue de cerca la gestión del proyecto y cedió el lote para la construcción del equipamiento como préstamo a la Asociación de Adultos Mayores de Florencia. Lo cual actualmente brindó varias oportunidades con otras instituciones, que al tener el lote pudieron agilizar el proceso.

Asociación de desarrollo: Es la asociación comunal que planteó la necesidad del proyecto al ver la situación actual de los adultos mayores e inició con la gestión del centro.

Asociación de Adulto Mayor: Es la representación de los adultos mayores y es quien dicta las necesidades de grupo. Sería la encargada de administrar el centro diurno luego de la construcción y gestión de las actividades.

SERVICIOS DEL CENTRO

MEP: La asociación debe generar vínculos con el MEP y así negociar la visita de una profesora al centro cada semana, lo cual brindaría una herramienta a todas aquellas personas mayores que

no saben leer o escribir, o posee un nivel bajo de escolaridad.

Caja de Costarricense de Seguro Social: Al realizar vínculos con en el CCSS, se puede establecer la visita del médico y psicólogo cada cierto tiempo.

USUARIOS POTENCIALES



Actualmente solo 50 personas asisten a estas reuniones de adultos mayores cada quince días, sin embargo, **existe la posibilidad de que al aumentar los servicios y ofrecer actividades a esta población, junto con la ubicación céntrica del lote, generaría que muchos más adultos visiten el centro diariamente**, no solo por sus actividades sino para socializar con personas del distrito de su misma edad y romper con sus rutinas diarias.

Como se puede observar en el gráfico C1.6, entre los años 2019 y 2025, existe un incremento aproximado de 77 personas adultas mayores por año, con un total en ese período de 469 adultos.

Se aprecia en el gráfico C1.6, un crecimiento constante, lo que respalda la importancia de herramientas, equipamientos o actividades que procuren mejorar la calidad de vida de estos adul-

tos mayores, lo que representa un potencial para la creación de un centro diurno para adulto mayor en Florencia de San Carlos.

PÚBLICO GENERAL

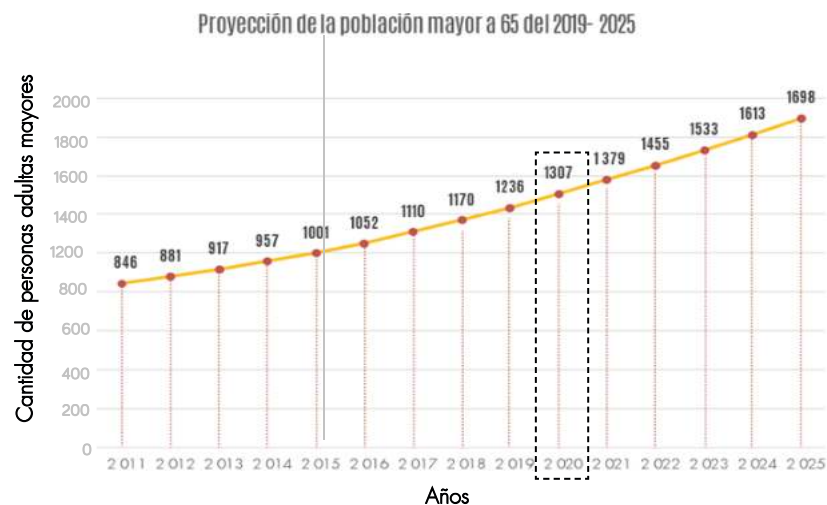


Gráfico C1.6: Proyección de la población adulta mayor del 2019-2025 en Florencia de San Carlos. Fuente: Elaboración propia con datos del INEC

Son personas que vienen de voluntarios a colaborar con el cuidado de los adultos mayores o interactúan con ellos durante el día. Pueden ser personas de todas las edades, con conocimientos varios. Estos individuos no son un usuario permanente, ya que visitan el centro esporádicamente.

Todos estos usuarios interactúan el espacio de una u otra manera, por lo que hay que tomar en cuenta a la hora de diseñar el Centro Diurno.



Figura C1.6: Taller Consultivo 2. Fuente: Autoría Propia (2019)



2 CAPÍTULO CASOS DE ESTUDIO



Figura C2.1: Centro diurno para adulto mayor. Fuente: Autoría Propia (2019)

Tomando como marco de referencia aspectos expuestos en *La Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia* (IMSER-SO, 2011), se realiza una evaluación individual de 4 casos estudio y un análisis comparativo de los programas arquitectónicos de los mismos, esto para **determinar pautas de diseño y el programa arquitectónico mínimo** que se puede utilizar en el centro diurno de Florencia.

Además, por medio de un estudio bibliográfico y entrevistas semi-estructuradas a especialistas se analizan características específicas de espacios dentro centro diurno.

En este capítulo se desarrolla el análisis de casos donde se estudia la infraestructura actual de algunos centros diurnos de la zona para establecer aciertos y desaciertos de los diferentes edificios. Esto facilitará la elaboración del programa arquitectónico del proyecto, ya que proveerá pautas necesarias para definir los espacios del equipamiento.

Los centros diurnos ofrecen una serie de servicios a los adultos mayores, de los cuales el CONAPAM (2014) define que: “Los servicios básicos que brinda son: nutrición, terapia recreativa, integración al medio social productivo, psicología, trabajo social, medicina general, personal de planta capacitado, equipo auxiliar adecuado y adaptaciones necesarias, distribución adecuada de planta física “ (párr. 3)

Por lo que estos se utilizarán como base general, para definir espacios importantes en el centro, ya que no existen regulaciones específicas en cuanto a infraestructura para la construcción de centros diurnos en el país.

Además, se va tomar como referencia *la Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia* del Instituto del Mayor y Servicios Sociales (IMSERSO) del Gobierno de España, esta guía formó parte de las actividades del Programa Iberoamericano de Cooperación sobre la Situación del Adulto Mayor en la Región y fue aprobada por la XXI Cumbre Iberoamericana de Jefes de Estado y de Gobierno en la que participaron países como Argentina, Brasil, España, Chile, México, Uruguay y Paraguay en el 2011.

En ella se exponen recomendaciones específicas para el diseño de Centros Diurnos en áreas como infraestructura, diseño espacial, seguridad, accesibilidad, selección del sitio, distribución espacial, organización y gestión. Por lo que se busca plantear pautas de diseño contextualizadas a la condición de la comunidad y las personas adultos mayores de Florencia de San Carlos.

La guía deja claro, la importancia de considerar las características y dificultades de los posibles usuarios que van a visitar el centro, proponiendo especificaciones adecuadas para personas con movilidad reducida, pérdida de habilidades motoras, desorientación o trastorno de agitación.

Se utilizan las recomendaciones correspondientes a infraestructura y programa arquitectónico para analizar los casos de estudio nacionales e internacionales, donde por un lado se identifican aciertos y desaciertos en cuestión de infraestructura y por el otro espacios importantes o deficientes.

En los casos nacionales se analizan dos centros dentro del cantón de San Carlos, uno ubicado en una zona más rural y el otro en una zona más urbana. Esto principalmente para estudiar las condiciones del equipamiento de otras zonas del cantón, la adaptación climática y el funcionamiento de los mismos. Estos se analizaron después de realizar una visita a los centros.

Por medio de las conclusiones de cada cuadro de evaluación, se busca establecer pautas para el diseño del Centro Diurno en Florencia.

ANÁLISIS DE CASOS NACIONALES

Para realizar este análisis, se crea un cuadro de evaluación por caso, en la primera parte se tiene un diagnóstico de la condición actual del centro tomando como criterios los aspectos recomendados en *La Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia* (IMSERSO, 2011), cada aspecto se evalúa con la siguiente rúbrica:

0. El aspecto no aplica en los espacios del caso
1. El aspecto se aplica en casi ningún espacio del caso.
2. El aspecto se aplica al menos en la mitad de los espacios del caso.
3. El aspecto se aplica en todos los espacios del caso.

Finalmente, según la cantidad de puntos obtenidos por caso, se determina un porcentaje que representa el estado actual de las instalaciones del centro según las condiciones recomendadas en la guía.

0 - 20% Deficiente - No aplica los aspectos recomendados.

21- 40% Escaso - Adecua pocos aspectos recomendados a las instalaciones.

41- 60% Aceptable - Aplica el mínimo tolerable de aspectos recomendados para las instalaciones.

61- 80% Bueno - Aplica más de la mitad de los aspectos recomendados para las instalaciones.

81- 100% Excelente - Aplica cabalmente los aspectos recomendados para las instalaciones.

CENTRO DIURNO DEL ADULTO MAYOR CIUDAD QUESADA

Para iniciar, se estudia el Centro Diurno de Ciudad de Quesada, ya que, a diferencia de otros del cantón, posee un administrador y su funcionamiento se acerca considerablemente a lo que busca ser el centro de Florencia. Este se encuentra ubicado en el Barrio San Antonio, la cual es una zona residencial y un poco retirada del centro y las vías de tránsito denso.

Al analizar la tabla C2.1 del Centro Diurno de Ciudad Quesada, se determina que el estado actual del centro, es bueno, ya que en la evaluación se obtuvo una calificación 74.36, lo que indica que cumple con más de la mitad de los aspectos recomendadas en la guía.

Este centro es deficiente en dos de los criterios a evaluar:

1. No posee suelos antideslizantes, los cuales son importantes para evitar caídas que pueden generar lesiones importantes en las personas adultas mayores que visitan el centro.
2. El centro carece de estancias diferenciadas por color, IMSERSO (2011) resalta la importancia de este punto, ya que los colores al igual que la simbología en los espacios permiten orientar los adultos mayores con deterioro cognitivo. (p. 24-25)

Esto lo respalda la bachiller en Ciencias del Movimiento Humano, Pamela Contreras Hernández, quién se ha enfocado en adultos mayores, en la entrevista realizada el día 11 de noviembre del 2019, enfatiza la importancia de los colores como una manera en la que se trabaja la parte cognitiva del adulto mayor y cómo estos afectan en el estado de ánimo de quienes realizan actividades en el espacio.

En este caso de estudio se destacaron varios puntos:

1.El administrador del centro: Es necesario una persona que administre para que haya una organización y control de las actividades diarias del centro.

2. Las aulas teóricas: Deben tener espacio para clases magistrales y un espacio un poco separado con mesas más amplias para trabajar con personas con enfermedades específicas como parkinson, alzhéimer, etc., que necesiten de pedagogías diferentes para trabajar. Así lo explicaba el administrador del Centro Diurno de Ciudad Quesada, Armando Mora al entrevistarlo el 3 de mayo del 2019.

3. El uso de cielos altos y aleros amplios: Se utilizan estas características específicas para adaptarse a las condiciones climáticas de San Carlos, ya que al ser una zona lluviosa como se muestra en el capítulo 3, necesita protección, además de que al ser un lugar con tanta humedad y radiación solar hace que sea necesario cielos altos que ayuden a controlar el calor dentro del espacio interno.

4. El uso de espacios centrales o monitores: Estos iluminan y ventilan el espacio interno, por lo que, al igual que en el punto anterior, son importantes para el control climático dentro del edifi-

cio. Como menciona IMSERSO (2019), los adultos mayores deben estar en espacios ventilados e iluminados naturalmente (p.21)

5. Zonas verdes: Esta permite a los adultos realizar actividades al aire libre como jardinería, agricultura, carpintería, etc. En el caso de Florencia estas actividades, como se puede ver en el capítulo 1, son de gran interés para las personas mayores que actualmente asisten a las reuniones.

CENTRO DIURNO DEL ADULTO MAYOR LA TIGRA

En la tabla C2.2 del Centro Diurno de La Tigra, se determina que el estado actual del centro, es aceptable, ya que en la evaluación obtuvo una calificación 58.97, lo que indica que cumple con las instalaciones mínimas aceptables para trabajar con adultos mayores.

El centro es deficiente en cinco de los trece puntos recomendados en *La Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia* (IMSERSO,2011) , dos de ellos son las estancias diferenciadas por colores y los suelos antideslizantes, estas se explicaron en el caso anterior, exponiendo la importancia de ambas para un espacio en el que interactúan con los adultos mayores. Los tres puntos faltantes son: ambientes cálidos y familiares, pasillos de 1,5m con pasamanos y luz artificial adecuada.

El ambiente actual del centro es impersonal, no muestra una cercanía a un ambiente familiar, no hay decoraciones, ni mobiliario

propio de los espacios, por lo que los adultos no tienen una conexión con el sitio. El geriatra Fernando Morales Martínez (2014) en un artículo *¿Donde viven los adultos mayores?* menciona, la importancia del sentido de pertenencia en el adulto mayor y como esto aumenta la calidad de vida de los mismos. (párr.4)

El centro no posee agarraderas o pasamanos en ninguna parte del espacio, éstas son necesarias para que las personas con movilidad reducida puedan desplazarse sin ningún problema, evitando caídas y promoviendo su autonomía. Contreras (2019) explica en la entrevista (Anexo 5), mencionada anteriormente, **que lo importante de reforzar la autonomía en los adultos mayores, está relacionado con permitir al adulto escoger para donde se quiere desplazar y que quiere realizar.**

Con respecto a la luz artificial de los espacios, según IM-SERSA (2011):

Se establece que la superficie de iluminación en las dependencias será, al menos, de 1/8 de la superficie, e igual o superior a los 1,20 m². Cuando no sea posible contar con fuentes suficientes de luz natural, se debe garantizar un mínimo de iluminación artificial de 200 lux, siendo, en cualquier caso, lo óptimo llegar hasta los 500 lux. (p.22)

El centro se percibe oscuro, la cantidad de la luz dentro es poca para realizar manualidades.

Con respecto a este caso se destacaron varias pautas que

se pueden tomar en cuenta para el diseño del centro diurno de Florencia:

1. La flexibilidad de los espacios es importante en algunas zonas del centro diurno, sin embargo, hay áreas que deben ser diseñadas para actividades específicas para que cumplan con regulaciones como cocinas, consultorios y oficinas o sigan recomendaciones para el adecuado desempeño de la actividad como gimnasios y aulas.

2. La implementación de corredor frontal en el diseño, permitió que los adultos mayores aprovechen una zona exterior techada, sin ser afectados por las condiciones climáticas. Además, como se expone en el análisis medio del capítulo 3, el corredor es una característica predominante en las casas del distrito, que tiene una función social, de conexión con el contexto y adaptación climática.

3. Es importante dotar al centro de espacios familiares, donde los adultos que los visitan diariamente se apropien del lugar y se sientan cómodos en el centro.

CENTRO DIURNO DE ADULTO MAYOR DE CIUDAD QUESADA

Aspectos recomendados	Condiciones actuales	
Aspectos infraestructura	Valor	Porcentaje
Aprovecha la luz natural	2	
Ventanas amplias y con seguro	2	
Buena iluminación artificial	2	
Espacios regulares y no agobiantes	3	
Cielos mínimo 2 m y áreas de trabajo 3m por personas	3	
Pasillos min 1.5m con pasamanos	3	
Rampas de acceso o ascensor si es necesario	3	
Servicios sanitarios según ley 7600	2	
Piso antideslizante	0	
SUBTOTAL	20 pts	51.28 %
Aspectos ambiental	Valor	Porcentaje
Ambiente cálido, familiar	3	
Seguridad	3	
Recorrido claro	3	
Espacios diferenciados por color	0	
SUBTOTAL	9 pts	23.08 %
Valor total 39 pts 100%	TOTAL 29 pts	74.36%
0- No los aplican en los espacios 1- Casi en ningún espacio se aplica 2- Se aplica al menos en la mitad de los espacios 3- Se aplica en todos los espacios. La máxima priorización es 3 y la mínima es 0		

Condiciones actuales del Centro Diurno

0-20 %	21-40%	41-60%	61-80%	81-100 %
Deficiente	Escaso	Aceptable	Bueno	Excelente

San Carlos



Construido en el 2000

ACIERTOS

- El sistema de recolección de donación, permite un mejor mantenimiento del centro.
- El espacio para las personas es importante para quienes visitan este centro, según menciona el administrador.
- El salón del comedor es un espacio multifuncional.
- El área verde se utiliza para trabajar en actividades como agricultura, jardinería, carpintería, entre otras.
- El monitor del equipamiento ilumina y ventila todo el centro.
- Posee administrador que controla y organiza las actividades diarias dentro del centro.
- Conexiones con instituciones públicas y privadas para ofrecer como educación, medicina, consultoría legal, consultoría psicológica, etc.

DESACIERTOS

- El mantenimiento de la infraestructura es deficiente por la falta de fondos.
- Posee espacios cerrados, como aulas teóricas y de manualidades que no ventilan ni iluminan naturalmente.
- La falta de una recepción hace que los miembros nuevos o visitas carezcan de información de las actividades del centro.
- No hay espacios específicos para el trabajo con los especialistas como trabajador social, médico, psicólogo o consultor legal.
- Existen varios espacios residuales dentro del centro que no se aprovechan.

CONCLUSIONES

- Es necesario una fuente de dinero para dar mantenimiento constante a las instalaciones.
- La recepción es punto importante, ya que orienta a visitantes y nuevos adultos en el centro, además genera la percepción de seguridad y orden de las actividades dentro del centro.
- La vinculación con instituciones como MEP, CCSS, CONAPAM, la municipalidad y el IMAS.
- La flexibilidad y relación de los espacios es necesario para aprovechar de mejor manera las actividades realizadas dentro del centro.

Tabla C2.1: Cuadro de evaluación de caso nacional - Centro diurno de Ciudad Quesada, referenciado con datos de la "Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia"(IMSERSO,2011) Fuente: Elaboración propia
 Figura C2.1: Fotografías de Centro Diurno para el Adulto Mayor de Ciudad Quesada Fuente: Autoría propia(2019)

CENTRO DIURNO DE ADULTO MAYOR DE LA TIGRA

Aspectos recomendados		Condiciones actuales	
Aspectos infraestructura	Valor 27 pts 69.23%	Evaluación	Porcentaje
Aprovecha la luz natural		2	
Ventanas amplias y con seguro		3	
Buena iluminación artificial		1	
Espacios regulares y no agobiantes		3	
Cielos mínimo 2 m y áreas de trabajo 3m ² por personas		3	
Pasillos min 1.5m con pasamanos		0	
Rampas de acceso o ascensor si es necesario		3	
Servicios sanitarios según ley 7600		2	
Piso antideslizante		0	
SUBTOTAL		17 pts	43.59%
Aspectos ambiental	Valor 12 pts 30.76%	Evaluación	Porcentaje
Ambiente cálido, familiar		0	
Seguridad		3	
Recorrido claro		3	
Espacios diferenciados por color		0	
SUBTOTAL		6 pts	15.38%
Valor total 39 pts 100%		TOTAL	23 pts 58.97%

0- No los aplican en los espacios 1- Casi en ningún espacio se aplica 2- Se aplica al menos en la mitad de los espacios 3- Se aplica en todos los espacios. La máxima priorización es 3 y la mínima es 0

Condiciones actuales del Centro Diurno

0-20%	21-40%	41-60%	61-80%	81-100%
Deficiente	Escaso	Aceptable	Bueno	Excelente

San Carlos



Construido en el 2018



ACIERTOS

- El corredor frontal funciona es el espacio donde los adultos interactúan con su entorno.
- El uso de cielos altos y grandes ventanas que pueden ser abiertas permite controlar el calor dentro del equipamiento.
- Los grandes aleros protegen el centro de la lluvia.
- El espacio se presta para realizar diferentes actividades en el mismo.

DESACIERTOS

- Al poseer un solo espacio, disminuye la posibilidad de hacer actividades simultáneas.
- El centro no posee administrador, por lo que solo se utiliza 1 vez por semana y no se aprovecha al máximo el equipamiento.
- No se aprovecha la zona verde del centro, ya que no ofrece actividades al aire libre, como agricultura, carpintería o jardinería.
- Es un espacio impersonal, no ofrece comodidades de ningún tipo ni calidez en los espacios.
- El espacio no es adecuado para que los adultos realicen ejercicios adecuadamente.

CONCLUSIONES

- Es necesario establecer espacios apropiados para que los adultos realicen actividades específicas como deportes, descanso, juegos, manualidades o agricultura.
- Es necesario un administrador en el centro para coordinar las actividades y el uso diario del centro diurno.
- Se pueden tener espacios flexibles para algunas actividades, pero es necesario espacios específicos y adecuados para otras actividades como ejercicios funcionales, manualidades, jardinería, etc.

Tabla C2.2: Cuadro de evaluación de caso nacional - Centro diurno La Tigra, referenciado con datos de la "Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia" (IMSERSO, 2011) Fuente: Elaboración propia **Figura C2.2:** Fotografías de Centro Diurno para el Adulto Mayor de La Tigra Fuente: Autoría propia (2019)

ANÁLISIS DE CASOS INTERNACIONALES

A continuación, se realizan cuadros de evaluación de casos internacionales, estás se trabajan por medio del estudio de las plantas arquitectónicas, fotografías y descripciones del centro.

CASA DEL ABUELO

Al analizar la tabla C2.3 de la Casa del Abuelo, se determina que el estado actual del centro, es bueno, ya que en la evaluación se obtuvo una calificación 71.79, lo que indica que cumple con más de la mitad de los aspectos recomendadas en la guía.

El centro es deficiente en tres de los trece aspectos ambientales y de infraestructura recomendados, los cuales son: Pasillos de 1,5m con pasamanos, pisos antideslizantes y las estancias diferenciadas con color. Estos puntos se explicaron en los casos anteriores, mencionando la importancia que tienen para los adultos mayores.

En este caso se rescatan varias pautas que se pueden tomar en cuenta para el diseño del Centro Diurno de Florencia:

- 1.El uso de tragaluces, monitores o intersticios abiertos entre edificios permite ventilar e iluminar** naturalmente de una mejor manera las estancias.
- 2. El uso de la naturaleza como medio protección climática y**

conexión con el entorno, como lo menciona en La Nación Rodríguez (2015): “Estos espacios naturales constituyen una terapia que alimenta la salud mental y emocional de las personas de la tercera edad “(párr. 3). Esto agregado a la importancia que tiene la vegetación en la vivienda de la zona de San Carlos, esto se profundiza en el análisis comunal, escala media, dentro del capítulo 3 del documento.

3. El diseño exterior del equipamiento puede permitir a las personas de la tercera edad interactuar con las personas a su alrededor, teniendo un contacto directo con su entorno. Por lo que el diseño debe responder a sus necesidades trabajando cuidadosamente texturas de piso, el tipo de piso, el tipo de mobiliario, iluminación y tipo de vegetación.

CENTRO DE DIA I CASAL DE GENT GRAN DE BLANCAFORT

Al analizar la tabla C2.4 del Centro de día I casal de gent Gran de Blancafort, se determina que el estado actual del centro, es bueno, ya que en la evaluación se obtuvo una calificación 74.36, lo que indica que cumple con más de la mitad de los aspectos recomendadas en la guía.

El centro falla en dos y cumple parcialmente con cuatro de

los aspectos, al igual que los demás centros analizados falla en los puntos relacionados a pasamanos y agarraderas y a espacios diferenciados por color.

Además, el centro cumple parcialmente con rampas de acceso que, a como se observa en la planta arquitectónica y en algunas imágenes, el uso de escaleras es necesario en ciertos lugares lo que limita el desplazamiento de personas con discapacidad.

Según los planos arquitectónicos analizados solo existe una batería con servicios sanitarios accesibles para personas con movilidad reducida en el todo centro de día. Al tener como usuario principal adultos mayores, hay tener en cuenta que muchos de ellos van necesitar de este tipo servicios sanitarios, por lo que se debería tener en cada batería de baños mínimo un servicio con accesibilidad universal.

En algunos espacios el ambiente es cálido por los materiales que utilizan, sin embargo, hay espacios muy grises e impersonales donde se pierde esta intensidad.

Al igual que los demás casos, se resaltan algunas pautas de este edificio porque se pueden tomar en cuenta para el diseño del centro diurno en Florencia:

1. Los espacios centrales o intersticiales no solo son útiles para ventilar e iluminar el centro, sino que integran ambientes diferentes al diseño interno del centro.

2. El material tanto interno como externo determinará el carácter del equipamiento por lo que es importante analizarlo a la hora de diseñar una infraestructura como esta.

Los mayores carencias en los centro analizados son el uso de agarraderas, pasamanos y pisos antideslizante, la diferenciación por color de las estancias y calidez en el espacio.

Todas pueden afectar de una u otra manera al adulto mayor por lo que es importante tomarlas en cuenta para el diseño del centro de Florencia.

A continuación, se analiza el programa arquitectónico en los diferentes casos; con respecto al sugerido por *La Guía De Centros De Día Para Personas Mayores En Situación De Dependencia* del Instituto del Mayor y Servicios Sociales (2011), esto para determinar similitudes y diferencias que permitan dar pautas para el programa arquitectónico que se planteará en el centro diurno.

Por lo que se realizó un análisis comparativo de casos de estudio, donde en cada columna se anotará los servicios que ofrece cada centro. Este procedimiento permite ver qué puntos se repiten, esto determinaría el nivel de importancia del espacio.

Los resultados de la tabla C2.5 determinan qué espacios, como **la administración, bodegas, servicios sanitarios accesibles, cocina, comedor, zona exterior y las aulas, son básicas para el funcionamiento** de un centro diurno para adulto mayor.

CASA DEL ABUELO

Diseñado por Tallerdiez 05

Aspectos recomendados	Condiciones actuales
Aspectos infraestructura Valor 27 pts 69.23%	Evaluación Porcentaje
Aprovecha la luz natural	3
Ventanas amplias y con seguro	3
Buena iluminación artificial	2
Espacios regulares y no agobiantes	3
Cielos mínimo 2 m y áreas de trabajo 3m ² por personas ²	3
Pasillos min 1.5m con pasamanos	0
Rampas de acceso o ascensor si es necesario	3
Servicios sanitarios según ley 7600	2
Piso antideslizante	0
SUBTOTAL	19 pts 48.72 %
Aspectos ambiental Valor 12 pts 30.76%	Evaluación Porcentaje
Ambiente cálido, familiar	3
Seguridad	3
Recorrido claro	3
Espacios diferenciados por color	0
SUBTOTAL	9 pts 23.07 %
Valor total 39 pts 100%	TOTAL 28 pts 71.79 %

0- No los aplican en los espacios 1- Casi en ningún espacio se aplica 2- Se aplica al menos en la mitad de los espacios 3- Se aplica en todos los espacios. La máxima priorización es 3 y la mínima es 0

Condiciones actuales del Centro Diurno



Veracruz, México

Construido en el 2018



ACIERTOS

- Estar inmerso dentro de un parque permite que el centro este conectado con la comunidad, la vegetación y su entorno urbano que lo rodea.
- El uso de espacios centrales o intersticiales para brindar estancias al aire libre q permitan a los adultos no solo recibir el sol sino observar a las personas que se encuentran en el parque.
- El uso de la madera y tonos beis y café dan calidez al espacio, además de uso de la vegetación dentro y fuera del centro.
- El uso de tragaluz y monitores iluminan y ventilan los espacios naturalmente.
- Uso de bahías vehiculares para permitir que busetas, autobuses o carros particulares se puedan parquear a dejar o recoger los adultos mayores.

DESACIERTOS

- El uso de suelos que no son antideslizantes podría ocasionar caídas en adultos mayores que visiten el centro.
- Al tener las aulas abiertas no existe control acustico por lo que si se estan realizando actividades simultaneas va haber mucho ruido que dificultaría la comprensión de las personas mayores.
- La falta de espacios abiertos techados imposibilita que los adultos realicen actividades en exteriores se vean expuestos a las inclemencias climáticas.

CONCLUSIONES

- Este carece de agarraderas, pasamanos y pisos antideslizantes los cuales son importante en estos espacios para se puedan desplazar facilmente a cualquier punto del centro y se eviten caídas.
- Este centro le da gran importancia a la conexión con el entorno, por lo que la vegetación circundante es relevante en el diseño.
- Es importante el diseño exterior del centro, ya que es donde la persona adulta mayor interactua con la comunidad y su entorno.

Tabla C2.3: Cuadro de evaluación de caso internacional - casa del abuelo, referenciado con datos de la "Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia"(IMSERSO,2011) Fuente: Elaboración propia

Figura C2.3: Fotografías de la Casa del Abuelo Fuente: Luis Gordoa, recuperado de: https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/872702/casa-del-abuelo-taller-diez-05?ad_source=search&ad_medium=search_result_all (2016)

CENTRO DE DIA I CASAL DE GENT GRAN DE BLANCAFORT

Diseñado por Guillem Carrera

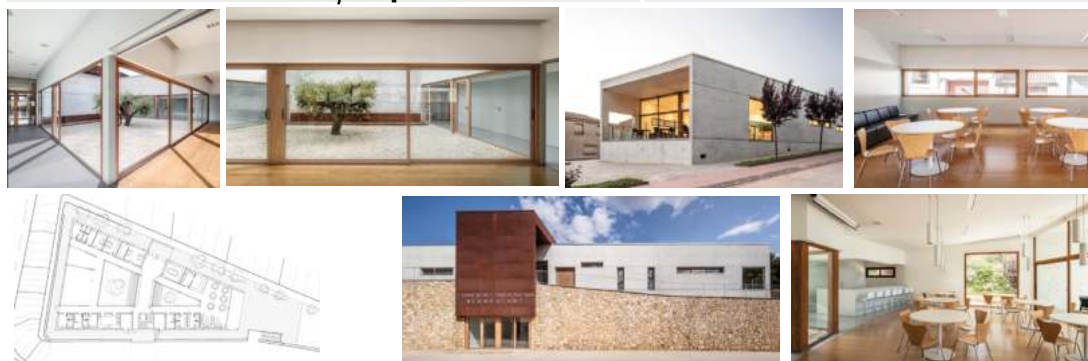
Aspectos recomendados	Condiciones actuales	
Aspectos infraestructura	Valor	Evaluación Porcentaje
Aprovecha la luz natural	27 pts 69.23%	3
Ventanas amplias y con seguro		3
Buena iluminación artificial		3
Espacios regulares y no agobiantes		3
Cielos mínimo 2 m y áreas de trabajo 3m ² por personas		3
Pasillos min 1.5m con pasamanos		0
Rampas de acceso o ascensor si es necesario		2
Servicios sanitarios según ley 7600		2
Piso antideslizante		2
SUBTOTAL		21 pts 53.85 %
Aspectos ambiental	Valor	Evaluación Porcentaje
Ambiente cálido, familiar	12 pts 30.76%	2
Seguridad		3
Recorrido claro		3
Espacios diferenciados por color		0
SUBTOTAL		8 pts 20.51 %
Valor total 39 pts 100%		TOTAL 29 pts 74.36 %
0- No los aplican en los espacios 1- Casi en ningún espacio se aplica 2- Se aplica al menos en la mitad de los espacios 3- Se aplica en todos los espacios. La máxima priorización es 3 y la mínima es 0		

Condiciones actuales del Centro Diurno

0-20 %	21-40 %	41-60 %	61-80 %	81-100 %
Deficiente	Escaso	Aceptable	Bueno	Excelente

Blancafort, España

Construido en el 2013



ACIERTOS

- El uso de espacios centrales o intersticiales para brindar estancias al aire libre que permitan a los adultos no solo recibir el sol
- El uso de la madera y tonos beis y café dan calidez al espacio, al igual que el uso de la vegetación dentro y fuera del centro.
- El uso de tragaluz que iluminan y ventilan los espacios naturalmente.
- El uso de pisos de madera favorece a los adultos al realizar actividades físicas.

DESACIERTOS

- Al ser un centro tan cerrado en sus fachadas, el contacto con la comunidad o los transeúntes es limitado.
- La falta de espacios abiertos techados imposibilita que los adultos realicen actividades en exteriores se vean expuestos a las inclemencias climáticas.
- El trabajo de nivel dentro del edificio requiere el uso de escalera en ciertas partes del edificio lo que hace que el acceso se vea limitado.

CONCLUSIONES

- Carece de agarraderas, pasamanos los cuales son importante en estos espacios para se puedan desplazar fácilmente a cualquier punto del centro y se eviten caídas.
- En este caso particular se trabaja la seguridad a tal punto que el funcionamiento del centro es introvertido ya que las estancias poseen las mayores aperturas hacia el interior.
- Es importante establecer las materialidades internas para dar calidez a los diferentes espacios.

Tabla C2.4: Cuadro de evaluación de caso internacional - Centro de día I casal de gent Gran de Blancafort, referenciado con datos de la "Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia"(IMSERSO,2011) Fuente: Elaboración propia. **Figura C2.4:** Fotografías de Centro de día I casal de gent Gran de Blancafort Fuente: Adrià Goula, recuperado de: <https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/783915/centre-de-dia-i-casal-de-gent-gran-de-blancafort-guillem-carrera> (2013)

Otros espacios como el consultorio médico, las salas de actividades y áreas de descanso poseen un nivel medio de importancia para el funcionamiento del centro.

Y finalmente espacios como oficinas de psicología, trabajo social, sala de reuniones y sala de ejercicios funcionales, son espacios que aunque tiene importancia por los beneficios que generan a la

población adulta mayor son opcionales según la capacidad y posibilidad del centro que se va implementar.

Sin embargo la conclusión principal de la tabla C2.5, es que el programa arquitectónico recomendado coinciden con la mayoría de los espacios que los centros analizados poseen. Por lo que es viable utilizarla como referente básico para el programa arquitectónico del centro diurno a diseñar.

ANÁLISIS COMPARATIVO DE CASOS DE ESTUDIO

Programa recomendado	CD Ciudad Quesada, San Carlos		CD La Tigra, San Carlos		Casa del abuelo, México		CD i casal de gent gran de Blancafort, España		Total
Administración	X	-	X	-	X	-	X	-	4
Psicología	X	No tiene un espacio para trabajar	X	No tiene un espacio para trabajar	-	Este centro no posee espacios para servicios de salud	-	Este centro no posee espacios para este servicio	2
Trabajo social	X	No tiene un espacio para trabajar	X	No tiene un espacio para trabajar	-	Este centro no posee espacios para servicios de sociales	-	Este centro no posee espacios para servicios de sociales	2
Enfermería	X	No cumple con Ministerio de Salud	X	No tiene un consultorio	-	Este centro no posee espacios para servicios de salud	X	-	3
Sala de reuniones	X	Es un espacio abierto	-	-	-	-	X	-	2
Bodega	X	Es un espacio pequeño que no da a basto	X	-	X	-	X	-	4
Recepción	-	-	-	-	X	Punto de control de seguridad	X	Punto de control de seguridad	2
Baños accesibles	X	-	X	-	X	-	X	-	4
Cocina	X	-	X	-	X	-	X	Conectada directamente con la cocina	4
Comedor	X	-	-	Es un gran salón multiuso	X	Conectada directamente con la cocina	X	-	4
Salas actividades	X	Sala de manualidades y área de cómputo poco iluminadas y poco ventiladas	-	-	X	-	X	-	3
Sala de descanso	X	-	-	-	X	-	X	-	3
Sala ejercicios funcional	X	No hay espacio para hacer ejercicio sino espacios multiusos	-	-	X	Es un gran salón multiuso	-	-	2
Aulas	X	Aulas sin iluminación y ventiladas natural	X	-	X	Poseen grandes ventanales ya sea espacios centrales o hacia al exterior	X	Poseen grandes ventanales ya sea espacios centrales o hacia al exterior	4
Zonas exterior	X	-	X	No se aprovecha	X	-	X	-	4
-	-	-	-	-	X	Auditorio	-	-	1

Administración
Bodega
Baños accesibles
Cocina
Comedor
Aulas
Zonas exterior

4

Salas actividades
Enfermería
Sala de descanso

3

Psicología
Trabajo social
Sala de reuniones
Recepción
Sala ejercicio funcional

2

Auditorio

1

Tabla C2.5: Cuadro de análisis comparativo de casos de estudio, referenciado con datos de la "Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia"(IMSERSO,2011) y casos de estudio. Fuente: Elaboración propia

ANÁLISIS DE ESPACIOS

En este apartado se toman los espacios, que tienen requerimientos técnicos específicos y se busca exponer las especificaciones mínimas necesarias para que un adulto mayor pueda desenvolverse sin problema en el espacio.

Se analizarán la enfermería o consultorio, servicios sanitarios, comedor, sala de ejercicios funcionales y aulas.

CONSULTORIO MÉDICO

Según el Ministerio de Hacienda (2018, p.94) en *El manual de requerimientos físicos y estandarización de espacios de oficina, para edificios y administrativos*. Establece que:

- El área mínima de un consultorio de medicina general es de 15m².
- Cada consultorio contará en el área de entrevista, que consta con una estación de trabajo operativa, dos sillas de espera. Un archivo metálico, una división mediante cortina
- Un lavamanos con su respectivo dispensador de jabón líquido y dispensador de toallas de papel para secado de manos.
- En el área de examen contará con una camilla.

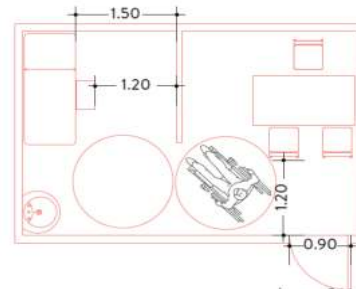


Diagrama C2.1: Consultorio médico. Fuente: Trabajo final de graduación Centro Integral Joaquín y Ana para el adulto mayor-Diana Ghisellini Marín (2017)



Figura C2.5: Consultorio médico. Fuente: <http://www.rtv.org.mx/masnoticias/wp-content/uploads/sites/13/2019/06/WhatsApp-Image-2019-06-11-at-14.47.33.jpeg> (2019)

Por otro lado, para los consultorios de psicología, es necesario:

- El área mínima de estos consultorios es de 12m².
- Debe tener un sofá individual en lugar de una camilla.
- Los demás requerimientos son iguales a los consultorios de medicina general.

SERVICIOS SANITARIOS

Según la ley de Igualdad de Oportunidades para las Personas con Discapacidad. N° 7600. Los servicios sanitarios accesibles deben tener:

- Dimensiones mínimas de 2,25m x 1,55m libres de obstáculos.
- Debe contemplar un espacio de giro con un diámetro mínimo de 1,50m totalmente libres de obstáculos.
- Cada inodoro deberá contar con una agarradera vertical de 0,75m de largo y ubicarse a 0,80m de altura.
- Además, cada inodoro deberá contar con una agarradera

horizontal de 0,90m de largo mínimo y estará ubicada lateral al inodoro, a una altura de 0,30m por encima del mismo.

- El asiento se coloca a una altura de entre 0,45m y 0,50m
- El dispensador de papel se coloca entre los 0,4m y los 1,1m.
- El lavatorio debe contar con un espacio libre de obstáculos o área de aproximación de 0,80mx0,85m con un espacio debajo de este de aproximadamente 0,70m de altura, además no puede exceder los 0,8m.

La ley plantea también requisitos mínimos para duchas accesibles, los cuales son los siguientes:

- La dimensión interna mínima debe ser de 1,20m x 1,1m
- Es necesario un asiento, el cual puede ser de tipo abatible fijo o móvil, y debe estar a una altura entre los 0,45 m y 0,50m.
- El grifo se coloca lateral al asiento.
- Se debe colocar una agarradera tipo L de 0,75m de largo y 0,76m de altura.

La ley también plantea también requisitos mínimos para duchas accesibles, las cuales son los siguientes: .

- La dimensión interna mínima debe ser de 1,20mx1,1m
- Es necesario un asiento, el cual puede ser de tipo abatible fijo o móvil, y debe estar a una altura entre los 0,45 m y 0,50m.
- El grifo se coloca lateral al asiento.
- Se debe colocar una agarradera tipo L de 0,75m de largo y 0,76m de altura.

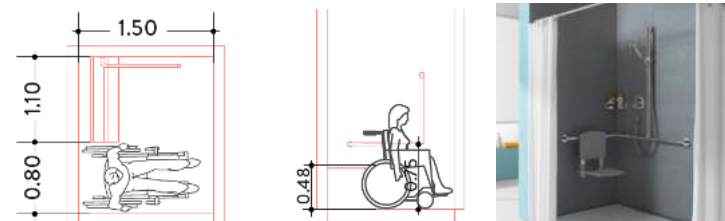


Diagrama C2.5: Dimensiones baños. Fuente: Trabajo final de graduación Centro Integral Joaquín y Ana para el adulto mayor-Diana Ghisellini Marín (2017)

Figura C2.8: Baño accesible. Fuente: <https://i.pinimg.com/originals/49/35/77/4935779f288c814b0f24c4b21b451b5a.jpg> (2019)

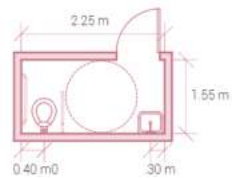


Diagrama C2.2: Dimensiones de servicio sanitario. Fuente: Trabajo final de graduación Diseño para todos: Centro Integral Comunitario, Daniel Jiménez, (2019)

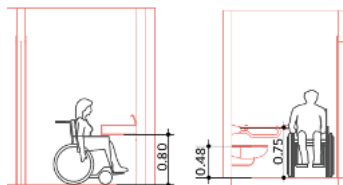


Diagrama C2.4: Altura de lavatorios y servicio sanitario en vista de corte. Fuente: Trabajo final de graduación Centro Integral Joaquín y Ana para el adulto mayor-Diana Ghisellini Marín (2017)

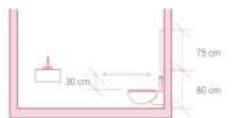


Diagrama C2.3: Dimensiones de servicio sanitario. Fuente: Trabajo final de graduación Diseño para todos: Centro Integral Comunitario, Daniel Jiménez, (2019)



Figura C2.6: Servicio Sanitario accesible Fuente: http://www.masdeco.cl/wp-content/uploads/2017/05/Imagen_MG_1760.jpg (2019)



Figura C2.7: Servicio Sanitario accesible con baño Fuente: <https://laguardia-moreira.com/wp-content/uploads/2019/01/C%C3%B3mo-adaptar-un-ba%C3%B1o-para-personas-mayores.jpg> (2019)

COMEDOR

Ghisellini (2017), en su trabajo final de graduación, menciona que se debe tener presente:

- El pasillo de circulación que permita el paso de las sillas de ruedas de 1,2m de ancho.
- La altura de la mesa debe ser de 0,75m-0,8m. El ancho aproximado del espacio ocupado por la persona en la mesa es de 0,8mx0,8m, el acceso debe permitir el radio de giro de 1.5m.

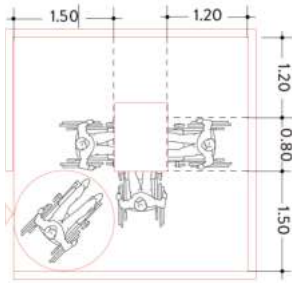


Diagrama C2.6: Dimensiones de comedor. Fuente: Trabajo final de graduación Centro Integral Joaquín y Ana para el adulto mayor-Diana Ghisellini Marín (2017)

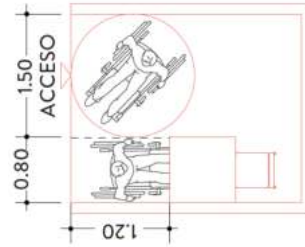


Diagrama C2.7 : Dimensiones de comedor. Fuente: Trabajo final de graduación Centro Integral Joaquín y Ana para el adulto mayor-Diana Ghisellini Marín (2017)

lujados o protegidos para prevenir lesiones en la piel de los adultos que se golpeen .

- Es recomendable que existan agarraderas en algunos puntos para que las personas adultas mayores que tengan alguna dificultad pueda realizar de una manera más segura y fácil.
- Es recomendable que posea un espejo de cuerpo completo, esto para estimular la conciencia corporal.
- El uso del color es importante, ya que influye en el estado de ánimo de quienes están en el espacio.

SALA DE EJERCICIOS FUNCIONALES

Para comprender a profundidad se realiza una entrevista a la bachiller en Ciencias del movimiento humano, Pamela Contreras, quien se ha enfocado en el trabajo de personas adultas mayores.

Algunos requerimientos específicos que sugiere para el para evitar lesiones en los adultos mayores son los siguientes:

- Se debe buscar un piso sea antideslizante y que amortigüe y, ya que actividades como el baile y algunos ejercicios funcionales tienen cierto impacto que podría un daño a futuro en el adulto.
- Debe ser un lugar bien ventilado e iluminado, es necesario ya que muchos adultos mayores poseen enfermedades respiratorias.
- Es necesario que los bordes de columnas o paredes sean

Otras consideraciones que se deben tomar en cuenta al diseñar estos espacios son:

- Este espacio debe estar cercano a la baterías de baños ya que muchos adultos poseen incontinencia urinaria, además recomienda tener duchas en las baterías de baños.
- Son necesarias una bodega espacio cercana y accesible, ya que se recomienda que los adultos elijan y recojan el materia con que quieren trabajar esto para reforzar la autonomía.
- Esta bodega debe estar ventilada para evitar que el material no se dañe y esto a futuro le genere problemas al adulto mayor.

Para uso dentro del espacio es necesario tener el siguiente material de trabajo:

- Es indispensable tener sillas que no se resbalen ya que muchos adultos por su condición médica no pueden realizar ejercicios de pie pero si sentados.

- Una o dos mesas para realizar cognitivos como armar rompecabezas con texturas y vincularlos con ejercicios físicos.
- Un equipo para poner música.
- Pesas

Otros materiales que se puede usar para realizar ejercicio con personas de la tercera edad son:

- Colchonetas para ejercicios de respiración
- Conos
- Bolas de gimnasia
- Bandas elásticas.



Figura C2.9: Ejercicios funcionales.
Fuente: <https://www.elisamoreno.com/tratamientos-de-rehabilitacion/rehabilitacion-tras-accidente-cerebrovascular-ictus-derrame/> (2019)



Figura C2.10: Ejercicios con bandas elásticas.
Fuente: <https://www.redadultmayor.org/quienes-son-y-que-hacen-los-nuevos-adultos-juvenes-en-la-argentina/> (2019)



Figura C2.11: Ejercicios cognitivos.
Fuente: <https://i.pinimg.com/564x/ea/9b/38/ea9b3809c2e8a22aa7cfcf0706e783a7.jpg> (2019)

AULAS

Al entrevistar a la licenciada María José Víquez (anexo 6), quien es asesora en educación en el Programa Institucional para la Persona Adulta Mayor de la UCR, se hablaron varios aspectos, entre ellos, las aulas, tanto las de práctica como las académicas.

Ella mencionaba que la educación para adultos mayores, se debe trabajar por medio de aprendizaje colaborativo. La Dirección de Investigación e Innovación Educativa del Tecnológico de Monterrey (s.f) menciona que el aprendizaje colaborativo es:

El aprendizaje colaborativo es una técnica didáctica que promueve el aprendizaje centrado en el alumno basando el trabajo en pequeños grupos, donde los estudiantes con diferentes niveles de habilidad utilizan una variedad de actividades de aprendizaje para mejorar su entendimiento sobre una materia. Cada miembro del grupo de trabajo es responsable no solo de su aprendizaje, sino de ayudar a sus compañeros a aprender, creando con ello una atmósfera de logro.(p. 2)

Se busca aprender entre todos y que los adultos mayores se apoyen entre sí para comprender temas específicos. Esto les permite romper con los mitos sobre los adultos mayores existentes en el imaginario colectivo.

Por lo que María José Víquez(2019) sugiere que las aulas deben ser:

- Aulas pequeñas o flexibles, para trabajar con grupos pequeños de adultos mayores.
- Aulas ventiladas e iluminadas naturalmente.
- En las aulas de manualidad es necesario colocar una pila pe-

queña para evitar que los adultos deban desplazarse para limpiar las herramientas que se utilizaron en los cursos.

- Espacios para proyectar dentro del aula
- Bodegas o espacios de almacenamiento, para guardar material de los diferentes cursos y que los adultos tengan la posibilidad de guardarlo en el centro.
- El uso del color puede ayudar a la concentración e influye en el ánimo de quienes se encuentran en el espacio.



Figura C2.12: Aulas Teóricas. Fuente: <https://i.pinimg.com/564x/f1/77/95/f177956eb8e73896cc898fd91247d3d5.jpg> [2019]



Figura C2.13: Aulas Teóricas. Fuente: <https://www.pinterest.es/pin/587367976381707345/> [2019]





3.1 CAPÍTULO EN SITIO

Se toma como referencia la lista de variables de estudio establecidas en el artículo *El análisis de sitio y su entorno en el desarrollo de proyectos arquitectónicos y urbanos* de Chong, Carmona y Pérez(2012). Con ellas, en este capítulo se realiza un análisis en escalas: macro, distrital; medio, comunal; y micro, en sitio; para entender el lugar donde se encontrará inmerso el centro diurno de Florencia y como este podría influir en el medio que lo rodea.

Según la lista de variables establecida en el artículo de El análisis de sitio y su entorno en el desarrollo de proyectos arquitectónicos y urbano” de Chong, Carmona y Pérez (2012), se establecen los parámetros a trabajar en el proyecto según su validez e importancia en el sitio.

Se tomo en cuenta: los antecedentes socio-económicos e históricos, los usos de suelo urbano, proyectos futuros, área de influencia, caracterización de barrios, estructura urbana, imagen urbana, usos de suelo, localización del sitio, clima, relieve, suelo, hidrología, tipología de vivienda y normativas.

De igual manera se considera importante tomar en cuenta *La Guía Sobre Centros De Día Para Personas Mayores En Situación De Dependencia* del IMSERSO (2011), en España, la cual establece algunos aspectos para **determinar el lugar idóneo para ubicar un Centro Diurno**, entre ellos están:

- Ubicación urbana, cercana.
- Cercanías a otros servicios socio-sanitarios para establecer una relación de coordinación.
- Tranquilidad del entorno.
- Existencia de transporte público cercano a los usuarios que visitan el centro.
- Parqueo para vehículos del centro o de familiares de los usuarios.
- Cercanía del centro a parqueos y parada de transporte público.

Para dar inicio al análisis se exponen datos de gran importancia, para la comprensión del proyecto dentro del cantón.

SAN CARLOS

La municipalidad de San Carlos (s.f.) explica en los datos generales del cantón, la función histórica que ha tenido este como productor de carne, leche, queso, cítricos, madera y otros productos, originando el 65% de la leche y más de la mitad de la carne del país.

Estos datos indican que la economía del cantón **está ligada con la agricultura y la ganadería**, por lo que muchas áreas del cantón son zonas rurales.

En los últimos años, el turismo ha tenido un papel importante en la economía del cantón, principalmente en el distrito de La Fortuna, ya que es donde se encuentra la mayoría de sitios turísticos y hoteles.



Figura C3.2: Parque de Ciudad Quesada. Fuente: <https://www.flickr.com/photos/jairomurillo-photo30/5546145590> (2019)



Figura C3.3: Finca Ganadera en San Carlos. Fuente: <https://fincasylotesensancarloscostarica.com/Sivendemos/fincas-para-ganaderia-y-agricultura-en-san-carlos-y-zona-norte-de-costa-rica/> (2019)

ESCALA MACRO - DISTRITAL

FLORENCIA

El distrito se encuentra en un punto estratégico como se aprecia en la vista satelital que se muestra a continuación. Florencia es la única conexión vial entre los distritos La Fortuna, Cutris, La Tigra y Quesada, lo que genera que las personas que necesiten realizar compras o trámites en Quesada, y las que se trasladan de un distrito a otro deban pasar por ahí, esto lo hace un punto de fácil acceso, ya que es frecuentada por el transporte público de cualquiera de estos distritos.



Figura C3.4: Vista Satelital de Florencia. Fuente: <https://www.google.com/maps/@10.3686928,-84.4727608,7126m/data=!3m1!1e3> (2019)

Proyectos Importantes

Se investigaron proyectos a nivel nacional o municipal, ubicados en el distrito de Florencia, con la finalidad de conocer la posible influencia de estos sobre el distrito.

Los proyectos más representativos que se plantean a llevar a cabo en San Carlos y en el distrito Florencia son El Parque Industrial de Muelle, El Canal Seco Interoceánico, que también pasaría por Muelle, y la carretera Naranjo-Florencia.

El **parque industrial de Muelle** (2017) menciona en su página web oficial:

Se encuentra en un corredor donde ya existen 7 empresas bajo el régimen de zona franca que explotan la actividad agrícola y pecuaria, esta región aporta el 65 % de la leche del país, el 55% de la carne, el 80 % de las raíces y tubérculos, además dos terceras partes de las legumbres (párr. 2 - 3)

El planteamiento del parque es aprovechar al máximo la ubicación, proponiendo una concentración de industrias que se benefician de la cercanía del corredor logístico norcaribe que conecta con el nuevo puesto fronterizo en las Tablillas y la nueva carretera de Altamira - Bajos de Chilamate; ruta directa a la nueva terminal en Moín.



Figura C3.5: Parque Industrial de Muelle. Fuente: <https://www.parquemuelle.com/zona-estrategica.html>. (2019)

Las carreteras anteriormente mencionadas, son las mismas que unirían y mejorarían el proyecto del **Canal Seco Interoceánico**, con esto se busca crear un canal terrestre para trasladar productos desde Moín hasta Nicaragua u otros países al norte de Costa Rica (El País, 2016), lo que aumentaría el flujo de vehículos de carga por esta zona y a su vez servicios enfocados en este nuevo flujo.

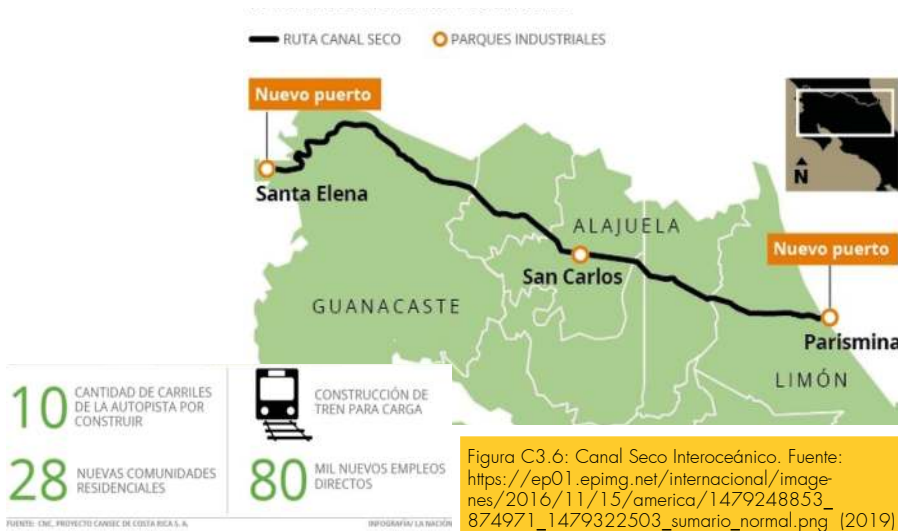


Figura C3.6: Canal Seco Interoceánico. Fuente: https://ep01.epimg.net/internacional/imagenes/2016/11/15/america/1479248853_874971_1479322503_sumario_normal.png (2019)

La **carretera Naranjo - Florencia** actualmente se encuentra incompleta, por el momento solo funciona el tramo de Florencia a Ciudad Quesada, esta ha generado un desahogo de las vías entre estos dos distritos. Según un comunicado de la Presidencia de la República de Costa Rica (2017): "Posee una importancia estratégica para el sector productivo, pues une la Meseta Central con una zona agrícola y productiva muy activa", por lo que tiene valor no solo ruta alterna sino como conexión comercial.(párr.4)



Figura C3.7: Nueva carretera a San Carlos (Naranjo - Florencia). Fuente: https://ep01.epimg.net/internacional/imagenes/2016/11/15/america/1479248853_874971_1479322503_sumario_normal.png (2019)

Estos proyectos de una u otra manera impulsan la apertura de nuevas empresas y servicios en el distrito de Florencia, lo cuales proveen oportunidades laborales que beneficiarían a muchas familias. Algunas de estas familias tienen a su cargo el cuidado de adultos mayores, por lo que un Centro Diurno funcionaría como un acompañamiento y apoyo para el cuidado diurno de los mismos y a la vez ofrecería oportunidades para que se relacionen con otras personas de la comunidad y realicen una variedad de actividades, garantizando así su bienestar no solo físico, sino también emocional.

Área De Influencia

Al realizar un grupo focal con los adultos mayores que asisten a las reuniones cada dos semanas, se realiza un cuestionario semi estructurado (Ver Capítulo 1), con este se busca conocer los datos de su motivación, proveniencia, condición laboral, estudios, entre otras cosas que permitan comprender su situación actual.

Con estos datos geo referenciados se pudo estimar el área de influencia actual que tienen las reuniones de adultos mayores, esto se calculó a partir de los puntos de afluencia de los adultos mayores que asistieron, **por lo que en la figura C3.8 se ubicaron los esos puntos y se señalaron los pueblos con mayor concentración de datos.**

A pesar de que no se brinda ningún servicio o actividad más allá del bingo, el café, el diálogo y una que otra salida, los adultos siguen asistiendo, ya que representan una manera de salir

de sus rutinas diarias.

Actualmente, asisten a la reunión un aproximado de 50 adultos mayores, sin embargo, existe la posibilidad de que, al proponer servicios y actividades de su interés, en un espacio adaptado a sus necesidades, ese número aumente significativamente.

Para tener un estimado del total de personas mayores que podrían asistir al centro según el área de influencia actual, se solicitó al INEC el total de éstas y se estableció, por medio del Censo 2011, que habitaban **400 adultos mayores en la zona delimitada.**

Por lo que es necesario **ofrecer una propuesta con actividades y servicios varios, que presente una oportunidad atractiva para las personas mayores** y que, eventualmente, genere un aumento significativo del área de influencia de estos servicios.



Figura C3.8: Área aproximada de influencia actual de las reuniones bisemanales. Fuente: Autoría Propia con datos del Grupo Focal y fotografía satelital de Google maps (<https://www.google.com/maps/@10.3623782,-84.4946337,2996m/data=!3m1!1e3>)(2019)

Caracterización De Barrios

Se realizó un análisis de caracterización de barrios para determinar si el barrio de Florencia es ideal para realizar un Centro Diurno para adultos mayores, esto con el fin de aclarar las constantes interrogantes de la Asociación Distrital del Florencia con respecto a la ubicación propicia para un centro de este tipo.

Con los puntos de afluencia de las personas adultas mayores, se realiza un análisis en los barrios destacados para identificar los servicios y facilidades que poseen, esto con la idea de evaluar la idoneidad y localización del lote brindado por la municipalidad, con respecto a otros barrios del distrito.

Esta evaluación toma en cuenta los aspectos para determinar el sitio, sugerido por IMSERSO (2011, p.19.); mencionados al principio del capítulo.

Analizar los servicios de un lugar es necesario a la hora de seleccionar un sitio para desarrollar un centro diurno, pues se busca que el centro este ubicado en un punto donde la persona mayor se dirija y pueda también aprovechar el traslado para realizar trámites que no pueden hacer cerca de su residencia, esto con el fin de reducir tiempos de traslado y múltiples desplazamientos.

Tello, Negrete, Pacheco, Rico y Zurob (2018) comentan:

“Los adultos mayores tienden a desplazarse hacia destinos conocidos: sus trabajos, el centro del

adulto mayor, el consultorio, el lugar donde viven sus familiares y lugares donde pagan cuentas. Les acomoda y brinda seguridad conocer el trayecto y saber los tiempos que involucra llegar hacia esos destinos.” (p.22)

Por lo que se realizó un conteo de los siguientes servicios que pueden beneficiar o afectar un Centro Diurno:

Salud: Los adultos mayores son personas más vulnerables a enfermedades, por lo que es ideal tener puntos de salud cercanos. Además, se debe procurar alianzas que apoyen con servicios de salud física y mental.

Educación: Algunos centros educativos como universidades o institutos como el INA, pueden brindar colaboración en diferentes cursos que se pueden enlazar con personas mayores. Algunos colegios realizan horas comunitarias, que podrían apoyar al centro con trabajos variados.

Comercios: Este punto se tomó en cuenta, ya que se busca que los adultos no vayan solo al Centro Diurno, sino que aprovechen ese traslado para realizar pequeñas compras o pagos que no pueden realizar cerca de sus viviendas.

Industria: Es importante saber si existen industrias cerca, ya que la contaminación atmosférica, odorífera y sónica, pueden generar problemas de salud a los adultos mayores.

Bancaria: Este punto funciona igual que el punto relacionado con los comercios. Por lo que es deseable que el centro se encuentre cerca de este tipo de servicios.

Transporte Público: Este punto es fundamental, ya que, según el grupo focal realizado, una gran parte de los adultos se trasladan por medio del transporte público. Sin embargo, los buses que pasan a través de Florencia son distritales por lo que algunos se dirigen hacia los distritos de Cutris y Pocosol y otros se dirigen hacia La Tigra y La Fortuna por lo que no todos los lugares del distrito tienen acceso a transporte público frecuente y no existen servicios de transporte público que pasen de distrito a distrito sin antes pasar por Ciudad Quesada.

En la figura C3.9, se señalaron los puntos de afluencia de adultos mayores más relevantes y se realiza un conteo de los servicios que ofrece según las seis características anteriormente descritas, representadas por barras amarillas en la imagen.

Esto permite tener una vista general de cada barrio y así poder determinar las ventajas y desventajas, en el caso que se planteará un Centro Diurno en esa localidad.

Como se puede apreciar en la imagen, existen dos barrios dentro del área de influencia, que poseen mayor desarrollo, variedad y cantidad de servicios, estos son Santa Clara y Florencia.

Al contraponer los datos de los dos barrios, se pueden establecer ciertas fortalezas y debilidades de cada una, en el caso de

Santa Clara:

Ventajas

- Se encuentra el ITCR, es un punto de desarrollo importante de la educación en la zona de San Carlos, también está el colegio agropecuario, por lo que la cercanía **facilitaría vínculos fuertes entre un centro diurno** y cursos impartidos por la universidad o el colegio.
- Es un lugar que **recibe varias líneas de buses** provenientes de lugares como Upala, La Fortuna, San Rita, Chachagua, La Tigra, Ciudad Quesada entre otros.
- El comercio ha ido creciendo.

Desventajas

- Se encuentra **aislada de transporte público directo de la zona norte del distrito de Florencia**, por lo que los adultos de esa zona deberán trasladarse por más tiempo y gastar más dinero para llegar.
- Se encuentran varias **industrias procesadoras de alimentos** que podrían desfavorecer el ambiente para las personas mayores.
- **Los comercios no son variados** por lo que los habitantes igual deben ir a otros barrios para realizar varios servicios.

En Florencia, por su parte, tenemos:

Ventajas

Florencia es un punto medio entre la zona sureste, norte y suroeste, por lo que recibe buses provenientes Ciudad Quesada, los buses provenientes del

norte de Los Chiles, Bellavista, Santa Rosa, Muelle; al igual que los **provenientes del sureste** que pasan por Santa Clara.

Posee **comercios más desarrollados y variados** que otras zonas del distrito.

Se encuentra un **centro de formación en funcionamiento el cual posee alianzas con instituciones públicas y privadas** como el INA, universidades, entre otros, por lo que se pueden aprovechar esas vinculaciones, ya que la misma asociación es la que quiere desarrollar el centro diurno para adultos mayores.

Hay un Ebais dentro del barrio.

Desventajas

- Los centros educativos cercanos a Florencia son colegios y escuelas. De igual manera se pueden hacer vínculos con lugares más lejanos, pero son más difíciles de mantener.

Es un punto de más tránsito por lo que el centro no debe estar inmediato a la calle principal.

Después de establecer los puntos positivos y negativos de cada lugar, se concluye que **Florencia es el lugar idóneo** para plantear el centro, ya que se puede llegar desde cualquier sector del distrito por medio un único transporte público, posee un Ebais y centro de formación; los cuales pueden vincularse para ofrecer a los adultos más actividades y servicios que de otra manera sería difícil de adquirir, y posee una variedad de comercios desarrollados.

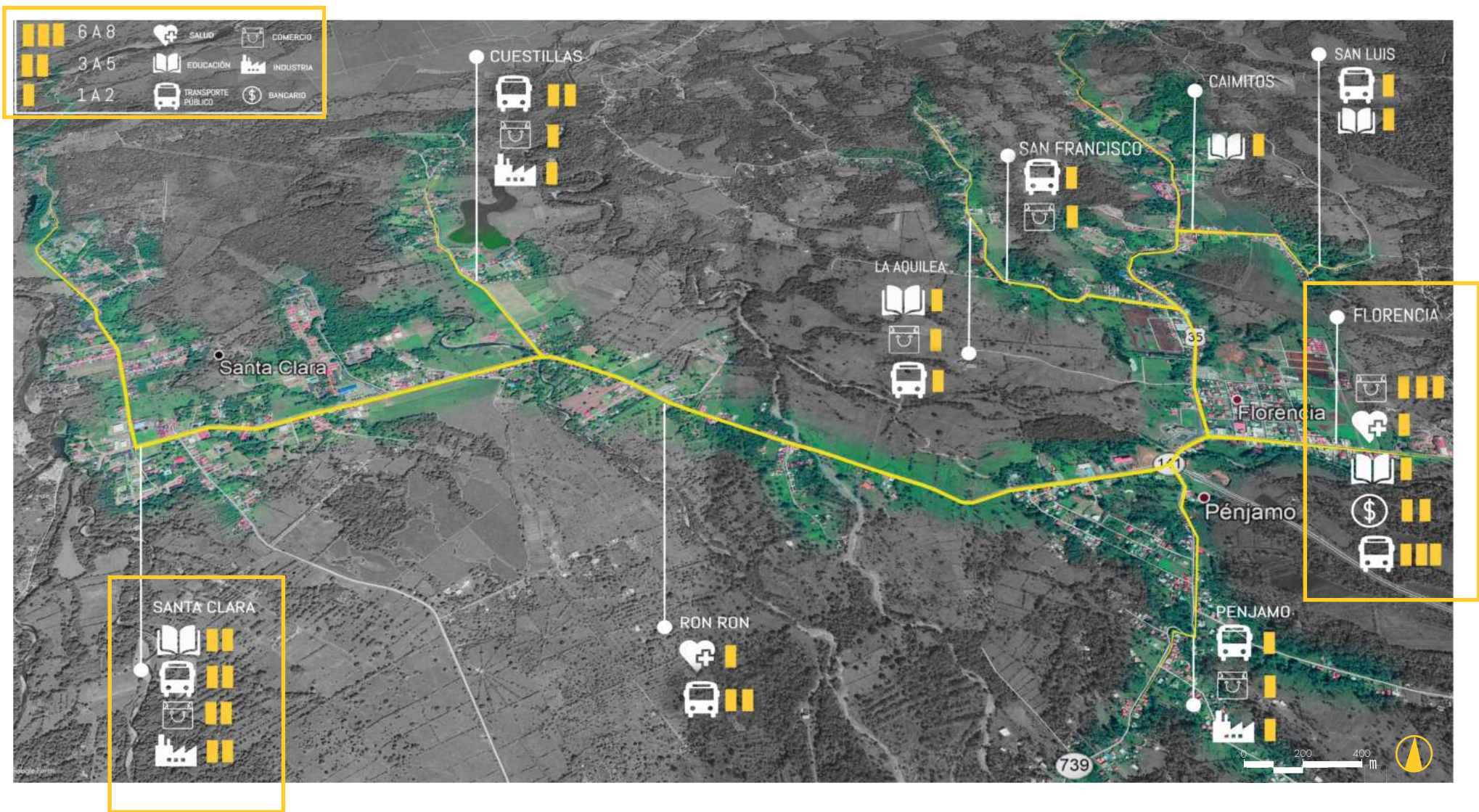


Figura C3.9: Conteo de servicios de los barrios donde provienen los adultos mayores. Fuente: Autoría Propia con datos del Grupo Focal y visitas, con fotografía satelital de Google maps (<https://www.google.com/maps/@10.3623782,-84.4946337,2996m/data=!3m1!1e3>)(2019) (2019)

ESCALA MEDIA-COMUNAL

En esta escala se analiza propiamente el entorno comunal en el que está inmerso el proyecto, estableciendo caracterizaciones propias del sitio para tomarlas en cuenta dentro de la propuesta del proyecto. Hay que tener como dato general que el barrio de Florencia posee el 18,7 % de los adultos mayores del distrito de Florencia.

ESTRUCTURA URBANA

Hitos, Bordes, Sendas Y Nodos

Inicialmente se identifica la estructura general del barrio, según algunas definiciones establecidas por Kevin Lynch en su libro *La imagen de la ciudad*.

Lynch (2008) menciona que el análisis depende de objetos físicos y perceptivos, por lo que él mismo establece cinco tipos de elementos para referirse a las formas físicas cuando se estudia la ciudad, las cuales son: sendas, bordes, barrios, nodos e hitos. Estos mapeos se realizan con la finalidad de hacer un análisis por capas de los diferentes elementos en la estructura urbana actual.

Se establecieron cinco hitos y el lote brindado para construir el Centro Diurno, estos representan puntos reconocidos en el barrio: **Banco Nacional, Plaza de fútbol, Ebais de Florencia, Colegio Diurno**

de Florencia, Escuela Carlos Maroto Quirós, Iglesia Católica de Florencia y el sitio del-proyecto de Centro Diurno de Florencia.

En la figura C3.10 se señaló los hitos (lugares importantes del barrio) y la cercanía que tienen con el lote brindado. Además, se pudo identificar que:

- **Florencia carece de un parque formal**, el cual es importante en el desarrollo social de quienes viven en un lugar.
- **La plaza de fútbol es el único punto de esparcimiento en el barrio**, que por las características actuales del mismo dejan del lado los usuarios como adultos mayores y personas con discapacidad, ya que no se adecuan a otras actividades como la estancia ni son accesibles para todos.
- **Las paradas de buses y de taxi se encuentran a un radio de 200m del lote**, esto es una característica positiva para la ubicación de un Centro Diurno para adultos mayores.
- Todos los hitos y servicios de Florencia se encuentran en un radio de 300m.

Es necesario ofrecer un espacio adecuado y accesible tanto en el barrio como en el distrito, sin embargo, en este proyecto final de graduación solo se desarrollará un equipamiento para que los adultos mayores se recreen, en el cual pueda participar la comunidad.

Por otra parte, **la carretera 141 funciona como un borde marcado dentro del barrio**, por el ancho y el flujo vehicular de la misma. Este delimita el desarrollo del barrio de Florencia.

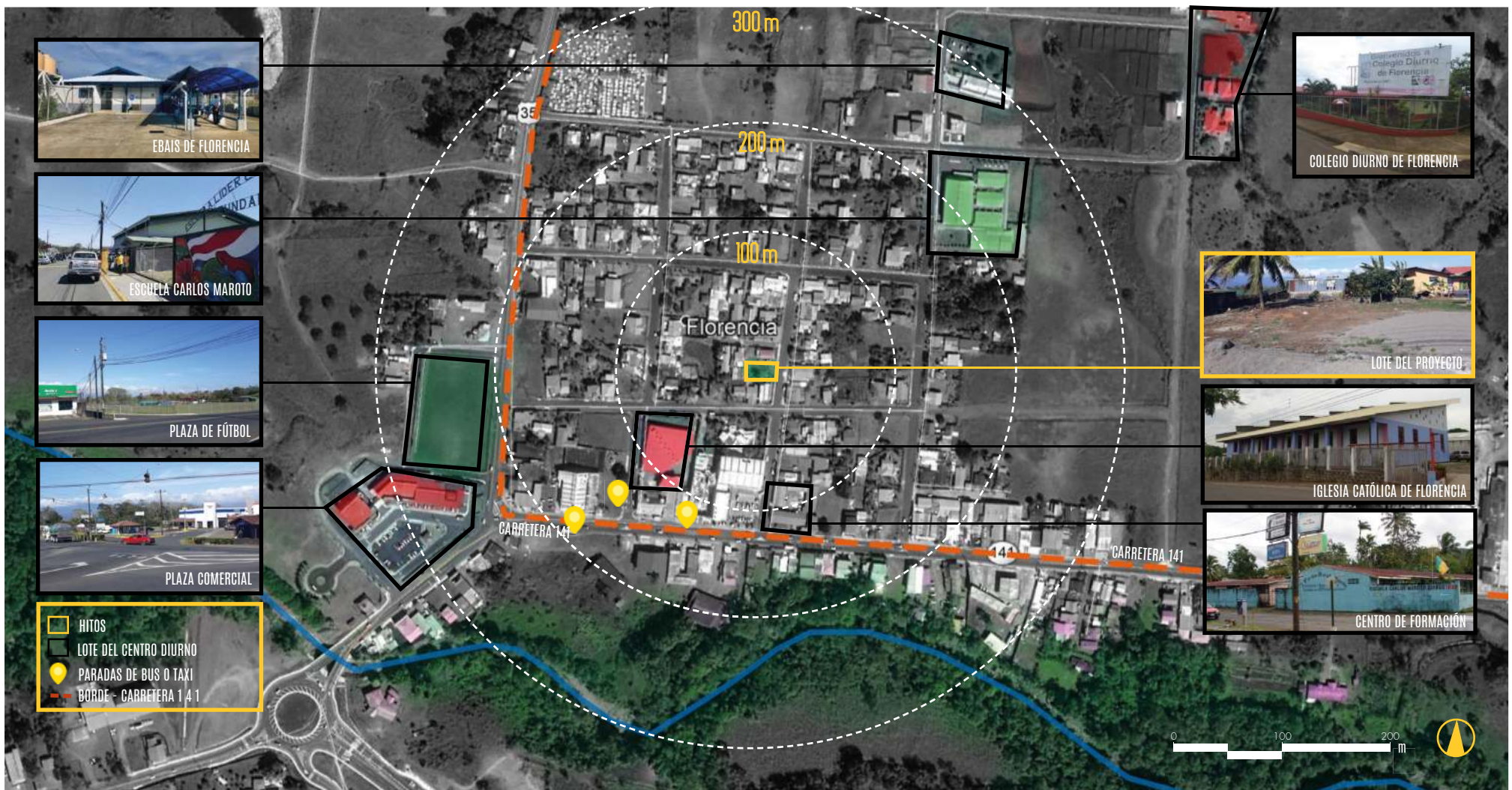


Figura C3.10: Mapeo de cercanía a hitos, borde y paradas de transporte público. Fuente: Autoría propia con datos obtenidos por las visitas y observaciones, con la fotografía satelital de Google Earth (Florencia, Provincia de Alajuela, 10.359058, -84.473930) (2019)

El río, a su vez, **representa perceptualmente el límite de Florencia** y se empieza a marcar mucho más con la rotonda que se realizó a orillas del mismo, la cuál genera un cambio fuerte no solo de uso de

los servicios, sino por la transición entre un lugar y otro.



Figura C3.11: Mapeo de flujos y nodos. Fuente: Autoría propia con datos obtenidos por las visitas y observaciones, con la fotografía satelital de Google Earth (Florencia, Provincia de Alajuela, 10.359058, -84.473930) (2019)

Se analiza el flujo vehicular de las sendas del barrio de Florencia por medio de la herramienta de análisis de tráfico de *Google Maps*. Se promedió que, a través de la semana, **la calle principal posee un flujo medio y las calles que rodean la zona residencial poseen un**

flujo bajo. En cuanto al flujo vehicular **en medio del área residencial es despreciable** según muestra la herramienta. Por medio de 5 visitas y la observación no participativa en diferentes horas del día se estableció que:

El flujo peatonal se encuentra principalmente en medio del área residencial y la calle principal donde se encuentra concentrado el comercio. **Los nodos se encuentran en espacios con gradas, de comercios y servicios, paradas de transporte público y cerca de los centros de enseñanza**, esto se da porque el barrio carece de espacios dedicados a la estancia y socialización.

Zonificación

Al contraponer la zonificación municipal y el levantamiento de la zonificación actual de Florencia, mostradas en las figuras C3.12 y C3.13 respectivamente, **se puede ver gran similitud entre las dos, con excepción del sector noreste que está empezando a desarrollar usos comerciales y de servicio**. Conjuntamente, se expone que:

- **El proyecto se encuentra ubicado en medio de la zona residencial**, la cual está rodeada de comercios y servicios.
- Al realizar el levantamiento, se estableció que **las viviendas poseen máximo dos niveles y solo los comercios poseen algún que otro edificio con tres niveles**. Al calcular un promedio de altura de las viviendas y edificios de barrio se concluyó que la media son dos niveles, de 6m a 7m de altura.
- **Existe un eje muy marcado entre el comercio ya establecido a la orilla de la carretera y la residencia**, tanto en la zonificación actual como en la municipal.
- Actualmente, en Florencia existe un centro con comercios y servicios desarrollados, el cual se encuentra en la orilla de la calle

principal, y al noreste de la zona residencial se empieza a crear un nuevo centro con servicios educativos, de salud y comercio, este tiene posibilidad de expandirse y consolidarse por el significativo espacio a la venta colindante.

- Sobre el aspecto recreativo, la ciudad posee una plaza y un lote para el parque con una pequeña zona de juegos de niños en él, pero no se encuentra equipado para promover la estancia, la seguridad y la permanencia a lo largo del día y la noche. La carencia de un parque afecta no solo a los adultos mayores, que carecen de un espacio urbano de intercambio con los vecinos, sino influye directamente en la relación vecinal que pueda existir.

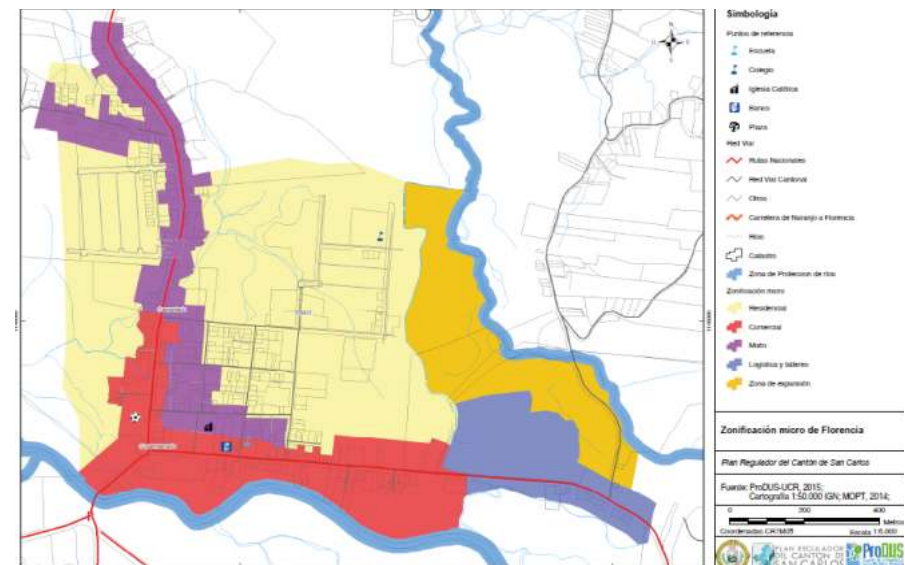


Figura C3.12: Zonificación municipal. Fuente: https://idesca.munisc.go.cr/catalogue/csw_to_extra_format/42694cb8-3a1a-11ea-9c32-0242ac120005/Plan%20Regulador%20Cantón%20San%20Carlos.html



Figura C3.13: Zonificación actual. Fuente: Elaboración propia con datos obtenidos por las visitas y observaciones, con la fotografía satelital de Google Earth (Florencia, Provincia de Alajuela, 10.359058, -84.473930) (2019)

TIPOLOGÍA DE VIVIENDA

Se realizó inicialmente, un levantamiento fotográfico de las casas ubicadas en los barrios de donde provienen las mayores concentraciones de adultos mayores, con el fin de establecer patrones en la arquitectura de estas viviendas y el funcionamiento de las mismas.

Con esto, se determinaron **características constantes en la mayoría de las casas, como son el corredor frontal techado, el mobiliario para la estancia;** ya sea sillas, mecedoras o bancos; **y la vegetación,** un jardín frontal o dentro del mismo corredor con diversas plantas en macetas, entre otros.

Las dimensiones de la casa van a depender del tamaño del

lote, pero **la función principal del corredor frontal siempre va a ser la misma, pues traslada la zona social de la casa a la parte frontal, donde las plantas proveen confort térmico, y los protegen de la radiación y precipitación.**

Al ser un lugar donde llueve 249 días al año y con una humedad promedio es de 83 %, según el Instituto Meteorológico Nacional, las condiciones climáticas de Florencia son particulares y han hecho que los pobladores aprovechen al máximo el viento y utilicen otras características de la casa para no verse afectados totalmente por la lluvia y el sol.

También, manejan una tipología que varía en pequeños detalles, por ejemplo, en una casa se puede encontrar el corredor frontal grande como una extrusión de la casa, con jardín y mobiliario, pero en otras, por cuestiones de espacio, el corredor termina siendo como un pasillo pequeño en el que igual se coloca algunas sillas y, en lugar de jardín, usan macetas u otros objetos verdes como paredes verdes que cumplen la misma función.

Esta parte es importante reflexionarla, ya que al trabajar con adultos mayores se debe manejar cuidadosamente el arraigo que poseen a sus casas, sus costumbres y cómo se desenvuelven en las mismas, para diseñar un proyecto que no sea chocante y ni incómodo para ellos.

Cabe resaltar que, estas características específicas de las viviendas del lugar buscan un confort climático, el cuál se puede re interpretar en su funcionamiento en el proyecto. Estos patrones se ejemplificaron en el diagrama C3.1.



Figura C3.14: Collage con fotografías de viviendas de los barrios del área de influencia. Fuente: Elaboración propia con fotografías tomadas en las visitas de los barrios (2019)

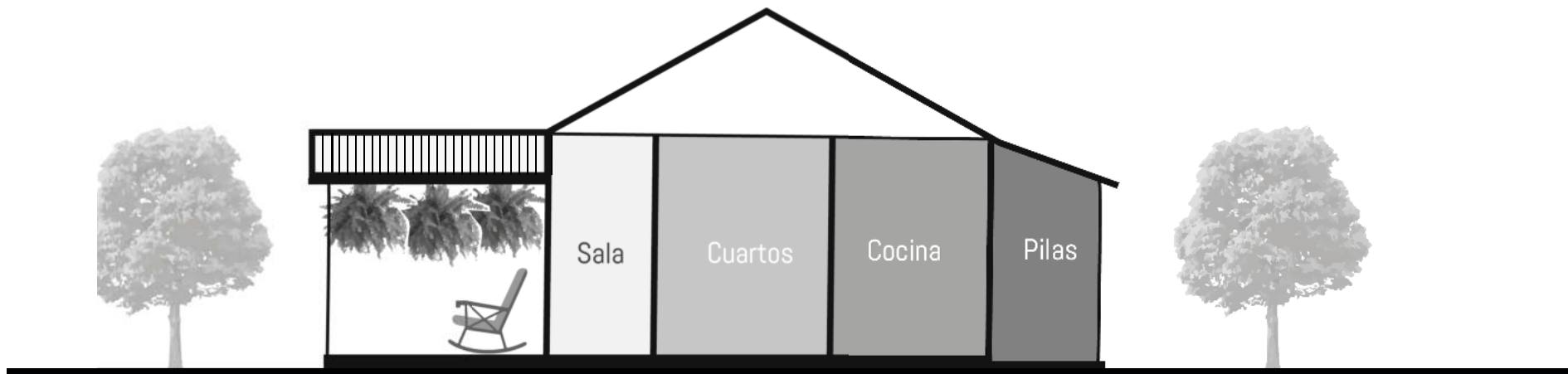


Diagrama C3.1: Tipología de vivienda. Fuente: Elaboración propia con características obtenidas de visitas y observaciones a diferentes barrios de la zona de influencia (2019)

ENTORNO NATURAL

Se analizan las condiciones naturales actuales y amenazas que podrían afectar al proyecto. Para iniciar se realiza un estudio de la condición climática del lugar, por lo que se busca la información de la estación ubicada en Santa Clara del Instituto Meteorológico Nacional, con la finalidad de obtener de datos promedio del comportamiento del clima en la zona de Florencia de San Carlos.

Al obtener la información se observan tres datos significativos: La dirección del viento, la humedad promedio y la precipitación, estos datos tienen gran importancia, pues describen la situación climática actual.

En el caso de Florencia, el viento en su mayoría proviene del norte y la lluvia viene en la misma dirección del viento, esto

implica que este lado va estar expuesto a mayor humedad, además de esta misma dirección proviene la mayor cantidad de luz natural indirecta.

En la zona se maneja **una humedad promedio de 83%**, la cual es bastante alta; ésta es una de las causantes de la sensación de bochorno; por lo que se debe tener cuidado con la ubicación de la vegetación y drenajes.

La precipitación en San Carlos es realmente importante, ya que llueve mucho durante casi todo el año. Según el IMN, **en esta zona llueve 249 días al año con un total anual de 3463.3 mm de lluvia**. Lo cual es un valor realmente alto.

Para dar certeza a la condición edafológica del lote se buscaron informes de lugares cercanos, ya que la municipalidad no

posee ningún estudio de suelo del lote. Por lo que se tomó en cuenta el análisis edafológico público más cercano al sitio, el cual es *el informe GEOP-ES-017-2016* (2016, p.4), realizado a 2km del sitio por la municipalidad de San Carlos, este especifica que no se detectó nivel freático al realizar las perforaciones y que el tipo de suelo predominante en este punto es el limo arcilloso. Sin embargo, se debe tener en cuenta que para tener un criterio válido se debe realizar un análisis en el terreno que se va construir.

Por otro lado, se analiza la topografía del lugar, por medio de herramientas como el SNIT (Infraestructura Nacional de datos espaciales de Costa Rica del Registro Nacional) y *Google Earth*.

Con la herramienta del SNIT, se logró sacar las curvas de nivel cada 10m, éstas mostraron que el barrio se encuentra ubicado en un lugar plano, ya que aproximadamente por cada 100m de distancia baja 10m de altura; lo que hace que la **pendiente sea leve**; esto se ejemplifica mejor más adelante dentro del análisis micro, al realizar un corte del lote que se va trabajar. Se ejemplificaron en la figura C3.2.

Por último, se investiga las posibles amenazas naturales cerca del barrio, por medio del informe de la Comisión Nacional de Emergencia y el mapa de amenazas del mismo, se determina que el barrio de Florencia no está bajo ningún riesgo natural probable.



Figura C3.15: Curvas de nivel cada 10 m. Fuente: Elaboración propia con fotografía satelital de Goolge Earth (Florencia,Provincia de Alajuela, 10.359058, -84.473930) y datos del SNIT (2019)

ESCALA MICRO-EN SITIO

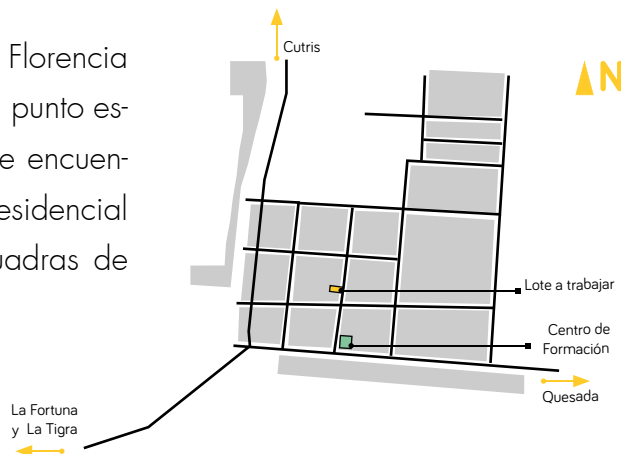
En esta escala se busca una comprensión más enfocada al lote a trabajar y su entorno inmediato, esto para adaptar de la mejor forma posible el proyecto al lote.

LOCALIZACIÓN DEL SITIO

El lote brindado por la municipalidad de San Carlos se encuentra ubicado en la ciudad de Florencia, a una cuadra del Centro Formación de Florencia, este es el lugar donde realizan actualmente las reuniones los adultos mayores.

Cerca del sitio todavía se mantiene el paisaje natural, por lo que tanto al norte como al sur del lote se puede apreciar la naturaleza circundante gracias a la baja altura de las casas que lo rodean.

El barrio de Florencia se encuentra en un punto estratégico, el lote se encuentra en la zona residencial ubicada a dos cuadras de la calle principal.



El lote tiene un área de 550 m², es colindante a 3 viviendas de 1 nivel.



Figura C3.16: Fotografía del lote del proyecto. Fuente: Autoría Propia (2019)

Cerca del sitio todavía se mantiene el paisaje natural, por lo que tanto al norte como al sur del lote se pueden apreciar la naturaleza circundante, gracias a la baja altura de las casas circundantes.



Figura C3.17: Visual hacia el norte del lote. Fuente: Autoría Propia (2019)

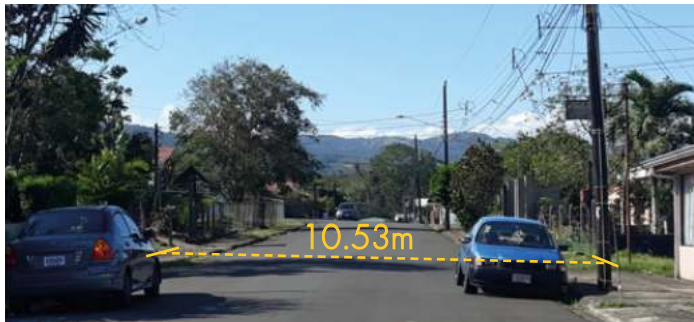


Figura C3.18: Visual hacia el sur del lote. Fuente: Autoría Propia (2019)

quiere decir que la pendiente es 6,49 %, aproximadamente; la cual se puede considerar leve; y se dirige hacia el lado oeste del lote.

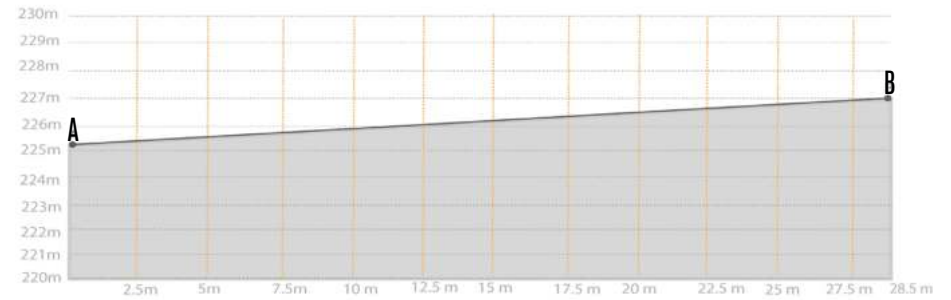


Gráfico C3.1: Corte longitudinal del terreno. Fuente: Elaboración propia con datos de la herramienta del perfil de *Google Earth*

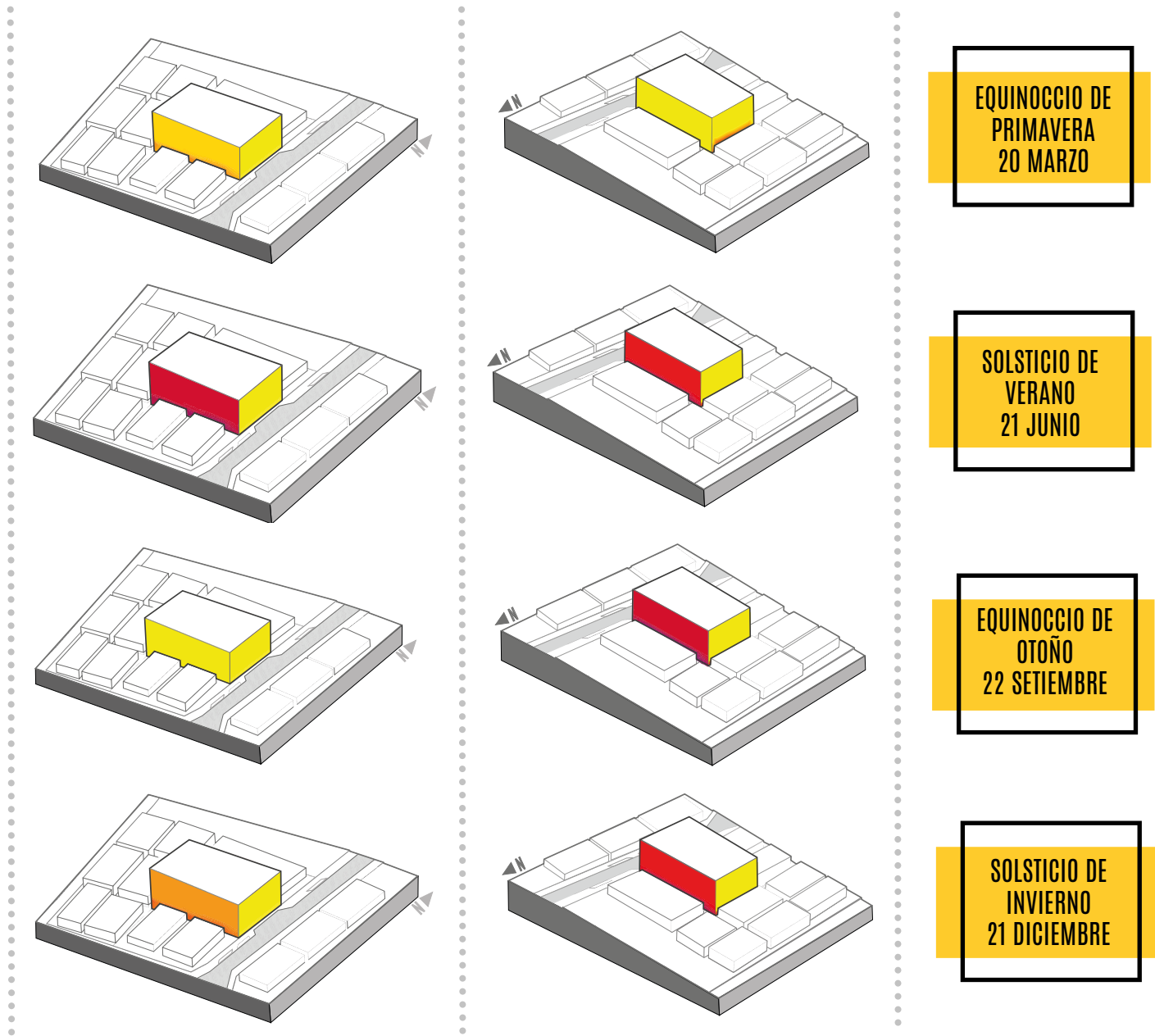
Al estudiar la ruta solar, dentro del lote se establecen condiciones específicas que pueden incidir en el trabajo de fachada del edificio, principalmente por la orientación del lote. Para eso, se realiza un modelo del mismo, y en él se coloca un bloque siguiendo las características de orientación, tamaño y forma; con una altura de 9 m que es un promedio para ejemplificar una construcción de tres niveles, se tomó esta altura debido a que en la zona los inmuebles no la exceden y el proyecto busca respetar la escala urbana ahí presente.

Finalmente se realiza un análisis solar en la herramienta *Insight* para obtener resultados generales del comportamiento del sol y tomar esto en cuenta a la hora de desarrollar la volumetría.

Características Específicas Del Lote

Por medio de la herramienta de perfil de ruta de *Google Earth*, se realizó un corte en el lote para determinar la pendiente.

Como se puede ver en la gráfica del corte, la diferencia de altura entre el punto A y el B es de 1,85 m en 28.5 m de largo, esto



Diagramas C3.2: Análisis solar del modelo en los solsticios y equinoccios. Fuente: Elaboración propia con el plugin Insight en el programa Revit.(2019)

Finalmente, se realiza un análisis solar en la herramienta *Insight* para obtener resultados generales del comportamiento del sol y tomar esto en cuenta a la hora de desarrollar la volumetría. En los anteriores diagramas se puede deducir que:

- **.La fachada sur recibe radiación directa casi en todo el año** con excepción de la temporada cercana al solsticio de verano en junio.
- **.La fachada norte recibe radiación directa únicamente** en la temporada cercana al equinoccio de primavera **en marzo.**
- .La fachada este y oeste reciben radiación directa todo el año

Condiciones climáticas



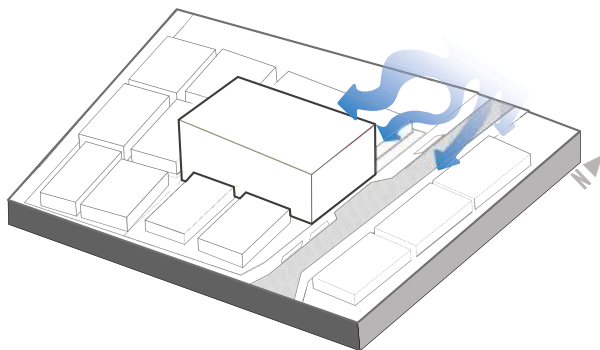
Dirección del viento
El norte



Precipitación
Llueve 249 días al año
Total 3463.3 mm de lluvia



Humedad promedio
83% humedad promedio



Diagramas C3.3: Representación de dirección del viento en el lote.
Fuente: Elaboración propia con programa Revit.(2019)

Se debe evitar colocar espacios que generen olores cerca del lado norte, ya que la corriente de aire se dirige desde esa dirección, lo que provocaría que el olor se extienda por todo el edificio.

REGULACIONES

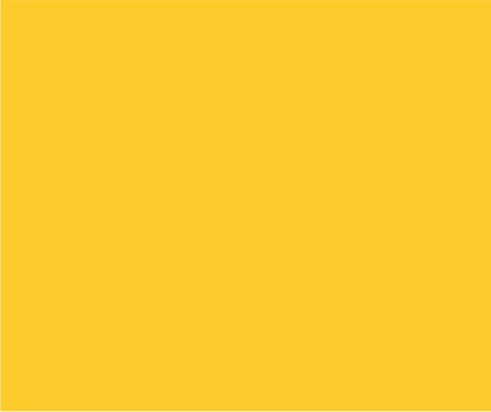
Al ser un lote tan pequeño para trabajar este tipo actividad se busca aprovechar al máximo el terreno, por lo que, en primera instancia, se analizan las regulaciones que determinen necesidades espaciales. En el *Manual de Normas para el Funcionamiento de Establecimientos de Atención Integral a las Personas Adultas Mayores* del decreto 29679-S (2012), **expone que los centros diurnos deben tener al menos un 30% de zonas verdes** y en este no se menciona la incorporación de parqueos al centro como una obligación, **SOLO que es necesario tener un área específica de ingreso de la persona adulta mayor.**

El *Reglamento de Construcciones* **exige un retiro frontal de 2 m** cuando se encuentra la edificación frente a calle pública.

Estas dos son las regulaciones que inciden directamente en la volumetría del equipamiento.



Figura C3.19: Carretera 141- Centro de Florencia. Fuente: https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fmapio.net%2Fpic%2Fp-50431542%2F&psig=AOvWaw3sg_7c7mF_4rl8M-7z6aVN&ust=1587956323911000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCMDJ28eMhekCFQAAAAAdAAAAABAD (2019)



3.2 CAPÍTULO DISEÑO



Se desarrolla la propuesta arquitectónica, tomando en consideración las pautas establecidas en los capítulos anteriores de manera que se obtenga un diseño adecuado para las personas adultas mayores del distrito de Florencia.

PROCESO DE DISEÑO

PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

ÁREA	ADMINISTRATIVA	m ²	SERVICIOS EDUCATIVOS	m ²	ESPECIALIZACIÓN	m ²
	ESPACIOS	Oficina Administrativa	14,4	Aula Teórica	21,2	Oficina Consultor Legal
Secretaría + Recepción		42,2	Aula Práctica	54	Oficina Psicología	13,3
			Aula Multiusos	17,7	Consultorio médico	19
			Sala de Cómputo	19,2	Gimnasio	70
SUB-TOTALES	SUBTOTAL	56,6	SUBTOTAL	111,8	SUBTOTAL	116,5
	PORCENTAJE DE ÁREA	6.74%		13,30 %		13.86%

ÁREA	ZONAS COMUNES	m ²	SERVICIOS COMPLEMENTARIOS	m ²	OTROS	m ²	ÁREA
ESPACIOS	Comedor	86,2	Cocina	28,1	Circulación 1 nivel	25,3	TOTAL
	Sala de estar 1 nivel	11,5	Bodega	9	Circulación 2 nivel	35	
	Sala de estar 2 nivel	11,5	Ducto circulación vertical	38	Espacios Vacíos	15	
	Aula auxiliar	27,7	Ducto de servicio	1,6	Tratamiento urbano	70,5	
	Terraza	11	C. Basura	10,6			
	Patio central	86,9	C. Limpieza	10			
			C. Mecánico	12			
			Baterías de baño	50			
			Tableros	3,1			
			Tele comunicaciones	2,9			
		Salida de emergencias	9,5				
SUB-TOTALES	SUBTOTAL	234,8	SUBTOTAL	174,8	SUBTOTAL	145,8	840,3
	PORCENTAJE DE ÁREA	27.94%		20.80%		17.35%	100 %

Tabla C3.1: Programa Arquitectónico del centro diurno. Fuente: Elaboración Propia (2019)

PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

Según los resultados del análisis de los capítulos anteriores se estableció el programa arquitectónico para el centro diurno para adultos mayores de Florencia, tomando como referencia el *Manual de requerimientos físicos y estandarización de espacios de oficina por orden funcional para edificios del ministerio de hacienda* (2014) y la *Guía de diseño de espacios y educativos* (s.f.) de la UNESCO y el Ministerio de Educación de Chile.

Se dividió el programa en tres áreas principales: **servicios educativos, servicios de especialización y las zonas comunes**, de éstas se derivan todas las actividades que va ofrecer el centro diurno y las demás áreas funcionan de apoyo para estas.

CONCEPTUALIZACIÓN DEL PROYECTO

Para efectos de esta investigación, el proceso de conceptualización se va utilizar como una herramienta para el diseño, porque aporta lineamientos con respecto a la intención principal en un proyecto.

En este caso particular, la intención principal en el diseño del centro, es reinterpretar el funcionamiento del corredor frontal techado. Esta intención se planteó al comprender la importancia del vínculo que tienen el adulto mayor con su casa y al analizar la tipología de vivienda de la zona.

En el estudio realizado en Barcelona por Escudero y Pas-

santino (2003) se concluye que:

En la medida que envejece, la gente se aferra con más ahínco a lo que conoce: el barrio, la casa, las cosas que representan su conexión con el mundo. Es por eso que, en principio, se asume como consigna que el anciano permanezca en su propia casa, la de toda la vida, mientras sea posible. (párr.57)

Lo que hace relevante entender el funcionamiento actual de las viviendas, para generar espacios en los que el adulto se sienta cómodo y familiarizado.

Por otra parte, al analizar la tipología de vivienda de la zona de influencia, por medio del levantamiento fotográfico y las visitas a casas de algunos adultos mayores, se establece que el corredor frontal techado se encuentra presente en la mayoría de los casos examinados.

Este es un espacio versátil, abierto, techado y con vegetación circundante que colabora al confort climático. Además, en él se realizan actividades como: el diálogo entre miembros de la familia o vecinos, la contemplación de los transeúntes y el entorno en general, la estancia, fiestas familiares, entre otras cosas.

Este comportamiento; implica que **la actividad social que se lleva a cabo en la sala de muchas viviendas** en otros lugares del país, **se traslada al corredor, un espacio más abierto, rodeado de vegetación** y con

mayor **exposición al barrio.**

Las siguientes pautas de diseño se derivan del funcionamiento actual del corredor.



Se busca generar en el Centro Diurno **espacios de estancia abiertos y protegidos**, que fomenten el contacto entre los mismos adultos del centro y de estos, con los miembros de la comunidad.

Esto se planea lograr **por medio de retiros de la volumetría en el primer piso; como se ven en el diagrama C3.4**



Al ser un proyecto comunal, **la versatilidad y flexibilidad de los espacios** es importante, ya que se debe **aprovechar al máximo la infraestructura para realizar variadas actividades**. Por eso se plantea trabajar espacios que **se puedan abrir y generar recintos más grandes o vinculados.**



Rodríguez (2015), en su artículo *Contacto con la naturaleza mejora vida de ancianos*, menciona que los espacios naturales funcionan como **terapia que trabaja la salud mental y emocional de las personas mayores.** (párr.3) Por lo que se quiere desarrollar **espacios internos que tengan contacto físico o visual al exterior, por medio de permeabilidades o con remates visuales a espacios verdes.**

Con respecto a la volumetría, se plantea que los edificios se relacionen por medio de un vacío verde, por lo que se exploran 2 configuraciones.



En este se analiza la posibilidad de trabajar el área verde o vacío de la volumetría a un costado, sin embargo, hay que tener cuidado en cuestiones de seguridad y aprovechamiento del lote.



En este otro caso, los volúmenes rodean el vacío o espacio verde central, la ventaja de esta configuración es que el edificio ilumina y ventila hacia ese patio y a la vez funciona como remate visual.

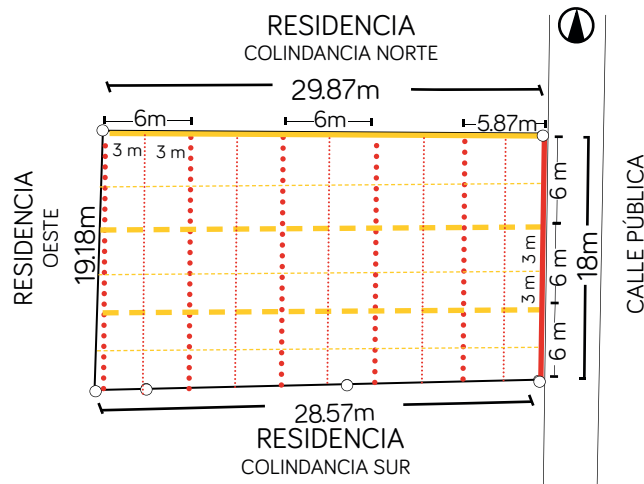
VOLUMETRÍA

Al no tener flujos que puedan influir directamente en el lote creando ejes perceptuales, se opta por **trabajar una cuadrícula de 3 X 3** con algunas variantes, ya que el lote se ensancha en el lado oeste. **Tomando como ejes de la cuadrícula el lado norte y este del lote.**

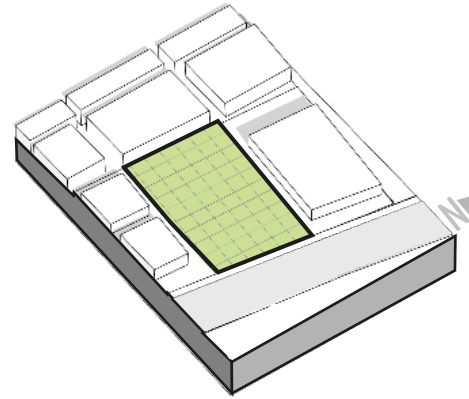
Se utiliza la medida de **6m como proporción, para aprovechar al máximo el frente de lote dividiendo este en 3 partes iguales**, esto agregado al hecho de que se debe trabajar con mampostería confinada.

Este material se decidió, en una negociación de la asociación de adultos mayores con la municipalidad, en la que se acordó colaborar con la compra de los bloques de concreto.

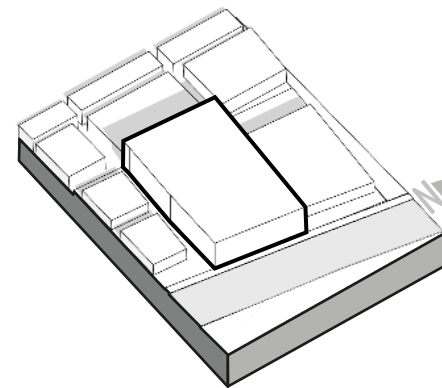
Se desarrolló la volumetría de siguiente manera:



Diagramas C3.7: Cuadrícula Generadora. Fuente: Elaboración propia (2019)



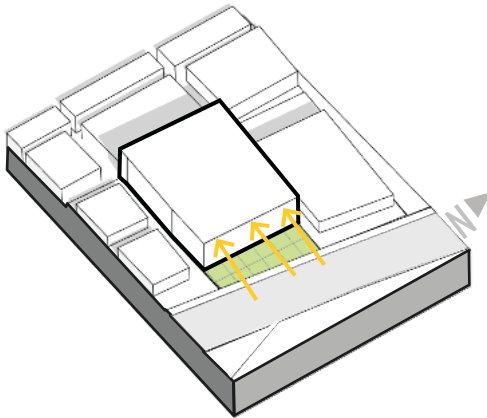
Diagramas C3.8: Lote. Fuente: Elaboración propia (2020)



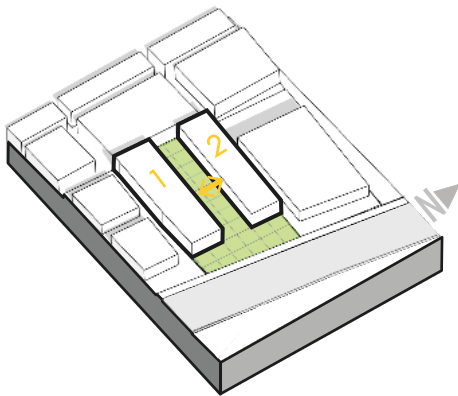
Diagramas C3.9: Bloque Base. Fuente: Elaboración propia (2020)

1

Se coloca un bloque siguiendo las características de orientación, tamaño y forma del lote como base de la volumetría del centro.



Diagramas C3.10: Retiro en el bloque.
Fuente: Elaboración propia (2020)

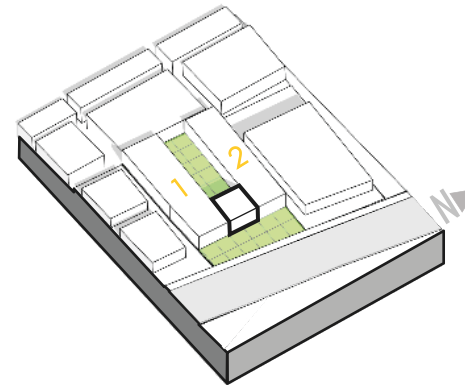


Diagramas C3.11: División del bloque en dos.
Fuente: Elaboración propia (2020)

2

Se realiza un retiro frontal de 6m y se divide el volumen en dos partes iguales de 6m de ancho, con un espacio de separación entre ellas de 6m.

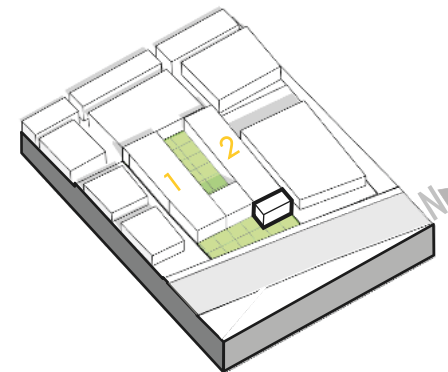
Esto se realiza con la intención de ventilar e iluminar naturalmente la parte interna del volumen, generando una zona verde necesaria para obtener, según el *Manual de Normas para el Funcionamiento de Establecimientos de Atención Integral a las Personas Adultas Mayores*, un poco más del 30% de zona verde necesaria para el diseño de centros diurnos.



Diagramas C3.12: Conexión en el primer nivel.
Fuente: Elaboración propia (2020)

3

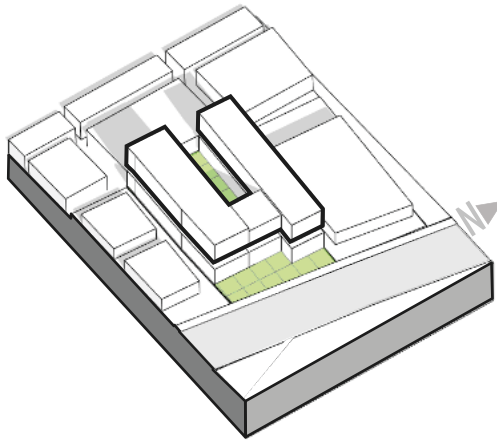
En primer nivel se vincula los dos volúmenes en un extremo, generando un punto control de ingreso central con remate visual tanto al patio interno como al jardín frontal.



Diagramas C3.13: Extrusión de volumen 2.
Fuente: Elaboración propia (2020)

4

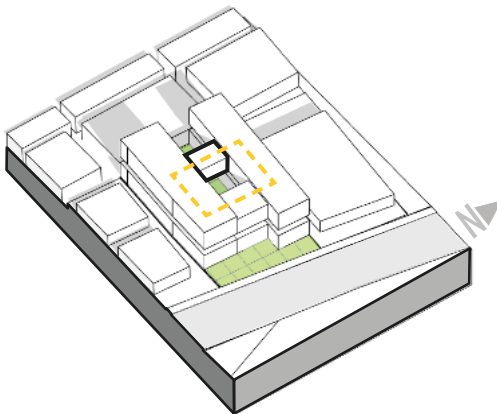
Se extruye 3m del volumen dos, para dar protección al punto de ingreso central de las inclemencias climáticas que provienen desde el norte.



Diagramas C3.14: Segundo nivel.
Fuente: Elaboración propia (2020)

5

La volumetría del primer nivel se duplica para crear el segundo nivel.



Diagramas C3.15: Volumen final.
Fuente: Elaboración propia (2020)

6

Finalmente, en el segundo nivel se genera otra conexión en medio de los volúmenes con la intención de:

- Tener un **circuito cerrado simple que facilite la orientación** de los adultos mayores dentro del edificio.
- Generar en **ambos volúmenes la posibilidad de acceder a dos medios de egreso seguro** en caso de emergencia.
- Crear en primer nivel **un espacio verde techado en medio del patio central.**

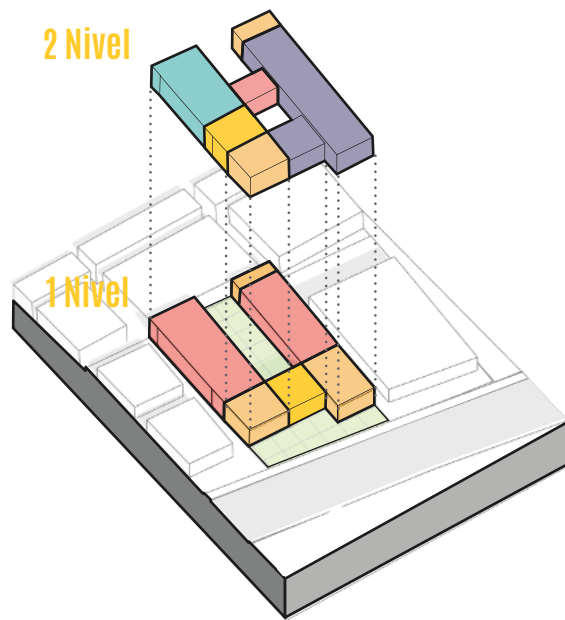
RELACIONES PROGRAMÁTICAS

Al analizar las posibles relaciones programáticas en el primer nivel del centro diurno se concluyó lo siguiente:

- Los medios de egreso seguro deben tener una salida hacia la vía pública, para evacuar en caso de emergencias.
- Es ideal que el cuarto de desechos, y mantenimiento se encuentre cerca de la vía pública, para facilitar la entrada o salida de materiales o desechos.
- La recepción debe encontrarse en punto visible del frente del lote, para orientar y facilitar la entrada de los adultos mayores o visitantes.
- Es ideal que las baterías de servicios sanitarios, reciban ventilación natural, por lo que deben colindar hacia el exterior del edificio.
- Es ideal que el área de cocina posea una bodega de suministros cerca de la vía pública para facilitar la entrada de productos.
- El diseño del centro diurno debe utilizar al menos un 30% de lote como zona verde, según la regulación del *Manual de Normas para el Funcionamiento de Establecimientos de Atención Integral a las Personas Adultas Mayores* (Ministerio de Salud, 2000, párr.43)

Debido al tamaño del lote donado por la Municipalidad de San Carlos a la Asociación de Adultos Mayores y las condiciones mencionadas anteriormente, se debe manejar el diseño de este centro diurno en al menos 2 niveles.

Por lo que funcionalmente se **trabajó en primer nivel zonas comunes**, estos son espacios de uso diario que reciben mayor cantidad de personas **y en el segundo nivel se plantea utilizar para servicios educativos, especializados y administrativos**, ya que se busca que los adultos mayores se desplacen al segundo nivel para actividades específicas.



Simbología

- Zonas comunes
- Especialización
- Administrativo
- Servicio educativo
- Servicio complementario

Diagramas C3.16: Zonificación. Fuente: Elaboración propia (2020)

ESTRUCTURA

Se decidió trabajar mampostería, ya que la Asociación de Adultos Mayores realizó una negociación con la municipalidad y esta acordó colaborar con la compra de los bloques de concreto.

Se decide utilizar el sistema de marcos rígidos de concreto para la estructura, mampostería confinada para los muros externos y muros livianos para las divisiones internas.

Utilizando luces entre columnas de 6m, con algunas variaciones como se puede ver en la figura C3.20.

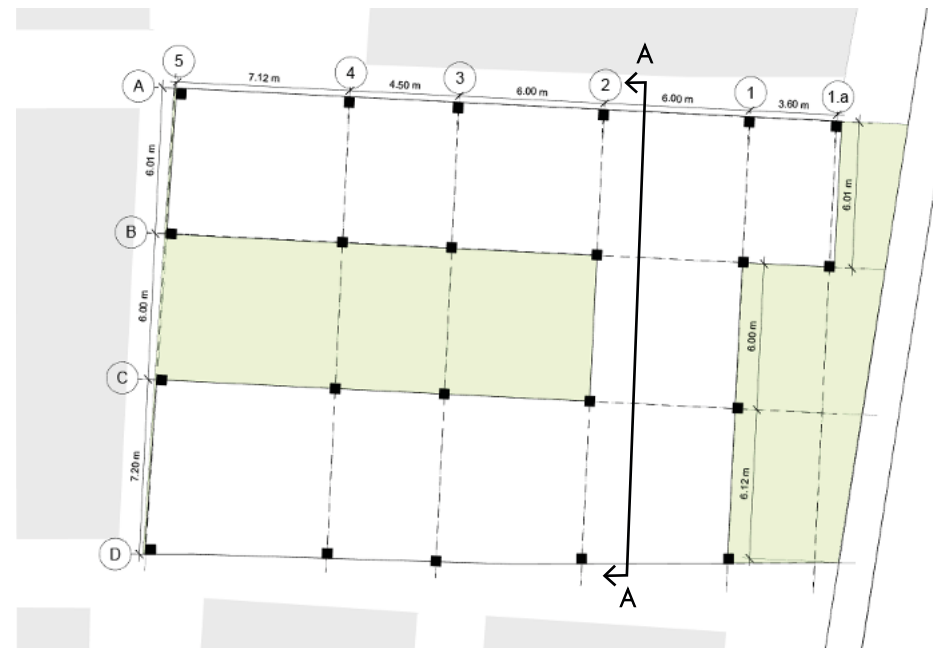


Figura C3.21 : Ubicación de las columnas y luces entre ellas. Fuente: Elaboración propia (2019)

Se utiliza columnas de concreto de 40 x 40 cm y vigas de concreto de 60 x 25cm. En la figura C3. 21 se puede ver a profundidad materiales y dimensiones que se utilizaron en la estructura

del edificio.

En la figura C3.22 y C3.23 se muestran detalles estructurales de las losas de metaldeck utilizadas en el diseño.

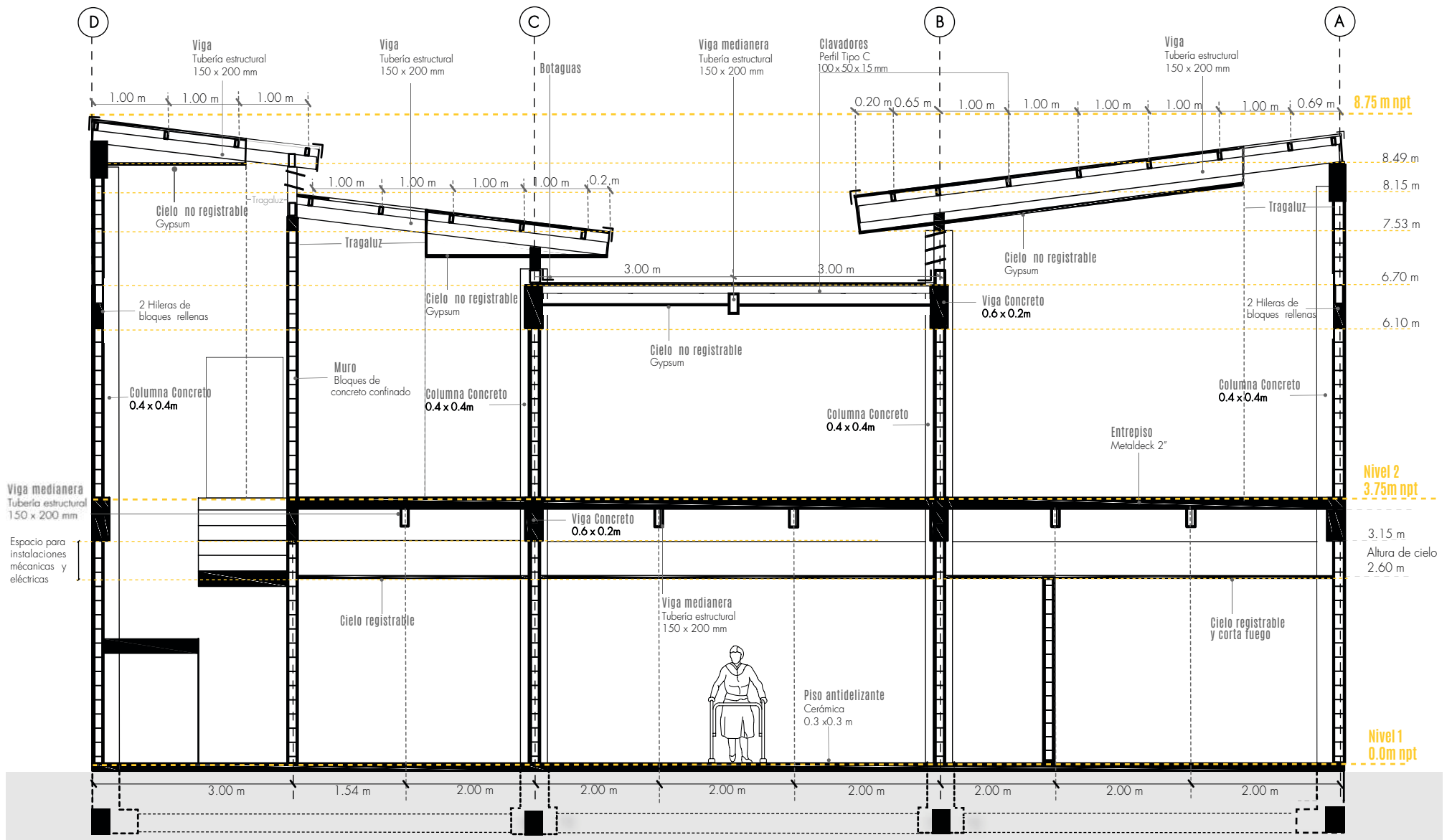


Figura C3.22 : Corte estructural A.A. Fuente: Elaboración propia (2020)

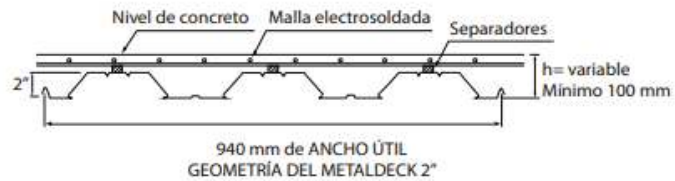


Figura C3.23 : Geometría de metaldeck 2". Fuente: <https://www.metalco.net/documentos/manual-instalacion-metaldeck.pdf> (s.f)

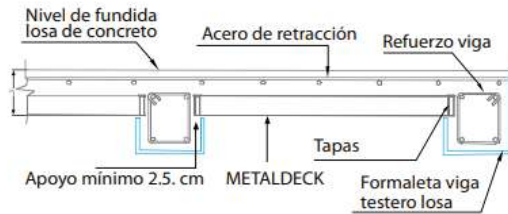
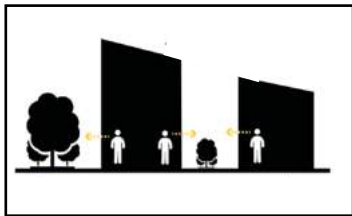


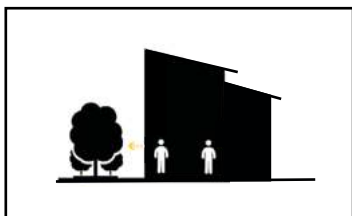
Figura C3.24 : Vigas de Concreto y Metaldeck Fundidas Monolíticamente". Fuente: <https://www.metalco.net/documentos/manual-instalacion-metaldeck.pdf> (s.f)

ESTRATEGIAS PARA LA ADAPTACIÓN CLIMÁTICA



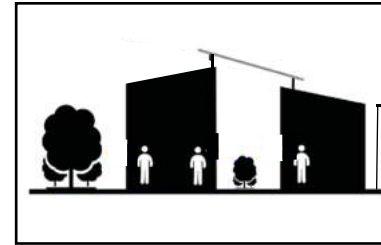
Diagramas C3.17: Estrategia 1. Fuente: Elaboración propia (2020)

- Se utiliza un patio interno para ventilar e iluminar el edificio.
- Se abren los espacios hacia el exterior.



Diagramas C3.18: Estrategia 2. Fuente: Elaboración propia (2020)

- Uso de ventilas o monitores en el edificio.
- Uso de tragaluz para incorporar luz natural a algunos espacios.



Diagramas C3.19: Estrategia 3. Fuente: Elaboración propia (2020)

- Se trabaja espacios abiertos pero techados, ventilan el espacio y lo protegen del clima.
- Las alturas de cielo que se utilizan son más altas para que el espacio sea más fresco.

ANÁLISIS SOLAR

Al realizar un análisis de insolación promedio del edificio en los equinoccios y solsticios, se concluye que las condiciones del edificio varían únicamente en el solsticio de verano el 21 de junio.

Sin embargo, los muros internos muestran una insolación promedio menor a 100 Wh/m², lo que significa una baja insolación en estos, en el diagrama son representados con tonos rojos, morados y azules, como se expone en la simbología presentada a continuación:

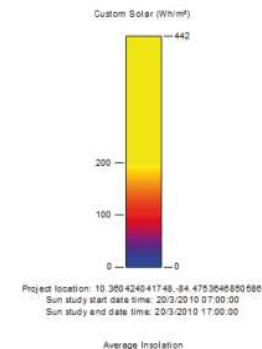
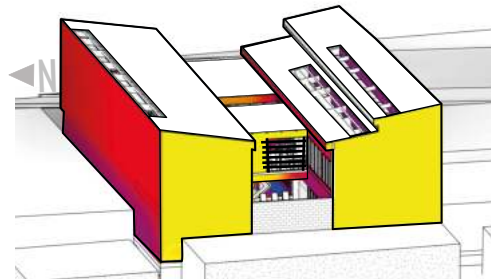
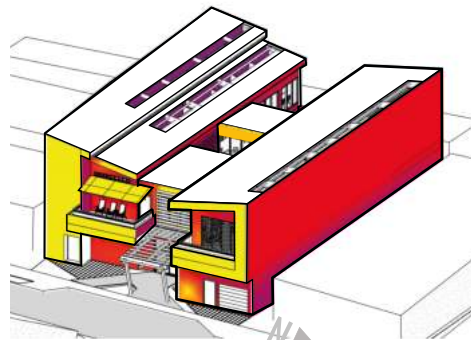
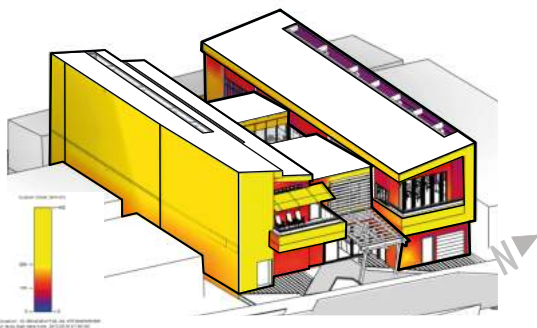
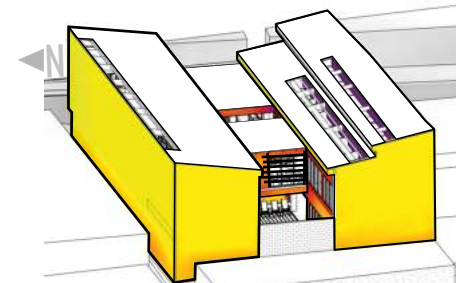
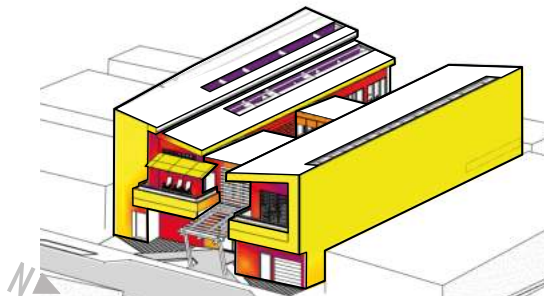
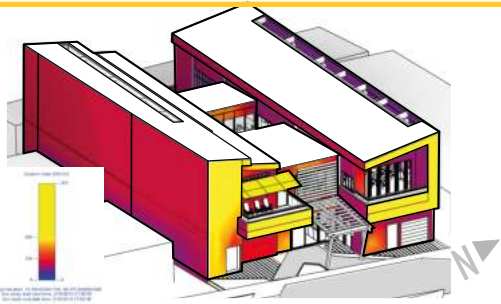


Figura C3.25: Simbología de Análisis de Insolación promedio. Fuente: Autoría propia realizada en el plugin de Insight, (2019)

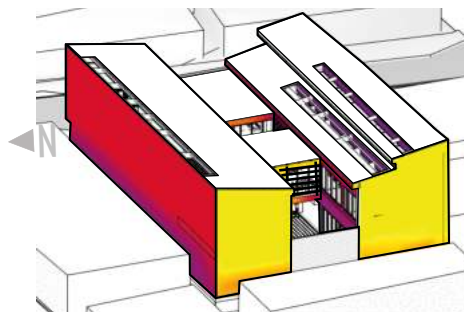
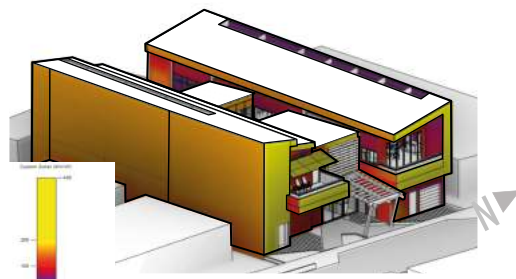
Las fachadas más afectadas por la insolación son la este y oeste, no obstante la este (fachada frontal), protege las zonas de estancias por medio de pérgolas, balcones techados o retiros del edificio y la fachada oeste (trasera) trabaja una piel en la conexión del segundo nivel que recibe gran radiación solar. Todo esto se puede apreciar en el diagrama C3. 22



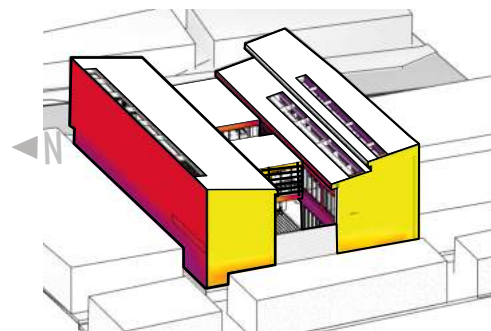
EQUINOCCIO DE
PRIMAVERA
20 MARZO



SOLSTICIO DE
VERANO
21 JUNIO



EQUINOCCIO DE
OTOÑO
22 SETIEMBRE



SOLSTICIO DE
INVIERNO
21 DICIEMBRE

Diagramas C3.20: Análisis solar del edificio en los solsticios y equinoccios. Fuente: Elaboración propia, realizada con el plugin insight de revit(2020)

PLANTA DE DISTRIBUCIÓN- NIVEL 1

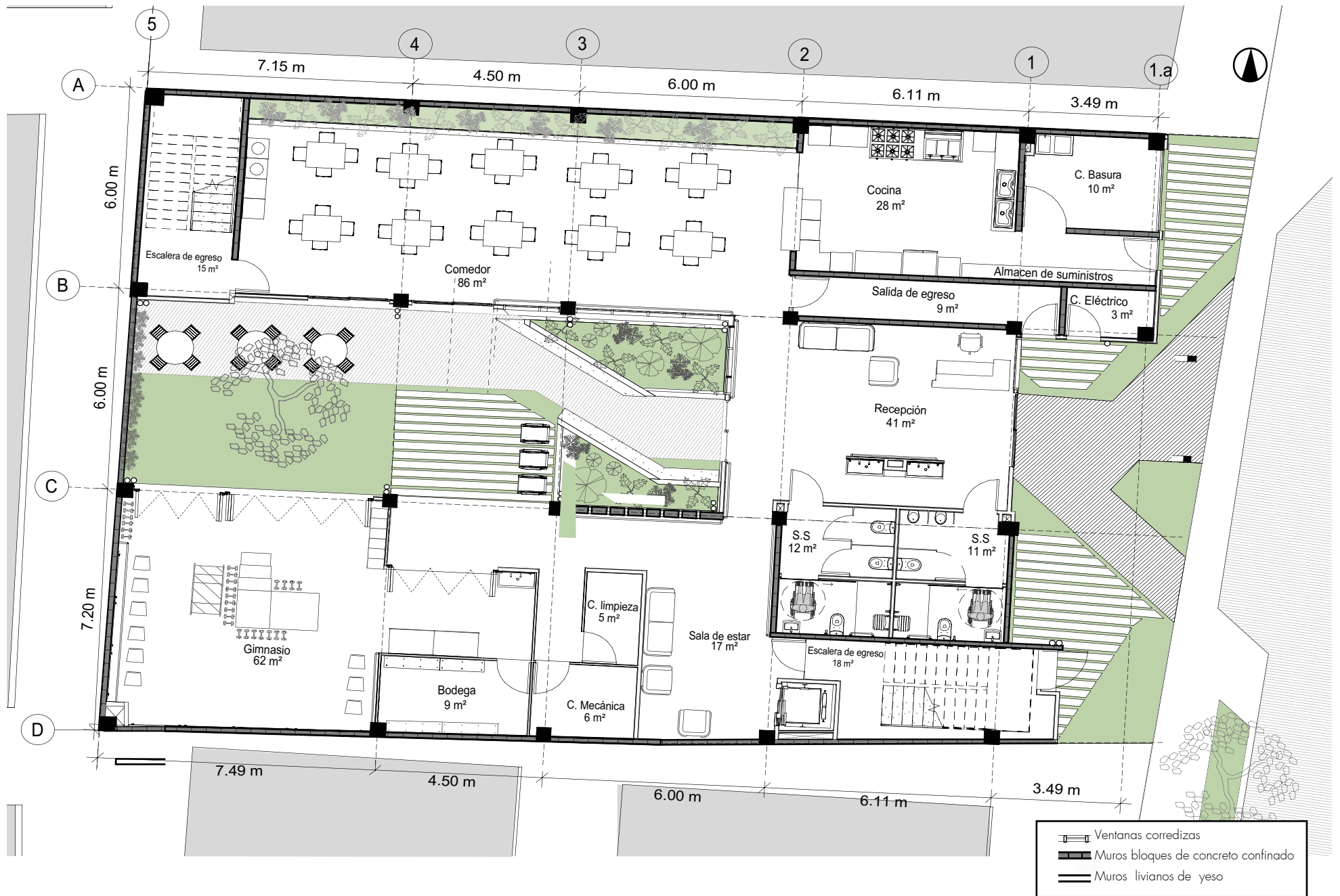


Figura C3.26 : Planta de distribución 1 - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

PLANTA DE DISTRIBUCIÓN- NIVEL 2

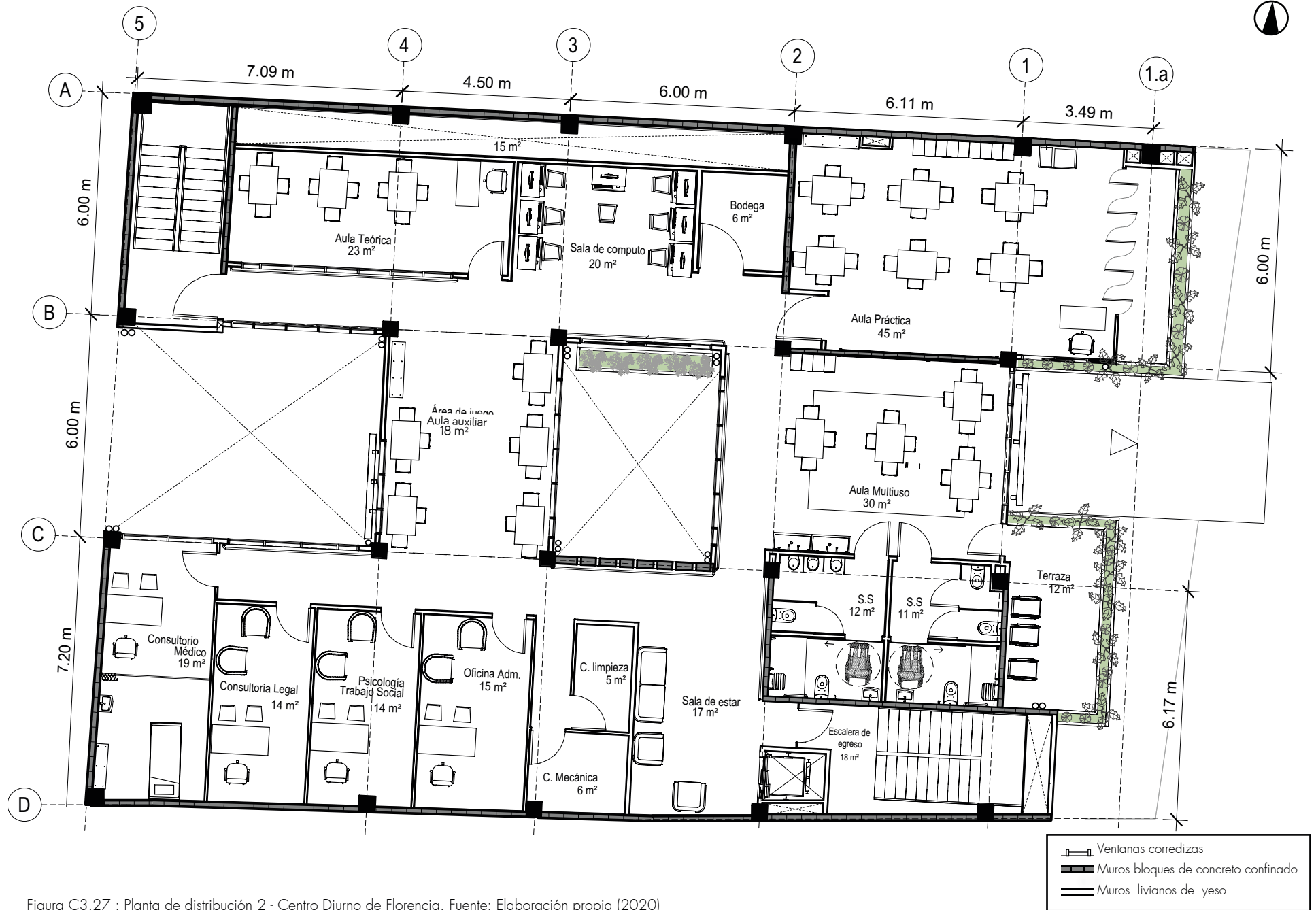


Figura C3.27 : Planta de distribución 2 - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

PLANTA DE TECHOS

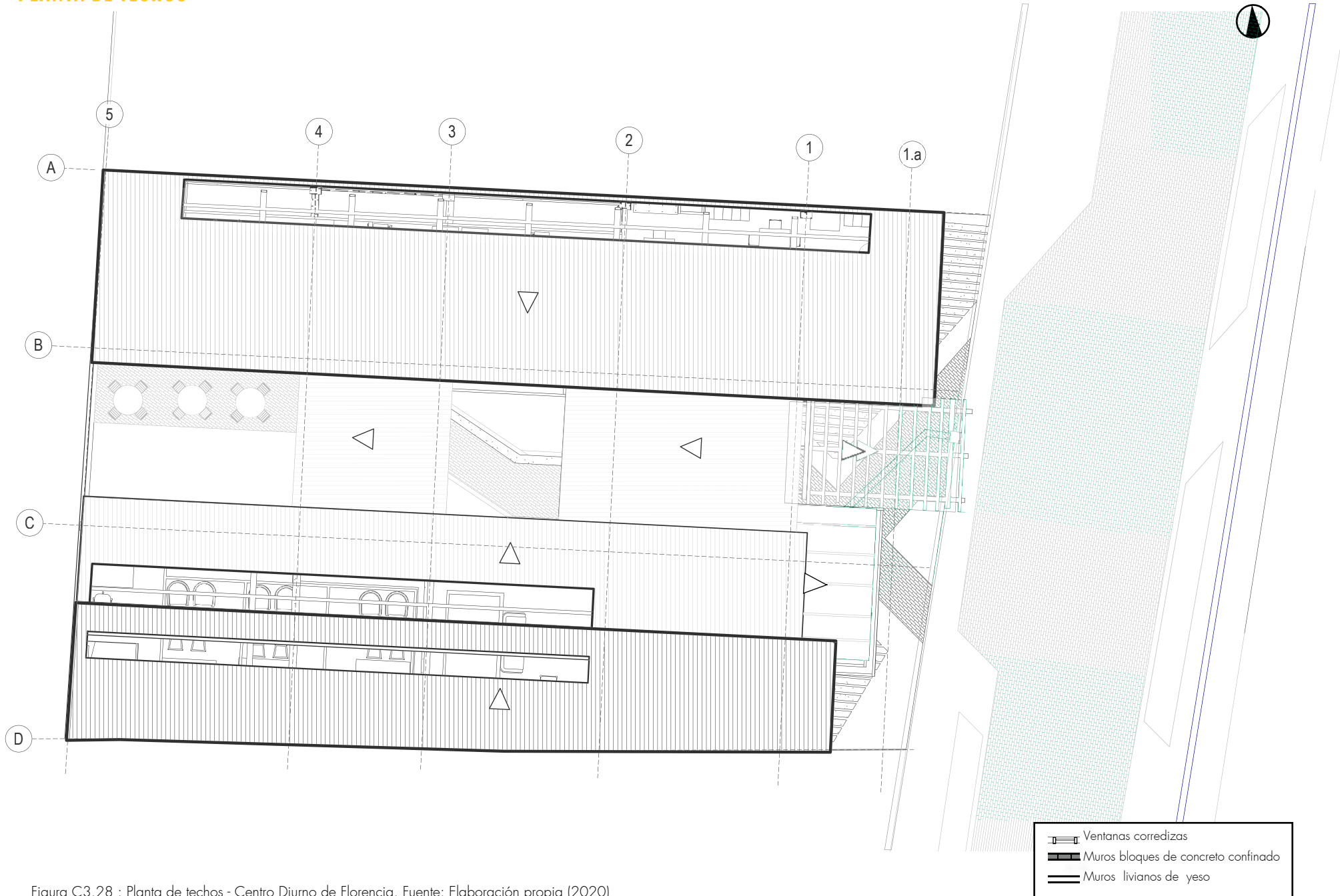


Figura C3.28 : Planta de techos - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

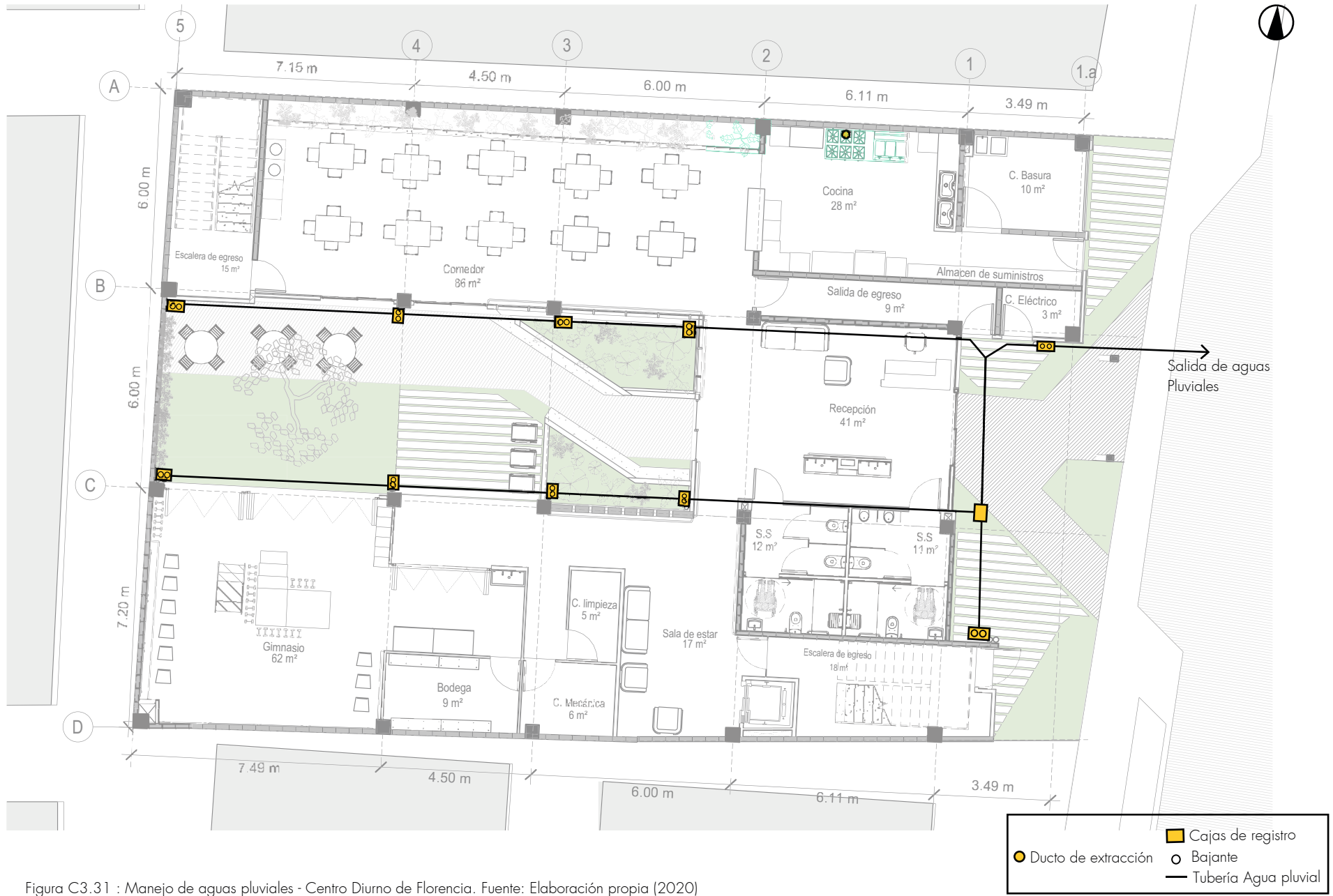


Figura C3.29: 1 Nivel Isométrico- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.30 : 2 Nivel Isométrico- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

MANEJO DE AGUAS PLUVIALES



MANEJO DE AGUAS RESIDUALES

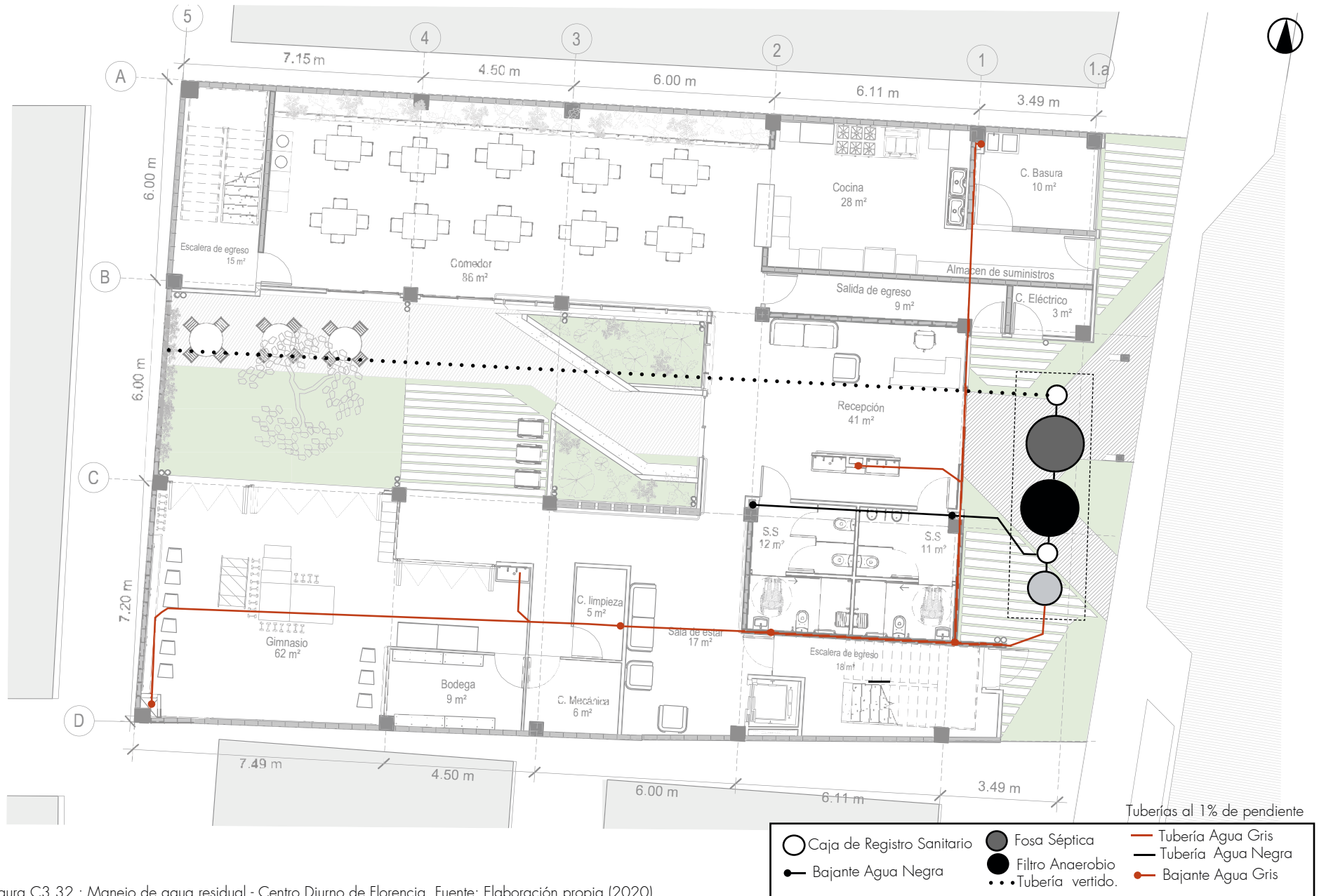


Figura C3.32 : Manejo de agua residual - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

MANEJO DE AGUA RESIDUAL

Se utiliza el sistema séptico de doble etapa, según los datos expuestos por La Casa del Tanque; este maximiza la remoción de contaminantes, lo que permite que el efluente pueda ser usada para riego en goteo de áreas verdes o de cultivos no alimenticios y con sistema de infiltración en el terreno. (párr.33)



Figura C3.33 : Sistema séptico de doble etapa - Centro Diurno de Florencia. Fuente: <https://lacasadeltanque.com/wp-content/uploads/2017/08/DOBLE-ETAPAV1.pdf>

ALZADO FRONTAL

En su trabajo final de graduación, Diana Ghisellini(2017) menciona que "Los adultos mayores tienen mayor dificultad para distinguir tonos verdes y azules que los rojos y amarillos, es utilizar colores cálidos y contrastantes porque ayuda a mejorar la capacidad de ver"(p.65)

Por lo que se optó por trabajar colores cálidos como el amarillo y el naranja para dar color, junto con el concreto expuesto con marcas del encofrado del volumen sur, el enchapado de madera del volumen norte y la vegetación que se trabaja en todo el edificio.

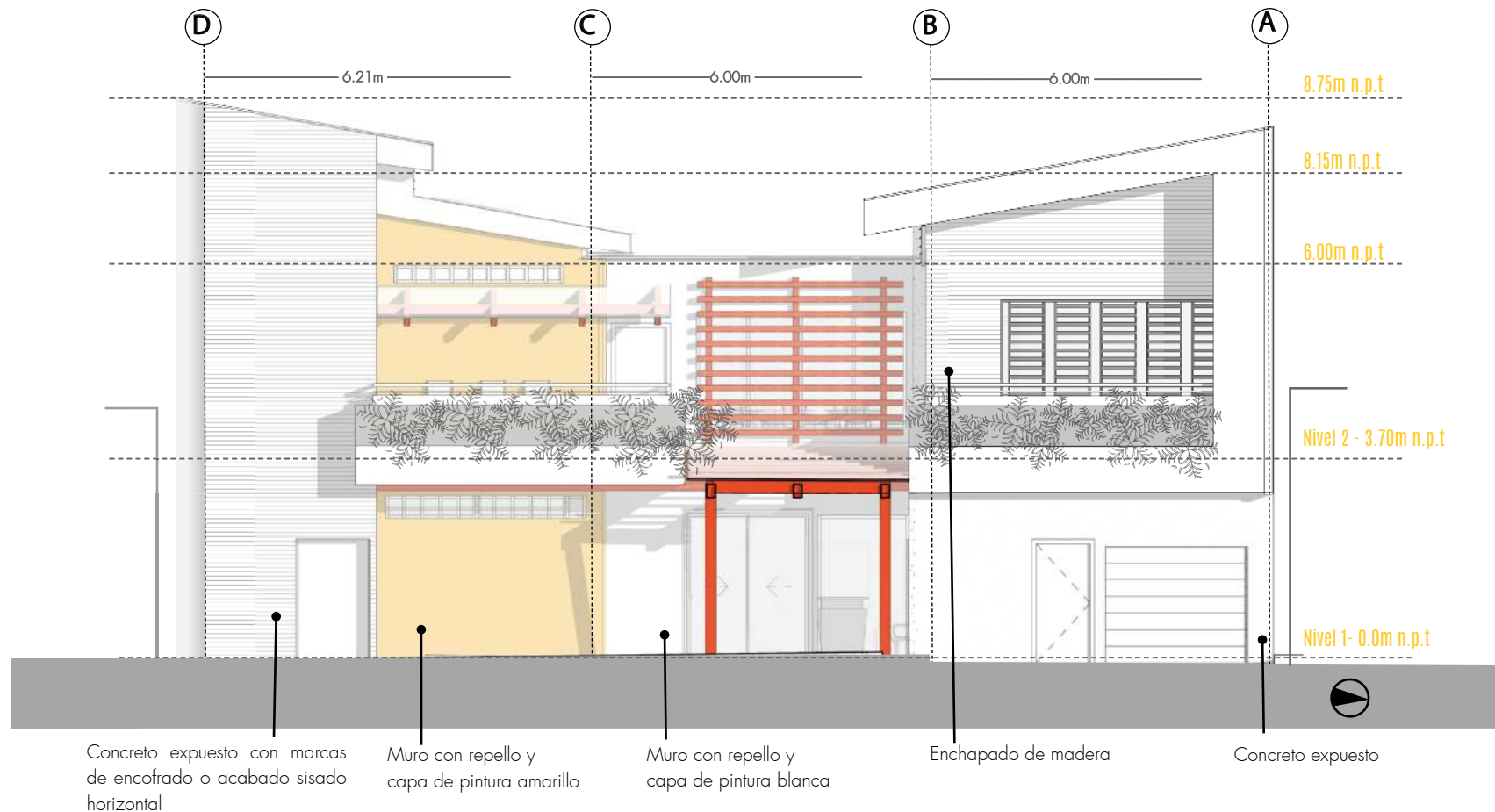


Figura C3.34: Fachada este- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

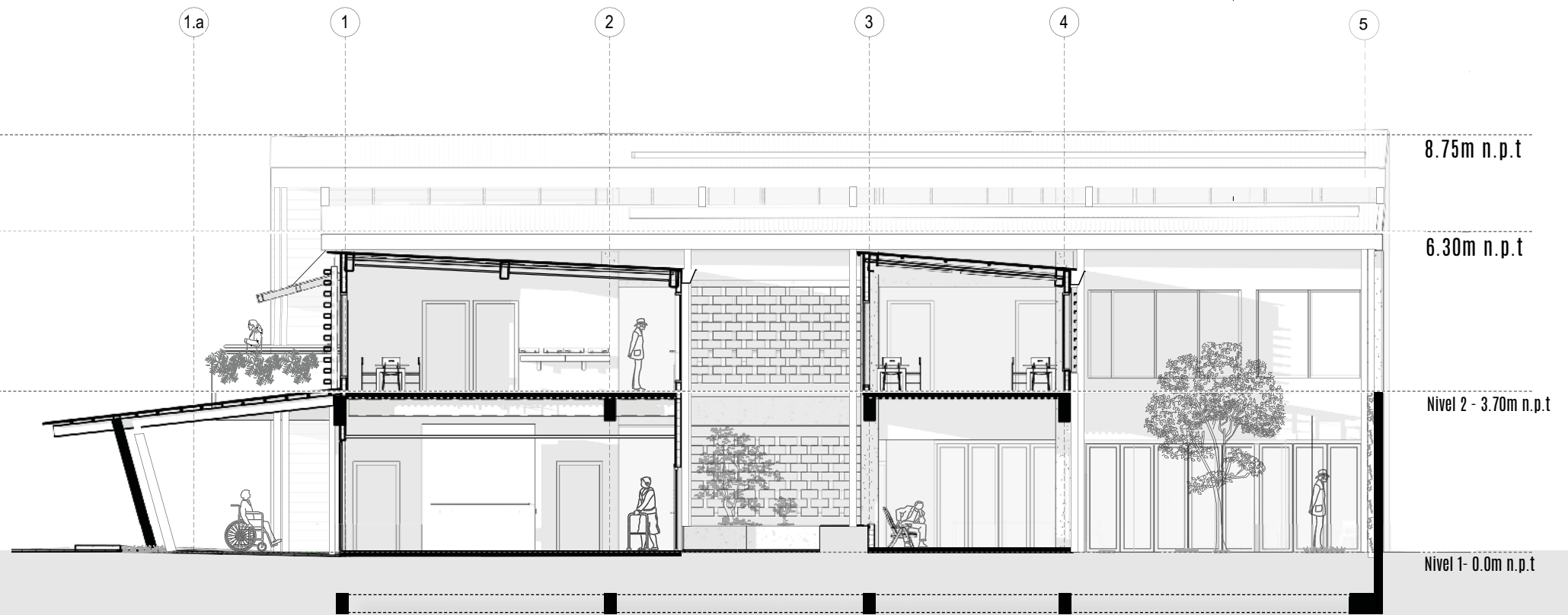


Figura C3.35 : Corte Longitudinal A.A - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

CORTE LONGITUDINAL

Se realizó un corte longitudinal del edificio en medio del patio central, como se puede ver en la planta arquitectónica continua. En el corte se muestra la relación entre los espacios del centro y los remates visuales de estos hacia el exterior.

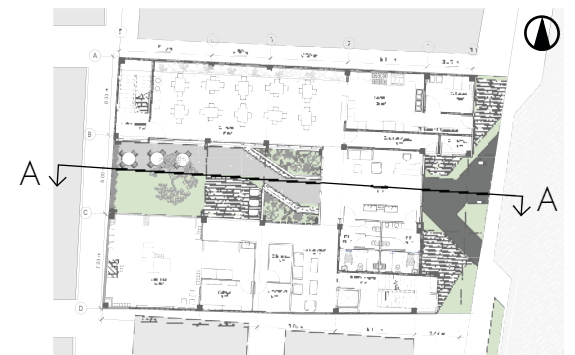




Figura C3.36 : Corte Longitudinal B.B - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

CORTE LONGITUDINAL PERSPECTIVADO

Se busca con este corte mostrar la vida dentro de los espacios y comprender el funcionamiento real del edificio.



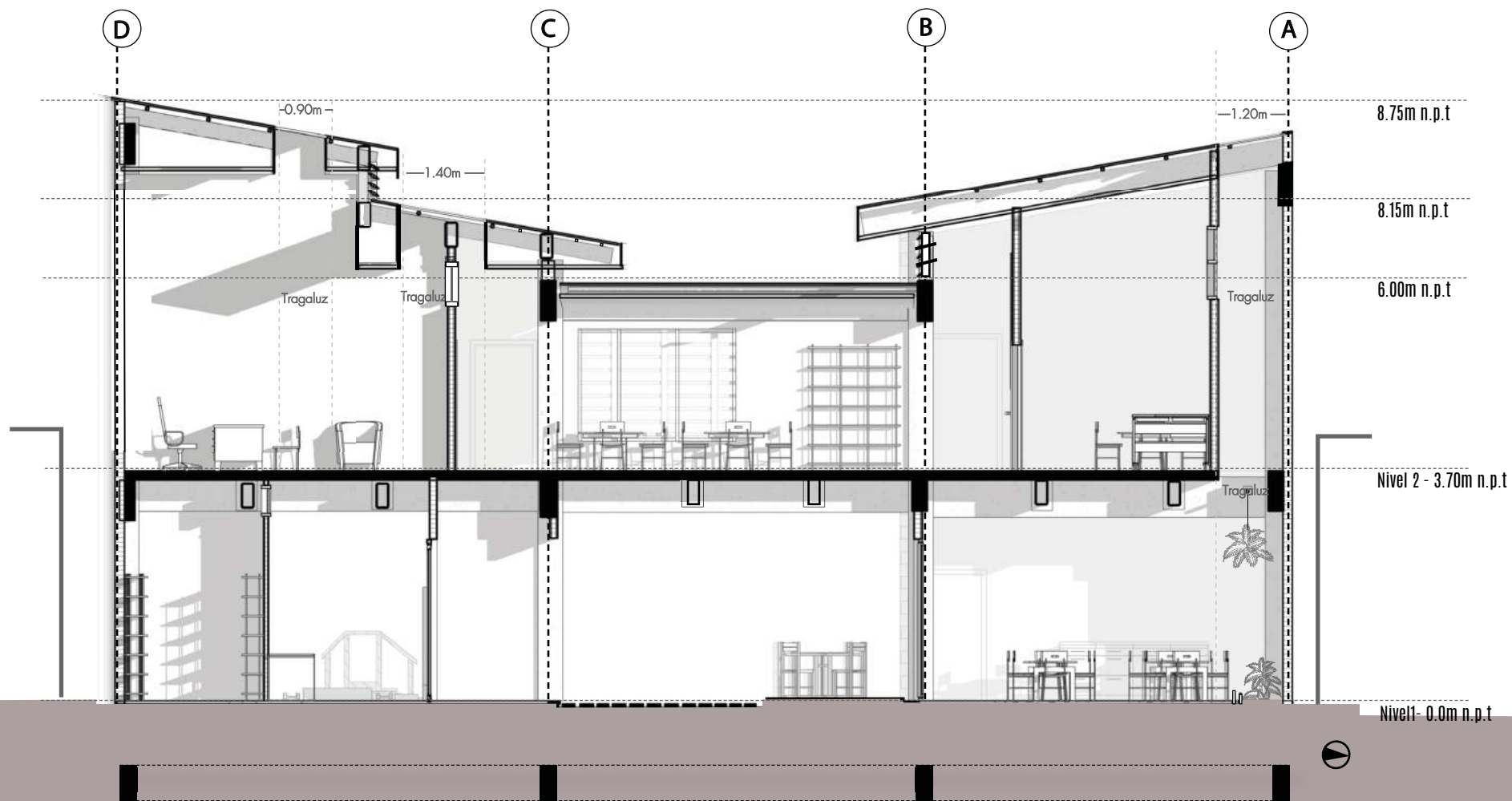
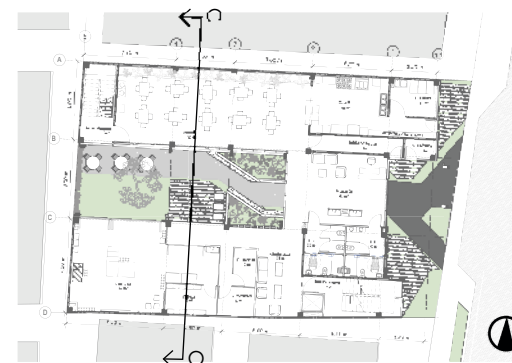


Figura C3.37: Corte Transversal C.C - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

CORTE TRANSVERSAL

Se realizó un corte transversal, como se puede ver en la planta arquitectónica continua. En el corte se muestra la relación entre los espacios internos y como se relacionan estos con las ventilas y tragaluces.



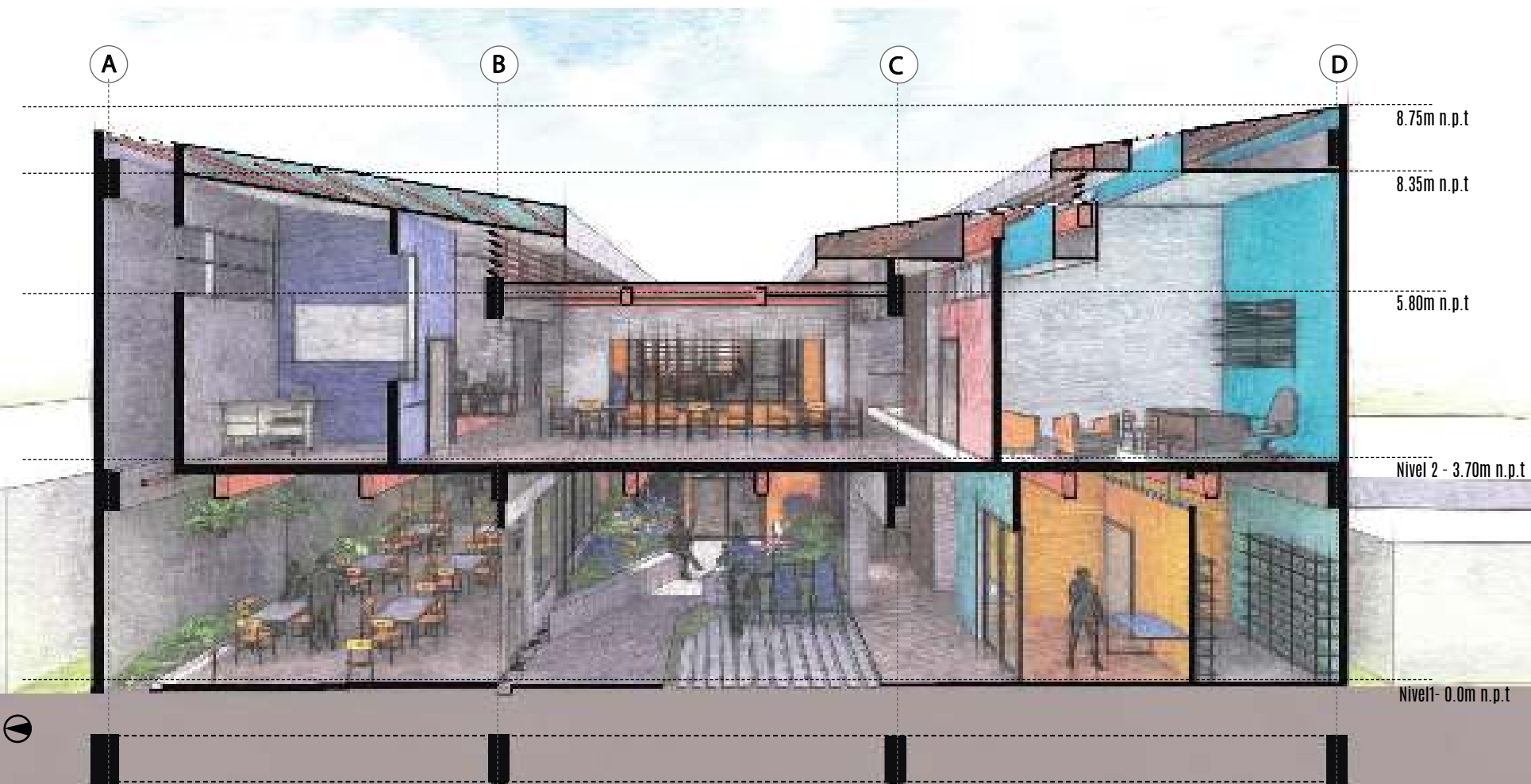
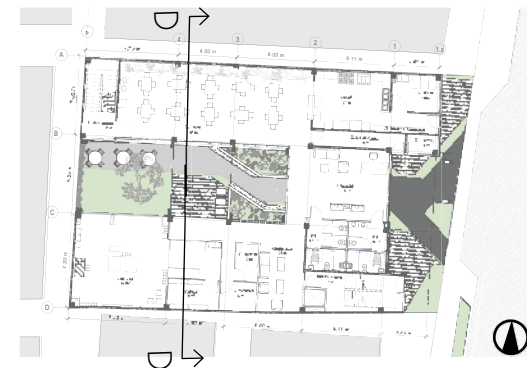


Figura C3.38: Corte Transversal D.D - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

CORTE TRANSVERSAL PERSPECTIVADO

Se busca con este corte mostrar la vida dentro de los espacios y comprender el funcionamiento real del edificio.



DISEÑO EXTERNO



Figura C3.39: Visualización externa- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

DISEÑO URBANO

Actual

Como se puede ver en el análisis del lugar, en el capítulo 3.1 de este documento, la vía frente al lote posee poco y casi nulo flujo de vehículos, esto según la herramienta de flujo vehicular de "Google maps", sin embargo **el flujo peatonal observado en las diferentes visitas es importante**, ya que esta es la ruta que niños y jóvenes toman para llegar al colegio y escuela y al estar inmerso dentro de una zona residencial muchos vecinos transitan por esta calle, para llegar a la parte comercial del barrio de Florencia. Además que esta calle se encuentra el Centro de Formación y el supermercado Flosanco, una cadena local de gran influencia comercial en el distrito.

Al ser una vía de tránsito amplia de 10.53m como se puede ver en la figura C3.18, con aceras anchas de 1.5m y 1m como se puede ver en la figura C3.17 y una vía vehicular de 8.03m de dos carriles.



Figura C3.17: Visual hacia el norte del lote. Fuente: Autoría Propia (2019)

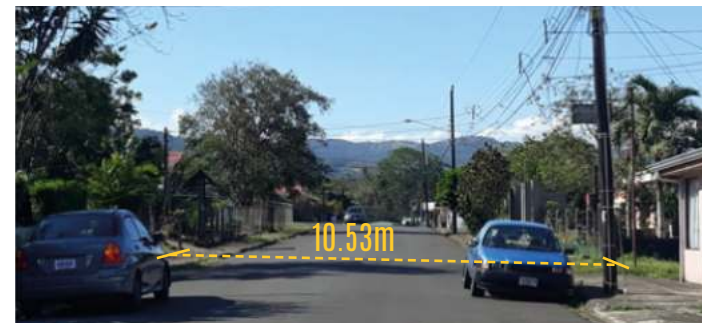


Figura C3.18: Visual hacia el sur del lote. Fuente: Autoría Propia (2019)

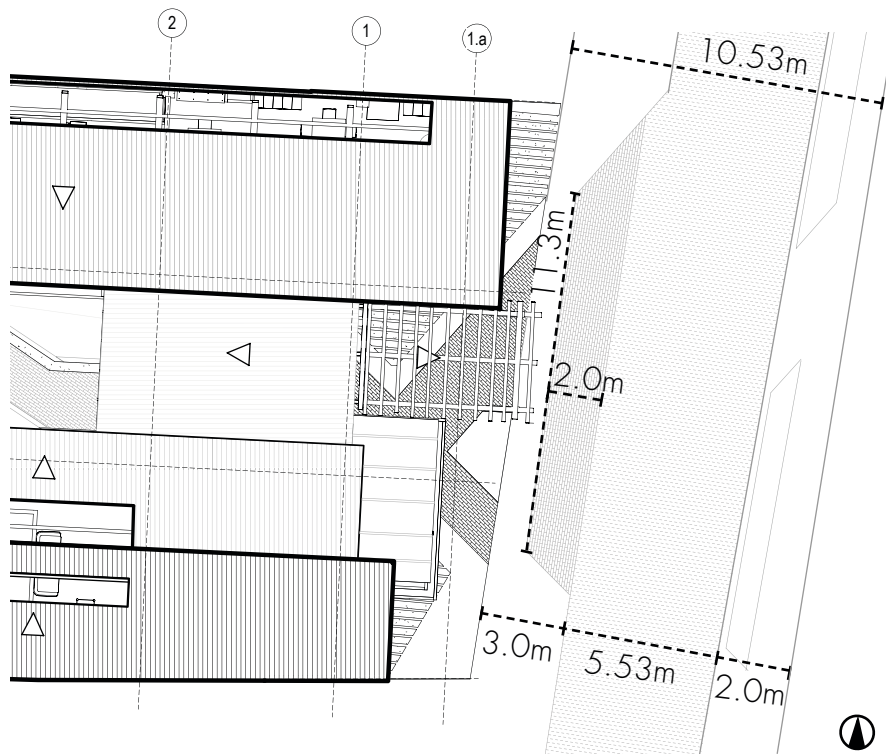


Figura C3.40: Diseño urbano. Fuente: Autoría Propia (2019)

DISEÑO URBANO

Propuesto

Se decide trabajar la peatonalización de esta vía, trabajando vegetación, estancia, iluminación y disminuyendo el tamaño de la vía vehicular que posee un flujo de tránsito casi nulo.

Ya que por regulación se debe dejar como zona verde el 30% del lote y al tener un terreno pequeño, se decide generar una bahía vehicular para que los adultos puedan bajar de manera segura de los autos o busetas que los vengan a dejar o recoger.

Además se propone ampliar las aceras para generar vegetación que proteja del sol a las personas que transitan por la calle.

Se reduce la vía vehicular a 5.53m y se le da otra textura para convertirla en una vía compartida entre los pocos vehículos que transitan por ahí y las bicicletas que se trasladan por la ruta.



Figura C3.41: Vía compartida-Diseño urbano. Fuente: Autoría Propia (2019)



Figura C3.42: Render externo 1- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

ESTANCIA TECHADA

Se busca generar en este espacio una área de estancia techada en el espacio frontal, para generar una conexión inmediata con la transeúntes en la vía.

Sin embargo este espacio también está dimensionado para albergar un vehículo en el caso de necesitar el parqueo de una buseta, la cual es una solución común dada por la JPS para el traslado de los adultos mayores al centro.

CUBIERTA

Se diseña una cubierta para proteger del clima a las personas que entran o salen del edificio hasta la bahía



Figura C3.43: Rrender externo 2- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

SALIDA DIRECTA A LA CALLE

Se trabajan el espacio de mantenimiento-basura, almacenamiento de cocina y cuarto eléctrico con salida directa a la calle, facilitando la entrada y salida de productos o materiales y el mantenimiento en estos espacios.

Cuarto eléctrico

Almacenamiento
de cocina

Mantenimiento
y basura



Figura C3.44: Render externo 3- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Egreso del sector sur

Entrada y salida principal del edificio

Egreso del sector norte

EGRESOS

Se plantean tres egresos para evacuar el edificios.

DISEÑO INTERNO



Figura C3.45: Render interno- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.46: Recepción 1- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.47: Recepción 2 - Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



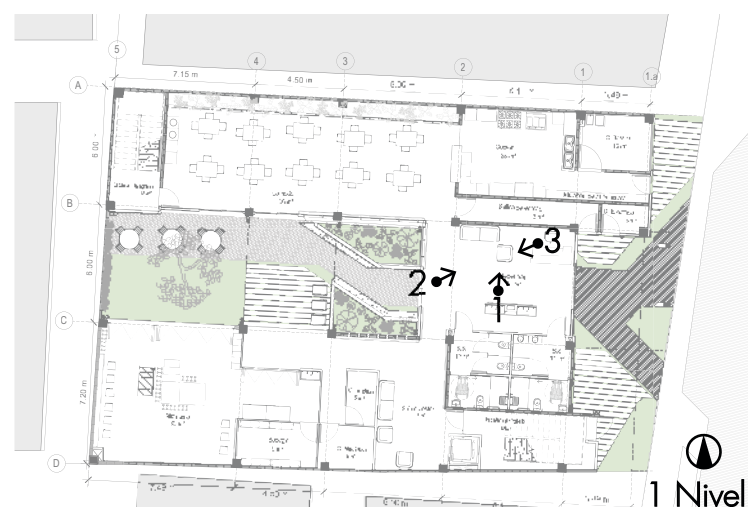
Figura C3.48: Recepción 3 - Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

RECEPCIÓN

En la **recepción se brinda información general del centro, cursos y horarios a las personas que ingresen.**

Este espacio esta conectado directamente al patio central, comedor, sala de estar, ductos de comunicación vertical (escaleras y ascensor) y servicios sanitarios. Es el principal punto de control de ingreso y egreso de personas en el edificio.

Este espacio posee agarraderas en varios puntos de circulación, para facilitar el traslado de los personas mayores con problemas de movilidad, brindando a su vez mayor independencia al desplazarse en el espacio.



PATIO CENTRAL

En el **patio central** se trabaja un área con jardineiras, que permiten a los adultos sembrar de una manera más cómoda; y otro área abierta que puede **funcionar como conector verde** entre la recepción, comedor y gimnasio durante actividades de mayor escala como **bingos, celebraciones o actividades con la comunidad**.

Se trabajó dentro del patio, áreas cubiertas, espacios de estancia y espacios verdes. En estas áreas se utiliza adoquín, losetas de concreto y césped como material de piso.

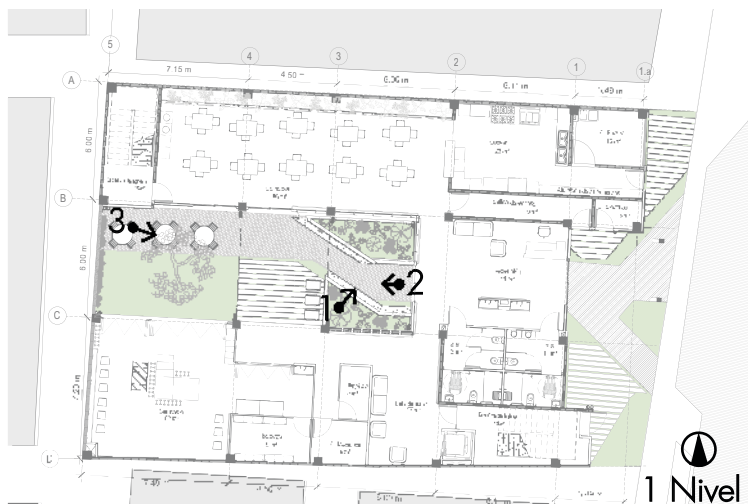


Figura C3.49: Patio Central 1- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.50: Patio Central 2- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.51: Patio Central 3- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.52: Gimnasio 1- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.53: Gimnasio 2- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.54: Gimnasio 3- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

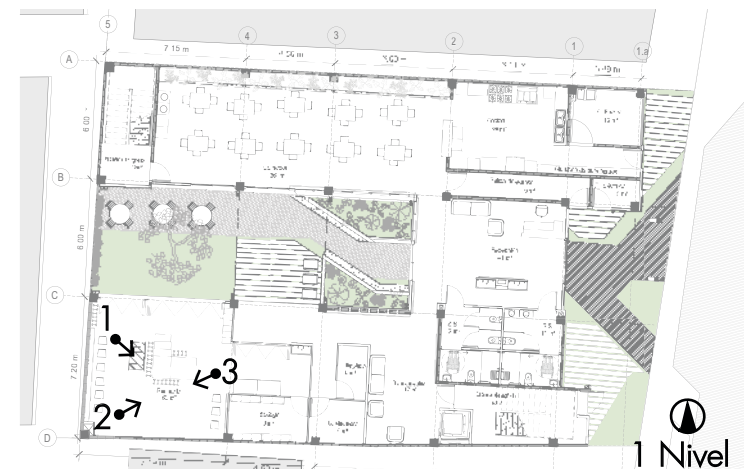
GIMNASIO

El **gimnasio o espacio de ejercicios funcionales**, posee piso de madera para amortiguar los movimientos realizados durante el ejercicio y así evitar lesiones.

Además se integró agarraderas en diferentes zonas del gimnasio para las personas que las necesitan y una bodega ventilada con equipo y con fácil acceso.

Se plantea una zona para ejercicios cognitivos y una pila dentro del gimnasio.

Se implementan casilleros dentro del gimnasio para que los adultos guarden sus cosas durante el ejercicio.



COMEDOR - COCINA

El **comedor-cocina**, es un espacio amplio en el que se juntan los adultos mayores para los desayunos, almuerzos y meriendas.

Es un espacio multiuso vinculado directamente con el patio central, ducto de comunicación vertical (escaleras), salida de egreso seguro, la cocina y la recepción.

Posee un tragaluz cercano a la pared de colindancia del edificio, en ésta **se busca trabajar una textura diferente y aprovechar el tragaluz para iluminar el espacio en esa zona y generar un jardín interno con especies de baja altura, haciendo referencia al tratamiento de algunos patios frontales de la zona**, donde se utilizan jardineras, plantas colgado o muros verdes.

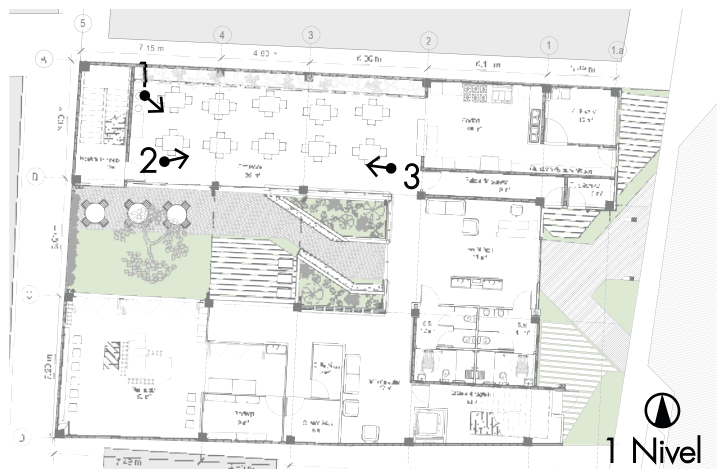


Figura C3.55: Comedor 1- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.56: Comedor 2- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.57: Comedor 3- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.58: Sala de estar 1- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.59: Sala de estar 2- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



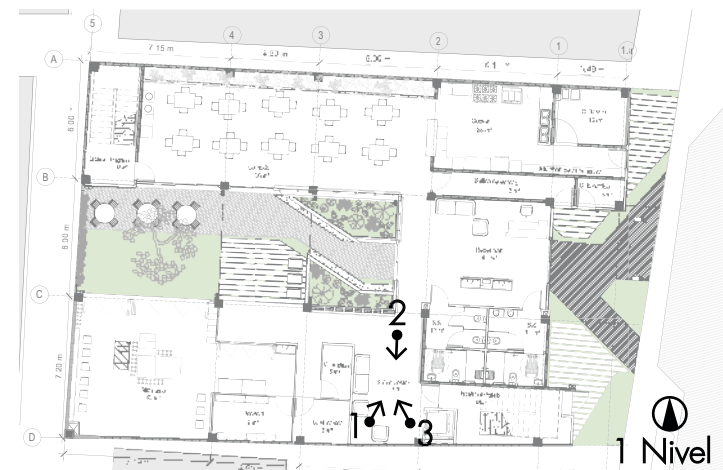
Figura C3.60: Sala de estar 3- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

SALA DE ESTAR 1 NIVEL

La **sala de estar**, es un espacio común en el que los **adultos mayores descansan o comparten otras personas**.

Este es el vestíbulo del ascensor y de la escalera principal del edificio.

Se utilizaron agarraderas en los muros cercanos a la zona de tránsito para facilitar el desplazamiento de las personas mayores.



NIVEL 2

SALA DE ESTAR 2 NIVEL

La **sala de estar**, es un espacio común en el que los adultos mayores descansan o comparten otras personas.

Este es el vestíbulo del ascensor y de la escalera principal en el segundo nivel del edificio.

Se utilizaron agarraderas en los muros cercanos a la zona de tránsito para facilitar el desplazamiento de las personas mayores.

Este espacio puede funcionar como sala de espera de las oficinas de psicología, trabajo social, administración, medicina, y consultoría legal, etc.



Figura C3.61: Sala de estar 1- Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.62: Sala de estar 2- Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.63: Sala de estar 3- Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

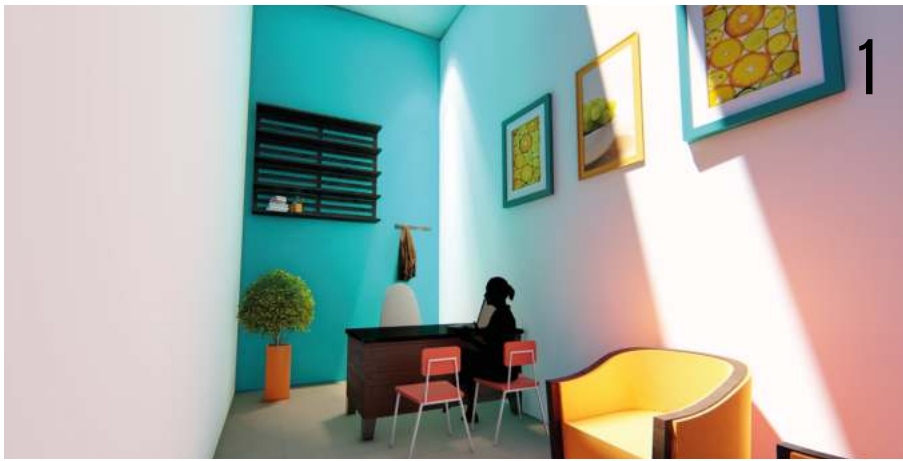


Figura C3.64: Oficina 1- Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.65: Oficina 2- Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.66: Consultorio - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

OFICINAS Y CONSULTORIO

Las **oficinas y el consultorio médico**, es un espacio brindado a los especialistas para que reciben a los adultos mayores que visitan el centro.

Se diseñaron tres oficinas para una para el administrador y las otras dos para la consultoría legal, psicología y trabajo social, estos no tienen oficinas ya que visitan el centro con menor frecuencia.

El consultorio posee dimensiones más grandes por las características específicas establecidas en el capítulo 2 de este documento.



AULA TEÓRICA Y ÁREA AUXILIAR

El **aula teórica** es un espacio para máximo 15 personas, donde se plantea enseñar en grupos pequeños temas para retomar la escuela o el colegio según lo quiera el adulto mayor.

El administrador del Centro Diurno de Ciudad Quesada; Armando Mora, en su entrevista menciona la necesidad de un espacio auxiliar adjunto al aula teórica, donde se ubican adultos que tienen alguna enfermedad crónica existente como el parkinson, realicen actividades cognitivas enfocadas a su enfermedad.

El **área auxiliar** se encuentra adjunta al aula teórica, esta se puede usar como espacio con juegos mesa, espacio de lectura o área de trabajo.

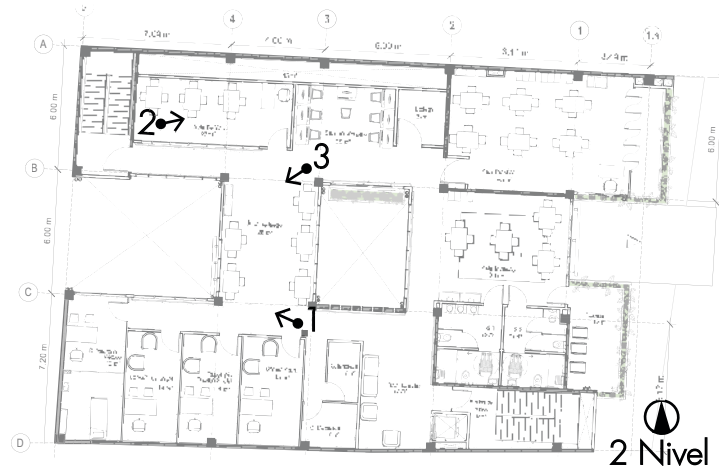


Figura C3.67: Aula Auxiliar 1 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.68: Aula Teórica - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.69: Aula Auxiliar - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.70: Estancia Cómputo 1 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.71: Estancia Cómputo 2 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



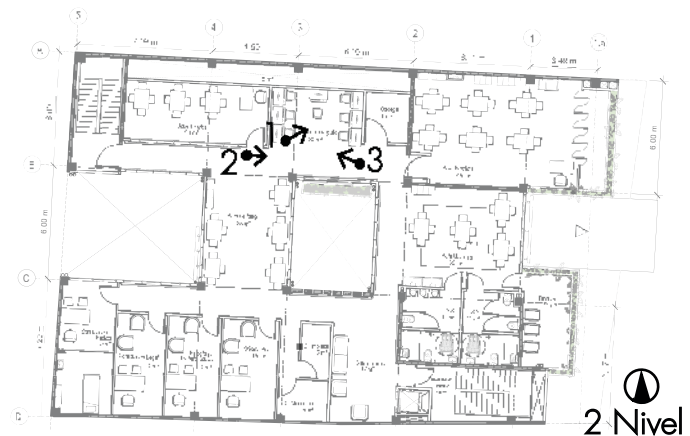
Figura C3.72: Estancia Cómputo 3 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

ESTANCIA DE CÓMPUTO

Nicolas Samaniego (2015) menciona en un artículo del periódico La Prensa, que los adultos mayores perciben la tecnología como algo complejo con dispositivos costosos y que necesita una capacitación para entender su uso, estos motivos generan temor. (párr. 4)

Por lo que se diseña una **estancia de cómputo abierta**, en **busca de generar un ambiente de confianza e inclusivo para quienes transiten por ahí**, esto no se lograría tan fácilmente si estuviera dentro de un aula cerrada.

La intención de este espacio es brindar por medio de cursos cortos de voluntarios o profesores, conocimientos básicos sobre el uso de las computadoras, el internet. y las redes sociales.



AULA PRÁCTICA

El aula práctica, es un espacio más amplio, equipado con casilleros, espacio para almacenamiento, pila y pizarra. Esto para facilitar el trabajo de manualidades o cursos prácticos que necesiten materiales extra o equipo.

En esta aula tiene conexión desde el balcón con la parte frontal del edificio y trabaja la vegetación en el balcón, la intención es vincular la vegetación al espacio interno.

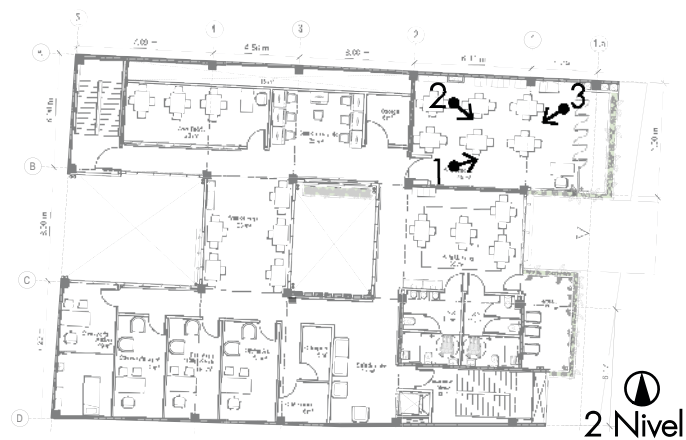


Figura C3.73: Aula Práctica 1 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.74: Aula Práctica 2 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.75: Aula Práctica 3 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.76: Aula Multiuso 1 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.77: Aula Multiuso 2 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)



Figura C3.78: Aula Multiuso 3 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

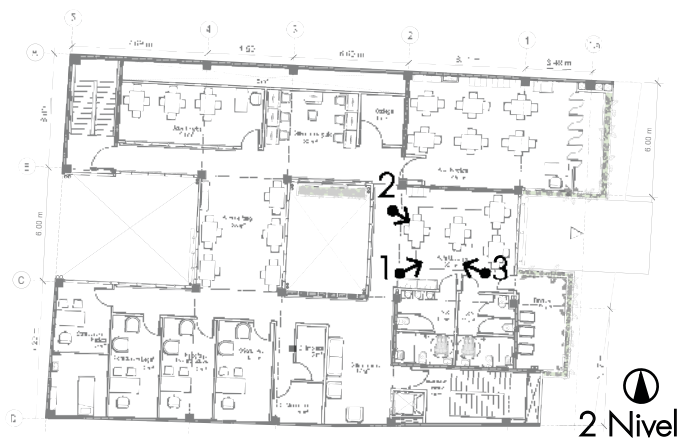
AULA MULTIUSO

El **aula multiuso** se encuentra vinculada con el baño, la terraza, la sala de estar y el aula práctica.

Es **un espacio abierto de trabajo en la que se puede enseñar, proyectar o simplemente trabajar en algún proyecto durante el día.**

Se busca que este espacio sea flexible y se pueda vincular con cualquier otro de los espacios cercanos.

Se trabajan agarraderas en los pasillos para facilitar el desplazamiento de los adultos.



COSTO APROXIMADO

Se utiliza el *Manual De Valores Base Unitarios Por Tipología Constructiva*, del Ministerio de Hacienda, como base para establecer un valor por metro cuadrado de construcción.

Al analizar las diferentes tipologías de construcciones expuestas en el manual, se determina que el Centro Diurno de Florencia se encuentra dentro del criterio de Edificio Educativo.

El manual (2017) describe este criterio de la siguiente manera: "Corresponde a infraestructura educativa... También se describen las aulas, soda, laboratorio, biblioteca, oficinas administrativas, auditorio y gimnasio". (p.51) El centro diurno posee estos espacios y de los criterios a analizar en el manual, es el que se acerca más a la descripción de los espacios, que posee el centro diurno para adulto mayor.

Para determinar un costo, se debe identificar el tipo de construcción que se va realizar, al ver el manual resaltaron dos tipo que asemejan las características del centro como se puede ver en la figura C3.73 Y C3.74.

Sin embargo al valor total de la construcción se le debe restar el costo de la mampostería, ya que será donada por la municipalidad de San Carlos, y otros aportes que donen en mano de obra o material que aporte la asociación distrital Florencia.

El Tipo Ea 06

5.1.12.6. Tipo EA06

Vida Útil	40 años.
Estructura	Columnas prefabricadas y vigas cajón.
Paredes	Baldosas prefabricadas con repellos sisados e impermeabilizados, lámina de cemento de alta resistencia con refuerzo de malla interior de 12,7 mm, internas con paneles de yeso, cemento y fibra de vidrio (gypsum) o similar de doble forro, repello fino y pintura, precinta de fibra mineral.
Cubierta	Cerchas perfiles metálicos. Láminas onduladas de hierro galvanizado esmaltado. Canoas y bajantes de hierro galvanizado.
Cielos	Láminas de poliestireno o fibra mineral de 15 mm con suspensión de aluminio.
Pisos	Contrapiso de concreto con terrazo de buena calidad.
Baños	Dos baterías de baño tipo normales.
Otros	Edificio diseñado para oficinas administrativas de una institución educativa, incluye oficinas, una sala para reunión con cuarto de baño, corredor frontal y acera posterior salas de reunión. Ventanería con celosías y vidrio fijo con marco de aluminio y verjas de perfiles de RT, puerta frontal y posterior de metal con perfiles de RT, rampas, sistema contra incendios con detectores de humo y sirenas, sistema altavoz.
VALOR	¢290 000 / m²

Figura C3.79 : El Tipo Ea06 Fuente: https://www.hacienda.go.cr/docs/5a383b222f943_Manual%20de%20valores%20base%20octubre%202017.pdf

El Tipo Ea 07

5.1.12.7. Tipo EA07

Vida Útil	50 años.
Estructura	Vigas y columnas de concreto armado o acero.
Paredes	Bloques de concreto, elementos prefabricados con repello fino. Muros de concreto armado expuesto, elementos prefabricados. Paneles de yeso, cemento y fibra de vidrio (gypsum) o similar. Divisiones internas de fibrocemento o paneles de yeso, cemento y fibra de vidrio, altura 2,60 m.
Cubierta	Cerchas perfiles metálicos. Láminas onduladas de hierro galvanizado esmaltado. Canoas y bajantes de hierro galvanizado.
Cielos	Paneles de yeso, cemento y fibra de vidrio (gypsum) o similar, fibrocemento, poliestireno expandido con suspensión de aluminio.
Entrepisos	Prefabricados con viguetas pretensadas.
Pisos	Cerámica o similar.
Baños	Dos baterías de baño tipo normales por piso.
Otros	Edificio diseñado para oficinas administrativas de una institución educativa, incluye oficinas, baterías de baños, cuartos de baño y salas de reunión. Ventanería con marcos de aluminio anodizado natural, vidrio traslúcido, con celosías. Hasta cuatro plantas, rampas, sistema contra incendio con detectores de humo y sirenas sistema altavoz.
VALOR	€580 000 / m²

Figura C3.80 : El Tipo Ea07 Fuente: https://www.hacienda.go.cr/docs/5a383b222f943_Manual%20de%20valores%20base%20octubre%202017.pdf

Al analizar ambas opciones, se decide tomar como base el promedio entre los valores por metro cuadrado de las dos tipología, ya que la propuesta de diseño del Centro Diurno de Florencia de San Carlos es un intermedio de las dos tipologías educativas.

Por lo que se utilizó el valor de 435 000 colones por metro cuadrado construido como base y como máximo 580 000 el cual es el valor por metro dado en la tipología EA07, esto para establecer un rango con costo aproximado de la obra.

Se establece que el costo aproximado de la obra construida se encuentra entre 297 496 500 y 396 662 000 colones. Lo que actualmente correspondería en dolares a un rango entre \$534 105.03 y \$ 712 140.04.

Sin embargo a este valor se le debe restar el costo de los bloques de concreto donados por la municipalidad.

Costo de Área Construida costo mínimo (Promedio entre TIPO Ea06 Y TIPO Ea07)

ÁREA	ADMINISTRATIVA	56.6m ²	SERVICIOS EDUCATIVOS	111.8 m ²	ESPECIALIZACIÓN	116.5 m ²	ZONAS COMUNES	147.9m ²	SERVICIOS COMPLEMENTARIOS	190.5 m ²	OTROS	60.3 m ²	TOTAL	683.9m ²
SUMATORIA	X	435 000 colones /m ²	X	435 000 colones /m ²	X	435 000 colones /m ²	X	435 000 colones /m ²	X	435 000 colones /m ²	X	435 000 colones /m ²	297 496 500 colones	
	14,4m ²	Oficina Administrativa	21,2m ²	Aula Teórica	14,2m ²	Oficina Consultor Legal	86,2m ²	Comedor	38 m ²	Cocina	25,3m ²	Circulación 1 nivel		
	42,2m ²	Secretaría + Recepción	54m ²	Aula Práctica	13,3m ²	Oficina Psicología	11,5m ²	Sala de estar 1 nivel	15 m ²	Bodegas	35m ²	Circulación 2 nivel		
			17,7m ²	Aula Multiusos	19m ²	Consultorio médico	11,5m ²	Sala de estar 2 nivel	30 m ²	Ducto circulación vertical				
			19,2m ²	Sala de Cómputo	70m ²	Gimnasio	27,7m ²	Aula auxiliar	10m ²	Ducto de servicio				
							11m ²	Terraza	12m ²	C. Basura				
									10m ²	C. Limpieza				
									12 m ²	C. Mecánico				
									48m ²	Baterías de baño				
									3.1 m ²	Tableros				
								2.9m ²	Tele comunicaciones					
								9,5m ²	Salida de emergencias					
SUB-TOTALES	24 621 000 colones		48 633 000 colones		50 677 500 colones		65 336 500 colones		82 867 500 colones		26 230 500 colones			

Tabla C3.2: Costo Aproximado con datos del Manual De Valores Base Unitarios Por Tipología Constructiva, del Ministerio de Hacienda. Fuente: Elaboración Propia (2019)

Costo de Área Construida máximo (TIPO Ea07)

ÁREA	ADMINISTRATIVA	56.6m ²	SERVICIOS EDUCATIVOS	111.8 m ²	ESPECIALIZACIÓN	116.5m ²	ZONAS COMUNES	147.9m ²	SERVICIOS COMPLEMENTARIOS	190.5 m ²	OTROS	60.3m ²	TOTAL	683.9m ²
SUMATORIA	X 580 000 colones /m ²		X 580 000 colones /m ²		X 580 000 colones /m ²		X 580 000 colones /m ²		X 580 000 colones /m ²		X 580 000 colones /m ²		396 662 000 colones	
	14,4m ²	Oficina Administrativa	21,2m ²	Aula Teórica	14,2m ²	Oficina Consultor Legal	86,2m ²	Comedor	38 m ²	Cocina	25,3m ²	Circulación 1 nivel		
	42,2m ²	Secretaría + Recepción	54m ²	Aula Práctica	13,3m ²	Oficina Psicología	11,5m ²	Sala de estar 1 nivel	15 m ²	Bodegas	35m ²	Circulación 2 nivel		
			17,7m ²	Aula Multiusos	19m ²	Consultorio médico	11,5m ²	Sala de estar 2 nivel	30 m ²	Ducto circulación vertical				
			19,2m ²	Sala de Cómputo	70m ²	Gimnasio	27,7m ²	Aula auxiliar	10m ²	Ducto de servicio				
							11m ²	Terraza	12m ²	C. Basura				
									10m ²	C. Limpieza				
									12 m ²	C. Mecánico				
									48m ²	Baterías de baño				
									3.1m ²	Tableros				
								2.9m ²	Tele comunicaciones					
								9,5m ²	Salida de emergencias					
SUB-TOTALES	32 828 000 colones		64 844 000 colones		67 570 000 colones		85 782 000 colones		110 490 000 colones		34 974 500 colones			

Tabla C3.3: Costo Aproximado con datos del Manual De Valores Base Unitarios Por Tipología Constructiva, del Ministerio de Hacienda. Fuente: Elaboración Propia (2019)

Costo de Área no Construida

ÁREA	SERVICIOS COMPLEMENTARIOS	86.9 m ²	OTROS	70.5 m ²	TOTAL	157.4m ²
SUMATORIA	X 30 000 colones /m ²		X 30 000 colones /m ²		Área Total 92.5 m ²	
	47,5m ²	Patio central - Adoquin	45 m ²	Tratamiento urbano- Adoquin		
	39,4m ²	Patio central - zona verde	25.5 m ²	Tratamiento urbano- zona verde	Área Total 64.9 m ²	
SUB-TOTALES	1 425 000 colones		1 350 000 colones		2 775 000 colones	

Valor por metro cuadrado de adoquin, según el Manual De Valores Base Unitarios Por Tipología Constructiva- Instalaciones complementarias 2

El área verde no se tomo en cuenta en la sumatoria del costo del área no construida por falta de datos específicos sobre el valor de este por metros cuadrado.



4 CAPÍTULO CONCLUSIONES



Figura C4. 1: Render externo 5- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

VALORACIONES DEL PROYECTO

1. USUARIO

Por medio del taller, las visitas, entrevistas y observaciones se determinan como usuarios:

- Adultos mayores
- Funcionarios: Administrativo, Especializado y Servicio.
- Actores públicos y privados
- Público General

Se determinó por medio del análisis que **los adultos mayores** de Florencia **prefieren espacios cercanos a la vegetación, abiertos y con accesibilidad.**

Se identificaron con los siguientes espacios:



Figura C1.2: Terraza con vegetación



Figura C1.3: Centro Indígena Kapaclajui



Figura C1.4: Ventanas



Figura C1.5: Galería de Pabellón Bes

El INEC proyecta un aumento de 77 adultos mayores por año en Florencia de San Carlos.

Por medio visitas, entrevistas y observaciones se establecen para **los funcionarios** espacios como:

- Oficina administrativa
- Recepción
- Cocina bajo las regulaciones del Ministerio de Salud
- Cuarto de limpieza
- Oficinas compartidas para trabajo social, psicología y consultoría legal.
- Consultorio médico.

Los actores públicos aunque no tiene requerimientos espaciales específicos es importante considerar aulas que permitan vincularse con el centro.

Valoraciones

- Es indispensable realizar visitas, observaciones y talleres para establecer las necesidades reales de los usuarios que va a interactuar con el proyecto.

-Se debe considerar las proyecciones de la población distrital, para diseñar un espacio que se adapte a futuro.

-Es necesario considerar los actores públicos y privados, ya que pueden colaborar con la creación y el mantenimiento del equipamiento comunal.

2. ANÁLISIS DE CASOS

Es una evaluación por caso de estudio, en la que se toma como referencia aspectos espaciales y ambientales establecidos en *La Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia* (IMSERSO, 2011), además se establecen conclusiones sobre aspectos del caso, que se pueden tomar en cuenta a la hora de diseñar el centro.

Centro diurno de Ciudad Quesada



Conclusiones:

1. El administrador del centro.
2. Aulas teóricas
3. El uso de cielos altos y aleros amplios
4. El uso de espacios centrales o monitores
5. Importancia de zonas verdes

Centro diurno de La Tigra



Conclusiones:

1. La flexibilidad de los espacios.
2. La implementación de corredor frontal en el diseño.

La Casa del Abuelo



Conclusiones:

1. El uso de tragaluces, monitores o intersticios abiertos entre edificios permite ventilar e iluminar naturalmente.
2. El uso de la naturaleza como medio protección climática y conexión con el entorno.
3. El diseño debe responder a sus necesidades trabajando cuidadosamente texturas de piso, el tipo de piso, el tipo de mobiliario, iluminación y tipo de vegetación.

Centro De Día I Casal De Gent Gran De Blancafort



Conclusiones:

1. Los espacios centrales o intersticiales para integrar ambientes diferentes al diseño interno del centro.
2. El material tanto interno como externo determinará el carácter del equipamiento.

Valoraciones

- Se deben considerar casos nacionales como internacionales para tener un punto de vista más amplio, acerca de las características y necesidades del equipamiento.

- La ficha desarrollada para evaluar las condiciones actuales de los casos de estudio, puede funcionar como una herramienta a entidades gubernamentales o de salud, para regular los centros diurnos identificando la idoneidad de los espacios en el que se desenvuelven los adultos mayores.

3. PROGRAMA MÍNIMO DE CENTROS DIURNOS

Se realiza un análisis comparativo como herramienta para determinar un programa básico. Se compara el programa arquitectónico de los siguientes centros:

- El centro Diurno de Ciudad Quesada
- El centro Diurno de la Tigra
- La casa del Abuelo
- Centro De Día I Casal De Gent Gran De Blancafort
- El programa arquitectónico básico sugerida por *La Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia* (IMSERSO, 2011)

Se concluyó que el programa arquitectónico mínimo de un centro diurno para adulto mayor debe tener los siguientes espacios:

- Una oficina para el administrador del centro.
- Bodega de almacenamiento.

- Servicios sanitarios accesibles.
- Cocina
- Comedor
- Zona exterior
- Aulas

Se analiza el funcionamiento de algunos espacios del centro para determinar pautas de diseño, esto por medio de entrevistas a especialistas y búsqueda bibliográfica.

Se identificó que la sala de ejercicios funcionales y las aulas tienen necesidades y características específicas para velar por el adecuado desenvolvimiento de esta población etaria en el espacio.

Valoraciones

- Al carecer el país de un reglamento que regule los espacios mínimos que debería tener un centro diurno, se determinó por medio de la herramienta y bibliografía utilizada, el programa arquitectónico mínimo necesario para el idóneo funcionamiento de un centro diurno para adultos mayores.

- Se establecieron una serie de características necesarias en las aulas y la sala de ejercicios funcionales, pueden ser tomadas como referencia para el diseño adecuadamente de estos espacios.

4. TIPOLOGÍA DE VIVIENDA

Al determinar la importancia que tiene la vivienda para el adulto mayor, se realizó un levantamiento en los barrios dentro del área de influencia y se determinó que existían características constantes en la mayoría de las casas, como era el corredor frontal techado, el mobiliario para la estancia; y la vegetación, un jardín frontal o dentro del mismo corredor con diversas plantas en macetas, entre otros.

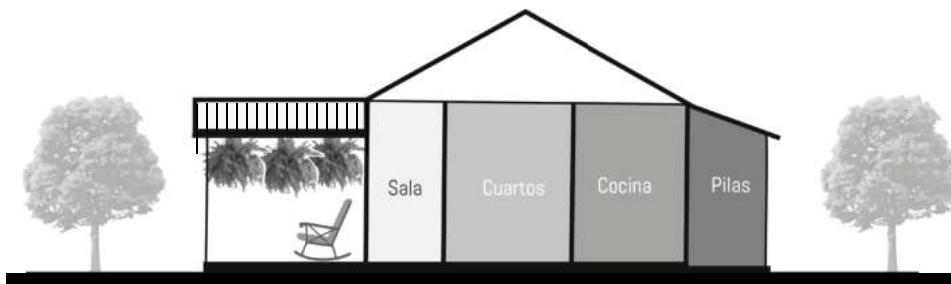


Diagrama C3.1: Tipología de vivienda. Fuente: Elaboración propia con características obtenidas de visitas y observaciones a diferentes barrios de la zona de influencia (2019)

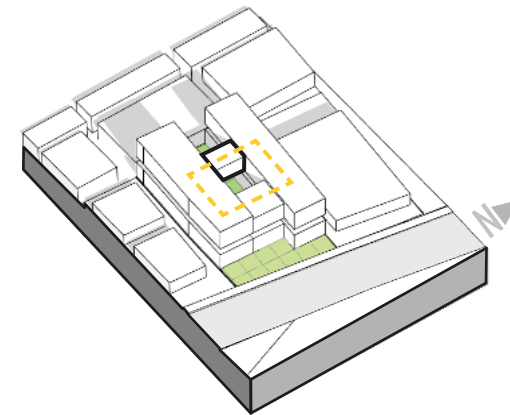
Valoraciones

- Debido a la carencia de investigaciones que expongan características edilicias y urbanas del cantón, hace que investigaciones como esta, muestren el funcionamiento actual de una zona específica.

- Se identifica el corredor frontal techado como un espacio característico de la tipología de vivienda del área estudiada.

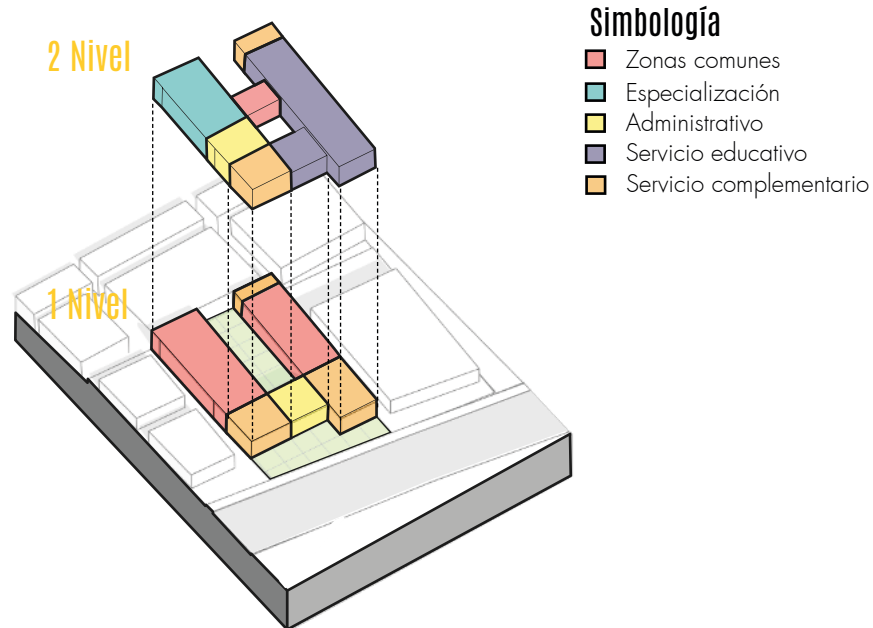
5. INTENCIONES DE FORMA Y FUNCIÓN

Al desarrollar el diseño del centro se busca realizar recorridos cerrados y simples para evitar la desorientación en las personas adultas mayores y utiliza el patio central como medio para incorporar dentro del diseño: la vegetación, ventilación e iluminación natural.



Diagramas C3.15: Volumen final.
Fuente: Elaboración propia (2020)

En cuanto a funcionamiento, se colocan espacios de uso diario y frecuente en el primer nivel del edificio, con la intención de colocar servicios específicos en el segundo nivel, que se visiten con menor frecuencia y así evitar constantes desplazamientos de las personas adultas mayores.



Diagramas C3.16: Zonificación. Fuente: Elaboración propia (2020)

Valoraciones

-Por medio del programa, la distribución y la apertura de espacios a las zonas de pasillo, se busca romper con algunos mitos y estereotipos del envejecimiento expuesto por el CONAPAM(2013) como lo son la pérdida de la autonomía y el deterioro intelectual de los adultos mayores.

6. TRANSFORMACIÓN DEL ESPACIO

Valoraciones

- Se busca por medio del ensanche de aceras, uso de vegetación a lo largo de la calle e iluminación, mejorar las condiciones peatonales de la vía frente al proyecto, esto se plantea al determinar en el análisis la importancia de esta ruta para los vecinos, estudiantes y adultos mayores que se dirigen al ebais, colegio, escuela y centro de formación.

- Se propone una bahía vehicular y una cubierta , para recibir a los adultos mayores que se trasladen en vehículo particular o



Figura C4.2: Render externo - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

BIBLIOGRAFÍA

Casa del Abuelo / Taller DIEZ 05. (2016). Recuperado de: https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/872702/casa-del-abuelo-taller-diez-05?ad_source=search&ad_medium=search_result_all

Casella, E. (2015). Estrategias De Socialización En La Tercera Edad (Licenciatura). Universidad Nacional de Rosario, Facultad de Ciencia Política y Relaciones Internacionales.

Centro de la Organización Mundial de la Salud para el Desarrollo Sanitario, Kobe (Japón). (2010). Medición del grado de adaptación de las ciudades a las personas mayores: guía para el uso de los indicadores básicos (p. 20). Kobe, Japón. Recuperado de: http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/AFC_Indicator_Guide_Pilot_Spanish.pdf

Chong, Carmona y Pérez. (2012). El análisis de sitio y su entorno en el desarrollo de proyectos arquitectónicos y urbanos. , RUA(8), pp.15-20.

Comisión Nacional de Emergencia (s.f.). Mapas de amenazas. Alajuela, San Carlos. https://www.cne.go.cr/reduccion_riesgo/mapas_amenazas/mapas_de_amaneza/alajuela/San%20Carlos.pdf

Comisión Nacional de Emergencia (s.f.). Mapas de amenazas. Alajuela, San Carlos. https://www.cne.go.cr/reduccion_riesgo/mapas_amenazas/mapas_de_amaneza/alajuela/San%20Carlos%20-%20descripcion%20de%20amenazas.pdf

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor & Universidad de Costa Rica. (2007). In 1 Informe de la situación de la persona adulto mayor en Costa Rica. San José. Retrieved from <http://www.conapam.go.cr/mantenimiento/ESPAM/espam.html>

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. (2014). Modalidades. San Jose. Recuperado de: <https://www.conapam.go.cr/modalidades/>

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. (2013). Mitos y Estereotipos del envejecimiento. (pp. 4,5,7,9,10). San José. Recuperado de: <https://www.conapam.go.cr/delconapam/>

Dirección de Investigación e Innovación Educativa del Tecnológico de Monterrey (s. f). Aprendizaje Colaborativo -Técnicas Didácticas (p. 2). Monterrey, México. Recuperado de: http://www.itesca.edu.mx/documentos/desarrollo_academico/metodo_aprendizaje_colaborativo.pdf

Durán, J. (28 de octubre del 2017). Solo la cuarta parte de adultos mayores tiene opción de trabajar en Costa Rica. La Nación. Recuperado de: <https://www.nacion.com/ciencia/salud/solo-la-cuarta-parte-de-adultos-mayores-tiene-opcion-de-trabajar-en-costa-rica/UEK47TX62BB25OL3Y5K5VBXM3U/story/>

Escobedo, S., & Santa-Cruz, N. (2018). "Neurociencia aplicada a la arquitectura en un centro integral de atención al adulto mayor en Pimentel, (p. 24) (Licenciatura). Universidad Nacional ". Pedro Ruíz Gallo", Perú.

Escudero, J. Passantino, L. (2003) Los Viejos En Su Casa, En Su Ciudad. Scripta Nova. Vol. VII, (146) . Recuperado de: [http://www.ub.edu/geocrit/sn/sn-146\(103\).htm](http://www.ub.edu/geocrit/sn/sn-146(103).htm)

Ghisellini, D. (2017). Centro Diurno Integral Joaquín y Ana: para el adulto mayor de Santa Ana (Licenciatura). Instituto Tecnológico de Costa Rica.

INEC. (2011). Datos de Censo 2011. San José, Instituto Nacional de Estadística y Censos.

Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO). (2011). Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia Programa. España: Programa Iberoamericano de Cooperación sobre la Situación del Adulto Mayor en la Región. Recuperado de: http://www.oiss.org/wp-content/uploads/2000/01/GUIA_DE_CENTROS_DE_DIA_prog-lb-def.pdf

Instituto Nacional de Vivienda y Urbanismo.(2018) Reglamento de Construcciones, pp.30, San José, Costa Rica, Recuperado de: <https://www.construccion.co.cr/Multimedia/Arquivo/3479>.

Lynch, K., & Revol, E. (2008). La imagen de la ciudad (p. 60). Barcelona, España: Editorial Gustavo Gili. Recuperado de: <https://taller1smcr.files.wordpress.com/2015/06/kevin-lynch-la-imagen-de-la-ciudad.pdf>

Ministerio de Salud. (2000). Manual de Normas para el funcionamiento de Establecimientos de Atención Integral a las Personas Adultas Mayores. (párr. 43) Recuperado de: http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=46801&nValor3=89001&strTipM=TC

Ministerio de Hacienda. (2017). Manual de Normas para el funcionamiento de Establecimientos de Atención Integral a las Personas Adultas Mayores. (p. 57) Recuperado de: https://www.hacienda.go.cr/docs/5a383b222f943_Manual%20de%20valores%20base%20octubre%202017.pdf

Ministerio de Hacienda, Departamento de arquitectura. (2014). Manual de requerimientos físicos y estandarización de espacios de oficina por orden funcional, para edificios del ministerio de hacienda (pp.). Recuperado de: https://www.hacienda.go.cr/docs/54f0ea405e6b2_Manual%20de%20requerimientos%20fisicos%20y%20estandarizacion%20de%20espacios%20de%20oficin....pdf. San José, Costa Rica.

Morales, F. (2014). ¿Donde viven los adultos mayores?. La Nación. Recuperado de: <https://www.nacion.com/opinion/foros/donde-deben-vivir-los-adultos-mayores/YOKUVOQJZREPLKK5FZ-YEVB2DHA/story/>

Municipalidad de San Carlos. (2016). INFORME GEOP-ES-017-2016 Estudio De Mecánica De Suelos, (p.4). Florencia. Recuperado de: <https://www.munisc.go.cr/documentos/Temporales/Anexo1%202017LA-000076-01.pdf>.

Municipalidad de San Carlos. (2014). Plan de Desarrollo Distrital, Florencia 2014-2024 (p.15). Ciudad Quesada.

Municipalidad de San Carlos. (s.f.). Datos Generales. San Carlos, CR: Municipalidad de San Carlos. <https://www.munisc.go.cr/>

Murillo, A. (2016). Costa Rica invertirá 16.000 millones en un canal terrestre entre el Atlántico y el Pacífico.El País. Recuperado de: https://elpais.com/internacional/2016/11/15/america/1479248853_874971.html

Narváez, O. (2017). Personas mayores y espacios públicos. El caso de la ciudad de Aguascalientes (1st ed., pp. 53-56). México: Universidad Autónoma de Aguascalientes.

Paniagua, A. (2018). Revitalización del Parque Temático “El Tucanito” (Licenciatura). Instituto Tecnológico de Costa Rica.

Parque Muelle. (2017). Zona Estratégica. Recuperado de: <https://www.parquemuelle.com/g=es&nrm=iso&tlng=es>

Presidencia de la República de Costa Rica. (2017). Notable avan-

ce de la carretera Naranjo-Florencia en San Carlos. San José. Recuperado de: <https://presidencia.go.cr/comunicados/2017/07/notable-avance-de-la-carretera-naranjo-florencia-en-san-carlos/>

Presidencia de la República de Costa Rica. (15 de marzo de 1989). Artículo 2. Desarrollo De La Comunidad. [LEY 3859 de 18998-G]. DO: “La Gaceta” N.º 110 de 9 de junio de 1989. Recuperado de: http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=29037&nValor3=30712&strTipM=TC

Presidencia de la República de Costa Rica. (2 de mayo de 1996). Artículo 46 bis. Igualdad De Oportunidades. [LEY 7600 de 8556]. DO: “La Gaceta”. Recuperado de: http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=58505&nValor3=64871&strTipM=TC.

Presidencia de la República de Costa Rica. (25 de octubre de 1999). Artículo 2. Ley Integral Para La Persona Adulta Mayor. [LEY 7935]. DO: “La Gaceta”. Recuperado de: http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=43655&nValor3=95259&strTipM=TC

Presidencia de la República de Costa Rica. (11 de octubre de 1982). Artículo 96. Antejardín frente a calle pública. Ley

Integral Para La Persona Adulta Mayor. [LEY 7935]. DO: "La Gaceta". Recuperado de: http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=43655&nValor3=95259&strTipM=TC

Procuraduría General de la República. (2012). Manual de Normas para el funcionamiento de Establecimientos de Atención Integral a las Personas Adultas Mayores. San José. Recuperado de: https://http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=46801&nValor3=89001&strTipM=TC

Ramos, García y Miranda. (2016). El envejecimiento activo: importancia de su promoción para sociedades envejecidas. *Revista Archivo Médico de Camagüey*, 20(3), 330-337. Recuperado en 08 de junio de 2019, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552016000300014&lng=es&tlng=es.

Rodríguez, I. (13 de Julio del 2015). Contacto con la naturaleza mejora vida de ancianos. *La Nación*. Recuperado de: <https://www.nacion.com/ciencia/salud/contacto-con-naturaleza-mejora-vida-de-ancianos/DA77TQVPUZG47KG-QWXXBZPJUXQ/story/>

Samaniego, N. (8 de octubre 2015). El adulto mayor frente a las nuevas tecnologías. *La Prensa*, párr. 4. Recupera-

do de: https://www.prensa.com/tecnologia/TECNOLOGIA-ABUELO-EDUCACION-INFORMATICA-SOCIEDAD-FAMILIA_0_4318818254.html

Sanchez-Gonzalez, D. (2009) Contexto ambiental y experiencia espacial de envejecer en el lugar: el caso de Granada. (15), n.60, pp.175-213. Recuperado de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1405-74252009000600008&ln

Sanchez-Montañés, B. (2014). Arquitectura Bioclimática: Conceptos y técnicas. *Ecohabitar*. Recuperado de <http://www.ecohabitar.org/conceptos-y-tecnicas-de-la-arquitectura-bioclimatica-2/>

Santiesteban, I., Pérez, M., Velázquez, N., & García, N. (2009). "Calidad de vida y su relación con el envejecimiento" (p. 2). Recuperado de: <http://www.cocmed.sld.cu/no132/no132rev1.htm>

Segovia, O. y Oviedo, E. (2000). Espacios públicos en la ciudad y el barrio. En Segovia, O. Dascal, G. (Eds.). *Espacio público, participación y ciudadanía*. Colección Estudios Sociales, Ediciones Sur. Santiago de Chile

Segura, L. (2017). Centro Integral para el adulto mayor - Mata Platano de Goicoechea (Licenciatura). Instituto Tecnológico de Costa Rica.

Solís, S. (2017). Formulación de perfil de proyecto social para un centro diurno para atención al adulto mayor (Bachillerato). Instituto Tecnológico de Costa Rica.

Soliz y Maldonado. (2012). Guía de metodologías comunitarias participativas. Recuperado de: <http://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/3997/1/Soliz,%20F-CON008-Guia5.pdf>

Tello, C., Negrete, S., Pacheco, S., Rico, M., & Zurob, C. (2018). RedActiva: Fomentando la movilidad de los adultos mayores en la ciudad (p. 22). Santiago, Chile. Recuperado de: https://static1.squarespace.com/static/5a21610890bade1ee622d6ce/t/5ab9aabc-03ce64c09d3bcb02/1522117333296/180327_RedActiva_web.pdf

United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2017). World Population Prospects 2017 – Data Booklet (ST/ESA/SER.A/401)

Villalobos, O. (25 de febrero de 2015). Cómo hacer un taller participativo. Journal Rural. Recuperado de: <http://journalrural.com/como-preparar-un-taller-participativo/>

Zúñiga, M. (2013). Estrategias espaciales para la persona adulta mayor basada en conceptos de la neuroarquitectura, (p. 29-30) (Licenciatura). Universidad de Costa Rica.

Herramientas

Revit - Modelado 3D, sombras según día del año

Revit Insigth - Radiación solar en fachadas e Iluminación Interna

Google Maps - Mapas de flujo vehicular según día y hora

Google Earth - Perfil de Terreno

SNIT - Infraestructura Nacional de datos espaciales de Costa Rica del Registro Nacional

Entrevistas

Contreras, P. (2019). Espacios para ejercicios funcionales, enfocado en adultos mayores [en persona]. San Pedro, Montes de Oca.

Mora, A. (2019). Administrador de Centro Diurno de Ciudad Quesada [en persona]. Ciudad Quesada, San Carlos.

Viquez, M. (2019). Áreas de educativas enfocadas en adultos mayores [en persona]. San Pedro, Montes de Oca.

REFERENCIAS DE IMAGENES

PORTADA

Figura 1: Personas Adultas Mayores. Fuente: <https://www.monitorexpresso.com/wp-content/uploads/2019/12/ancianos-ma-nos-de-anciano-704x400.jpg>

CAPÍTULO INTRODUCTORIO

Figura Ci.1: Apretón de manos, Fuente: <https://www.monitorexpresso.com/wp-content/uploads/2019/12/ancianos-ma-nos-de-anciano-704x400.jpg>

Figura Ci.2 - Asociación distrital de Florencia de San Carlos. Fuente: <https://www.facebook.com/1806442929382122/photos/a.1806443086048773/1806443012715447/?type=1&theater>

Figura Ci.3: La Casa del Abuelo. Fuente: <https://www.plataformarquitectura.cl/cl/872702/casa-del-abuelo-taller-diez-05>

Figura Ci.4: La Casa del Abuelo. Fuente: <https://www.plataformarquitectura.cl/cl/872702/casa-del-abuelo-taller-diez-05>

Figura Ci.5: La Casa del Abuelo. Fuente: <https://www.plataformarquitectura.cl/cl/872702/casa-del-abuelo-taller-diez-05>

Figura Ci.6: Centro Diurno de Ciudad Quesada. Fuente: Autoría Propia

Figura Ci.7: Vista externa 1. Fuente: Trabajo final de graduación CIAM Mata de Platano (Laura Segura, 2017)

Figura Ci.8: Vista externa 2. Fuente: Trabajo final de graduación CIAM Mata de Platano (Laura Segura, 2017)

Figura Ci.9: Corte. Fuente: Trabajo final de graduación Revitalización del Parque Temático "Tucanito" (Paniagua, 2018)

Figura Ci.10: Vista Interior. Fuente: Trabajo final de graduación Revitalización del Parque Temático "Tucanito" (Paniagua, 2018)

Figura Ci.11: Vista exterior. Fuente: Trabajo final de graduación Revitalización del Parque Temático "Tucanito" (Paniagua, 2018)

Figura Ci.12: Aula de Antigua Escuela Carlos Maroto. Fuente: Autoría Propia (2019)

Figura Ci.13: Ventanal de Aula de Antigua Escuela Carlos Maroto. Fuente: Autoría Propia (2019)

Figura Ci.14: Parqueo De Antigua Escuela Carlos Maroto. Fuente: Autoría Propia (2019)

Figura Ci.15: Centro Diurno de la Tigra. Fuente: Autoría Propia (2019)

Figura Ci.16: Centro Diurno de Ciudad Quesada. Fuente: Autoría Propia (2019)

Figura Ci.17: Centro Diurno de La Fortuna. Fuente: Autoría Propia (2019)

Figura Ci.18: Celebración Del Día De La Madre. Fuente: Autoría

Propia (2019)

CAPÍTULO 1

Figura C1.1: Taller Consultivo. Fuente: Autoría Propia (2019)

Figura C1.2 Terraza con vegetación. Fuente: <https://i.pinimg.com/originals/51/c9/61/51c961a3b3d3e5ee3ab4a537c9d1d576.jpg>

Figura C1.3: Centro Indígena Kapaclajui. Fuente: <https://www.experimenta.es/wp-content/uploads/2014/08/8-Mike-y-Ale.jpg>

Figura C1.4: ventanas. Fuente: <https://i.pinimg.com/236x/a4/e3/fe/a4e3fe074c14e47fb33b05ce1cb5fc32-classroom-images-multifuncional.jpg>

Figura C1.5: Galería de Pabellón Bes. Fuente: <https://i.pinimg.com/236x/d6/f2/da/d6f2daf7818d55ff820879742cc1d907.jpg>

Figura C1.6: Taller Consultivo 2. Fuente: Autoría Propia (2019)

CAPÍTULO 2

Figura C2.1: Fotografías de Centro Diurno para el Adulto Mayor de Ciudad Quesada Fuente: Autoría propia(2019)

Figura C2.2: Fotografías de Centro Diurno para el Adulto Mayor de La Tigra Fuente: Autoría propia (2019)

Figura C2.3: Fotografías de la Casa del Abuelo Fuente: Luis Gordo, recuperado de: https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/872702/casa-del-abuelo-taller-diez-05?ad_source=search&ad_medium=search_result_all (2016)

ch&ad_medium=search_result_all (2016)

Figura C2.4: Fotografías de Centro de día I casal de gent Gran de Blancafort Fuente: Adrià Goula, recuperado de: <https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/783915/centre-de-dia-i-casal-de-gent-gran-de-blancafort-guillem-carrera> (2013)

Figura C2.5: Consultorio médico. Fuente: <http://www.rtv.org.mx/masnoticias/wp-content/uploads/sites/13/2019/06/WhatsApp-Image-2019-06-11-at-14.47.33.jpeg> (2019)

Figura C2.6: Servicio Sanitario accesible Fuente: http://www.masdeco.cl/wp-content/uploads/2017/05/Imagen_MG_1760.jpg (2019)

Figura C2.7: Servicio Sanitario accesible con baño Fuente: <https://laguardia-moreira.com/wp-content/uploads/2019/01/C%C3%B3mo-adaptar-un-ba%C3%B1o-para-personas-mayores.jpg> (2019)

Figura C2.8: Baño accesible. Fuente: <https://i.pinimg.com/originals/49/35/77/4935779f288c8f4b0f24c4b21b451b5a.jpg> (2019)

Figura C2.9: Ejercicios funcionales. Fuente: <https://www.elisamoreno.com/tratamientos-de-rehabilitacion/rehabilitacion-tras-accidente-cerebrovascular-ictus-derrame/> (2019)

Figura C2.10: Ejercicios con bandas elasticas. Fuente: <https://>

<https://www.redadultomayor.org/quienes-son-y-que-hacen-los-nuevos-adultos-jovenes-en-la-argentina/>(2019)

Figura C2.11: Ejercicios cognitivos. Fuente: <https://i.pinimg.com/564x/ea/9b/38/ea9b3809c2e8a22aa7cfc-f0706e783a7.jpg> (2019)

Figura C2.12: Aulas Teóricas. Fuente: <https://i.pinimg.com/564x/f1/77/95/f177956eb8e73896cc898fd-91247d3d5.jpg> (2019)

Figura C2.13: Aulas Teóricas. Fuente: <https://www.pinterest.es/pin/587367976381707345/> (2019)

CAPÍTULO 3

Figura C3.1: Fotografía satelital de Florencia. Fuente: Autoría Propia (2019)

Figura C3.2: Parque de Ciudad Quesada. Fuente: <https://www.flickr.com/photos/jairomurillophoto30/5546145590> (2019)

Figura C3.3: Finca Ganadera en San Carlos. Fuente: <https://fincasylotesensancarloscostarica.com/Sivendemos/fincas-para-ganaderia-y-agricultura-en-san-carlos-y-zona-norte-de-costa-rica/> (2019)

Figura C3.4: Vista Satelital de Florencia. Fuente: <https://www.google.com/maps/@10.3686928,-84.4727608,7126m/data=!3m1!1e3> (2019)

ta=!3m1!1e3 (2019)

Figura C3.5: Parque Industrial de Muelle. Fuente: <https://www.parquemuelle.com/zona-estrategica.html>. (2019)

Figura C3.6: Canal Seco Interoceánico. Fuente: https://ep01.epimg.net/internacional/imagenes/2016/11/15/america/1479248853_874971_1479322503_sumario_normal.png (2019)

Figura C3.7: Nueva carretera a San Carlos (Naranjo - Florencia). Fuente: https://ep01.epimg.net/internacional/imagenes/2016/11/15/america/1479248853_874971_1479322503_sumario_normal.png (2019)

Figura C3.8: Área de influencia actual de las reuniones bimestrales. Fuente: Autoría Propia con datos del Grupo Focal (2019)

Figura C3.9: Conteo de servicios de los barrios donde provienen los adultos mayores. Fuente: Autoría Propia con datos del Grupo Focal y visitas(2019)

Figura C3.10: Mapeo de cercanía a hitos, borde y paradas de transporte público. Fuente: Autoría propia con datos obtenidos por las visitas y observaciones (2019)

Figura C3.11: Mapeo de flujos y nodos. Fuente: Autoría propia con datos obtenidos por las visitas y observaciones (2019)

Figura C3.12: Zonificación municipal. Fuente: https://idesca.munisc.go.cr/catalogue/csw_to_extra_format/42694cb8-3a1a-11ea-9c32-0242ac120005/Plan%20Regulador%20Cantón%20San%20Carlos.html

Figura C3.13: Zonificación actual. Fuente: Elaboración propia con datos obtenidos por las visitas y observaciones. (2019)

Figura C3.14: Collage con fotografías de viviendas de los barrios del área de influencia. Fuente: Elaboración propia con fotografías tomadas en las visitas de los barrios (2019)

Figura C3.15: Curvas de nivel cada 10 m. Fuente: Elaboración propia con fotografía satelital y datos del SNIT (2019)

Figura C3.16: Fotografía del lote del proyecto. Fuente: Autoría Propia (2019)

Figura C3.17: Visual hacia el norte del lote. Fuente: Autoría Propia (2019)

Figura C3.18: Visual hacia el sur del lote. Fuente: Autoría Propia (2019)

Figura C3.19: Carretera 141- Centro de Florencia. Fuente: https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fmapio.net%2Fpic%2Fp-50431542%2F&psig=AOvVaw3sg_7c7mF_4rl-8M7z6aVN-&ust=1587956323911000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxaFwoTCMDJ28eMhekCFQAAAAAdAAAAAB-

AD (2019)

Figura C3.20: Visualización del proyecto. Fuente: Autoría Propia (2020)

Figura C3.21: Ubicación de las columnas y luces entre ellas. Fuente: Elaboración propia (2019)

Figura C3.22: Corte estructural A.A. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.23 : Geometría de metaldeck 2". Fuente: <https://www.metalco.net/documentos/manual-instalacion-metaldeck.pdf> (s.f)

Figura C3.24: Vigas de Concreto y Metaldeck Fundidas Monolíticamente". Fuente: <https://www.metalco.net/documentos/manual-instalacion-metaldeck.pdf> (s.f)

Figura C3.25 : Simbología de Análisis de Insolación promedio. Fuente: Autoría propia realizada en el plugin de Insight,(2019)

Figura C3.26 : Planta de distribución 1 - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.27: Planta de distribución 2 - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.28: Planta de techos - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.29: 1 Nivel Isométrico- Centro Diurno de Florencia.

Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.30: 2 Nivel Isométrico- Centro Diurno de Florencia.
Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.31: Manejo de aguas pluviales - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.32: Manejo de agua residual - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.33: Sistema séptico de doble etapa - Centro Diurno de Florencia. Fuente: <https://lacasadeltanque.com/wp-content/uploads/2017/08/DOBLE-ETAPAV1.pdf>

Figura C3.34: Fachada este- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.35: Corte Longitudinal A.A - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.36 : Corte Longitudinal B.B - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.37: Corte Transversal C.C - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.38: Corte Transversal D.D - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.39: Visualización externa- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.40: Diseño urbano. Fuente: Autoría Propia (2019)

Figura C3.41: Vía compartida-Diseño urbano. Fuente: Autoría Propia (2019)

Figura C3.42: Render externo 1- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.43: Render externo 2- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.44: Render externo 3- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.45: Render interno- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.46: Recepción 1- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.47: Recepción 2 - Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.48: Recepción 3 - Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.49: Patio Central 1- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.50: Patio Central 2- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.51: Patio Central 3- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.52: Gimnasio 1- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.53: Gimnasio 2- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.54: Gimnasio 3- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.55: Comedor 1- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.56: Comedor 2- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.57: Comedor 3- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.58: Sala de estar 1- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.59: Sala de estar 2- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.60: Sala de estar 3- Primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.61: Sala de estar 1- Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.62: Sala de estar 2- Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.63: Sala de estar 3- Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.64: Oficina 1- Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.65: Oficina 2- Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.66: Consultorio - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.67: Aula Auxiliar 1 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.68: Aula Teórica - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.69: Aula Auxiliar 2 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.70: Estancia Cómputo - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.71: Estancia Cómputo 2 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.72: Estancia Cómputo 3 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.73: Aula Práctica 1 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.74: Aula Práctica 2 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.75: Aula Práctica 3 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.76: Aula Multiuso 1 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.77: Aula Multiuso 2 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.78: Aula Multiuso 3 - Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C3.79 : El Tipo Ea06 Fuente: [https://www.hacienda.go.cr/docs/5a383b222f943_Manual%20de%20valores%20](https://www.hacienda.go.cr/docs/5a383b222f943_Manual%20de%20valores%20base%20octubre%202017.pdf)

[base%20octubre%202017.pdf](https://www.hacienda.go.cr/docs/5a383b222f943_Manual%20de%20valores%20base%20octubre%202017.pdf)

Figura C3.80: El Tipo Ea07 Fuente: https://www.hacienda.go.cr/docs/5a383b222f943_Manual%20de%20valores%20base%20octubre%202017.pdf

CAPÍTULO 4

Figura C4.1: Render externo 5- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C4.2: Render externo 6- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura C4.3: Render externo 7- Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

ANEXO

Figura A1: Ficha para definir actividades - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

Figura A2: Fichas con imágenes para determinar pautas de diseño. Fuente: Elaboración propia (2020)

REFERENCIAS DE DIAGRAMAS

CAPÍTULO INTRODUCTORIO

Diagrama Ci 1: Cantón de San Carlos. Fuente: Elaboración propia

Diagrama Ci 2: Distrito de Florencia. Fuente: Elaboración propia

Diagrama Ci 3: Barrio de Florencia. Fuente: Elaboración propia

Diagrama Ci 4: Población adulta mayor del cantón de San Carlos. Fuente: Elaboración propia

Diagrama Ci 5: Población adulta mayor del distrito de Florencia. Fuente: Elaboración propia

Diagrama Ci 6: Población adulta mayor del barrio de Florencia. Fuente: Elaboración propia

CAPÍTULO 2

Diagrama C2.1: Consultorio médico. Fuente: Trabajo final de graduación Centro Integral Joaquín y Ana para el adulto mayor-Diana Ghisellini Marín (2017)

Diagrama C2.2: Dimensiones de servicio sanitario. Fuente: Trabajo final de graduación Diseño para todos: Centro Integral Comunitario, Daniel Jiménez,(2019)

Diagrama C2.3: Dimensiones de servicio sanitario. Fuente: Trabajo final de graduación Diseño para todos: Centro Integral Comunitario, Daniel Jiménez,(2019)

Diagrama C2.4: Altura de lavatorios y servicio sanitario en vista de corte.Fuente: Trabajo final de graduación Centro Integral Joaquín y Ana para el adulto mayor-Diana Ghisellini Marín (2017)

Diagrama C2.5: Dimensiones baños. Fuente: Trabajo final de graduación Centro Integral Joaquín y Ana para el adulto mayor-Diana Ghisellini Marín (2017)

Diagrama C2.6: Dimensiones de comedor. Fuente: Trabajo final de graduación Centro Integral Joaquín y Ana para el adulto mayor-Diana Ghisellini Marín (2017)

Diagrama C2.7: Dimensiones de comedor. Fuente: Trabajo final de graduación Centro Integral Joaquín y Ana para el adulto mayor-Diana Ghisellini Marín (2017)

CAPÍTULO 3

Diagrama C3.1: Tipología de vivienda. Fuente: Elaboración propia con características obtenidas de visitas y observaciones a diferentes barrios de la zona de influencia (2019)

Diagramas C3.2: Análisis solar del modelo en los solsticios y equinoccios. Fuente: Elaboración propia con programa Revit.(2019)

Diagramas C3.3: Representación de dirección del viento en el lote. Fuente: Elaboración propia con programa Revit(2019)

Diagramas C3.4: Pauta 1. Fuente: Elaboración propia(2019)

REFERENCIAS DE GRÁFICOS

CAPÍTULO INTRODUCTORIO

Gráfico Ci.1: Porcentaje de adultos mayores de los cantones de la provincia de Alajuela. Fuente: Elaboración propia con datos del INEC

Gráfico Ci.2: Porcentaje de adultos mayores de los distritos del cantón de San Carlos. Fuente: Elaboración propia con datos del INEC

CAPÍTULO 1

Gráfico C1.1: Género de los adultos mayores que asisten al taller. Fuente: Elaboración propia

Gráfico C1.2: Rango de edad de los adultos que asisten al taller. Fuente: Elaboración propia

Gráfico C1.3: Medio en el que los adultos mayores que asisten al taller. Fuente: Elaboración propia

Gráfico C1.4: Antigua ocupación de los adultos mayores que asisten al taller. Fuente: Elaboración propia

Gráfico C1.5: Propuesta de actividades para el programa arquitectónico definido por los adultos mayores en el taller. Fuente: Elaboración propia.

Gráfico C1.6: Proyección de la población adulta mayor del 2019-2025 en Florencia de San Carlos. Fuente: Elaboración propia con

Diagramas C3.5: Pauta 2. Fuente: Elaboración propia(2019)

Diagramas C3.6: Pauta 3. Fuente: Elaboración propia(2019)

Diagramas C3.7: Cuadrícula Generadora. Fuente: Elaboración propia (2019)

Diagramas C3.8: Lote. Fuente: Elaboración propia (2020)

Diagramas C3.9: Bloque Base. Fuente: Elaboración propia (2020)

Diagramas C3.10: Retiro en el bloque. Fuente: Elaboración propia (2020)

Diagramas C3.11: División del bloque en dos. Fuente: Elaboración propia (2020)

Diagramas C3.12: Conexión en el primer nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Diagramas C3.13: Extrusión de volumen 2. Fuente: Elaboración propia (2020)

Diagramas C3.14: Segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2020)

Diagramas C3.15: Volumen final. Fuente: Elaboración propia (2020)

Diagramas C3.16: Zonificación. Fuente: Elaboración propia (2020)

datos del INEC

CAPÍTULO 3

Gráfico C3.1: Corte longitudinal del terreno. Fuente: Elaboración propia con datos de la herramienta del perfil de Google Earth

CAPÍTULO INTRODUCTORIO

Tabla Ci1: Tabla Legal. Fuente: Elaboración propia

Tabla Ci 2: Cuadro Metodológico. Fuente: Elaboración propia

REFERENCIAS DE TABLAS

CAPÍTULO 2

Tabla C2.1: Cuadro de evaluación de caso nacional - Centro diurno de Ciudad Quesada, referenciada con datos de la "Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia" (IMSERSO,2011) Fuente: Elaboración propia

Tabla C2.2: Cuadro de evaluación de caso nacional - Centro diurno La Tigra, referenciada con datos de la "Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia" (IMSERSO,2011) Fuente: Elaboración propia

Tabla C2.3: Cuadro de evaluación de caso internacional - casa del abuelo, referenciada con datos de la "Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia" (IMSERSO,2011) Fuente: Elaboración propia

Tabla C2.4: Cuadro de evaluación de caso internacional - Centro de día I casal de gent Gran de Blancafort, referenciada con datos de la "Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia" (IMSERSO,2011) Fuente: Elaboración propia

Tabla C2.5: Cuadro de análisis comparativo de casos de estudio, referenciada con datos de la "Guía sobre Centros de Día para personas mayores en situación de dependencia"(IMSERSO,2011) y casos de estudio. Fuente: Elaboración propia

CAPÍTULO 3

Tabla C3.1: Programa Arquitectónico del centro diurno. Fuente: Elaboración Propia (2019)

Tabla C3.2: Costo Aproximado con datos del Manual De Valores Base Unitarios Por Tipología Constructiva, del Ministerio de Hacienda. Fuente: Elaboración Propia (2019)

Tabla C3.3: Costo Aproximado con datos del Manual De Valores Base Unitarios Por Tipología Constructiva, del Ministerio de Hacienda. Fuente: Elaboración Propia (2019)

ANEXOS

ANEXO 1: Cuestionario semi estructurado para grupo focal (Introdutorio)

¿En qué parte del distrito de Florencia residen?

Esta pregunta buscaba obtener la localización geográfica de los adultos que visitan las reuniones actuales, con la intención de obtener un área de influencia actual según los lugares de donde provienen los adultos.

¿Cuántos años tiene de vivir en Florencia?

Esta busca saber sobre el arraigo al distrito de los adultos mayores que asisten actualmente a las reuniones en el centro de Formación cada quincena.

¿Qué tipo de trabajos han desempeñado?

Busca establecer características económicas, educacionales, rasgos emprendedores y estilo de vida.

¿Por qué vienen a las reuniones de adultos mayores?

Me permite conocer motivaciones personales que los hacen trasladarse hasta las reuniones y beneficios que genera que los adultos mayores se reúnan y tengan espacios para la recreación y el esparcimiento.

¿Por qué es importante la construcción de un centro Diurno para adulto Mayor en Florencia?

La perspectiva general que los adultos mayores tienen del proyecto y la importancia que tiene para ellos la construcción del centro diurno.

¿Qué tipo de actividades les interesaría realizar en el centro?

Gustos preferencias, habilidades e intereses de los adultos en las distintas actividades y los espacios que estos necesitan para su correcto desarrollo.

¿Qué creen ustedes que se puede mejorar del aula donde se encuentran actualmente cada quincena?

La perspectiva actual que tienen los adultos mayores sobre el aula del centro de Formación en la que se encuentran actualmente.

ANEXO 2: Fichas para seleccionar actividades a realizar en el centro.

Los "post it" rosas, significa que no les gustaría y verdes que sí les gustaría.

Aquí se colocan imágenes de actividades.



Eventos con la Comunidad
o Celebraciones



Ejercicios o Terapia



Lectura



Capacitaciones o charlas



Aquí se colocan "post it"



Scanned with
CamScanner

CS

Figura A1: Ficha para definir actividades - Centro Diurno de Florencia. Fuente: Elaboración propia (2020)

ANEXO 3: Fichas con imágenes para determinar pautas de diseño.

Los "post it" verdes significan que fueron escogidos por que les gusta alguna característica.



Figura A2: Fichas con imágenes para determinar pautas de diseño. Fuente: Elaboración propia (2020)

ANEXO 4: Entrevista a Armando Mora, administrador del Centro Diurno de Ciudad Quesada

¿Qué funcionarios trabajan diariamente en el centro diurno?

En el centro trabaja diariamente el conserje, dos cocineras, y yo (administrador), sin embargo requiero contratar una secretaria que nos ayude recibiendo la gente que llega y colaborando con la recolección de los fondos que donan algunas empresas.

¿De qué se encarga cada funcionario?

- El conserje limpia el centro y los servicios sanitario durante la mañana, luego se retira.
- Las cocineras sirven el desayuno, almuerzo y meriendas de la mañana y tarde. Recibe los productos, almacenan y preparan los platillos, además de mantener aseada el área de la cocina.
- Yo actualmente manejo las donaciones distribuyéndolas entre el mantenimiento del edificio y suministro de alimentos y materiales que se ocupen dentro del centro. Por el momento también me encargo de recibir a las personas que lo visitan, ir a diferentes empresas a negociar posibles donaciones, coordinar actividades para recaudar fondos y dar visibilidad al centro dentro del distrito de Quesada por medio de redes sociales, pero la idea es que la secretaria me colabore con algunas de esas funciones.

¿Qué otros profesionales visitan el centro diurno?

Al centro lo visitan un doctor, una psicóloga, una trabajadora social, una profesora y un entrenador físico y a veces vienen personas a enseñarles manualidades

¿Cada cuánto tiempo visitan el centro diurno?

El doctor, la psicóloga y trabajadora social vienen mínimo una vez a la semana cada 22 días, la profesora una vez a la semana y el entrenador dos veces a la semana.

¿Qué funciones desempeñan?

- El doctor realiza revisiones generales a los adultos que asisten y algunas veces da charlas sobre cuidados con medicamentos e importancia del chequeo.
- La psicóloga y trabajadora social realizan sesiones individuales y grupales para ver la condición actual de los adultos mayores.
- La profesora les enseña a leer y a escribir a las personas mayores que no sepan hacerlo, y da clases a los adultos que quieran continuar la escuela o el colegio. Además, realiza ejercicios cognitivos con los adultos, principalmente a los que tenga alguna enfermedad degenerativa como el Parkinson.
- El entrenador físico da clases de zumba para adultos mayores y baile.

¿En que espacios desarrollan sus funciones estos profesionales?

- El doctor posee su propio consultorio, la psicóloga y trabajadora social realizan las sesiones individuales en algunas de las aulas y las grupales en el área de comedor. La profesora divide el grupo en dos utiliza un aula para las personas que quieren continuar sus estudios y el área de juegos para los adultos que realizan ejercicios cognitivos y los que están aprendiendo a leer y escribir.
- Las personas que ocasionalmente vienen a impartir cursos de manualidades o cómputo, utilizan el aula práctica donde se encuentran 6 computadoras, lockers y mesas para trabajar las manualidades.

¿Cuáles son algunos de los problemas espaciales que ha detectado usted como administrador, cuando estos profesionales desempeñan sus funciones?

- El consultorio es un poco pequeño por lo que el espacio para atender a los adultos es reducido.
- En el caso de la profesora al tener los grupos tan largo uno del otro debe permanecer trasladándose de un lado a otro para atender a las dudas de los adultos.
- El entrenador ocupa un espacio cercano a una toma para colocar el equipo de sonido.
- Las personas que vienen a dar cursos de manualidades tienen el problema que el aula es muy oscura y caliente lo que dificulta a los adultos mayores trabajar, por lo que normalmente decide impartir las clases en el área de juegos de mesa.

¿Cuál es horario del centro diurno?

El centro diurno funciona de lunes a viernes de 7am a 4 pm

¿Qué actividades diarias realizan en el centro diurno a lo largo del día?

Los adultos mayores son libres a realizar cualquier actividad, se tiene un horario establecido para las clases, celebraciones religiosas o actividades físicas, por lo que asisten los que gusten participar, lo único establecido son los horarios de desayuno, almuerzo y meriendas.

¿Cuáles manualidades u oficios desempeñan los adultos mayores dentro centro?

Ellos pueden estar en el área de juegos de mesa, sala de televisión, sembrar en la zona verde, hacer ebanistería o manualidades, usar las computadoras o simplemente descansar y conversar con otras personas mayores.

¿Qué tipo de eventos o actividades especiales se llevan a cabo dentro del centro diurno?

Se realizan celebraciones durante el año de días festivos, cumpleaños y bingos con la comunidad para recaudar fondos. También se realizan celebraciones religiosas en un espacio de capilla junto al centro.

¿El espacio actual se adapta correctamente a estas actividades?

Se utiliza el espacio de comedor para realizar estas actividades ya que es el espacio más amplio en el centro.

¿Cuáles son algunos de los aspectos positivos, que usted como adminis-

trador, a detectado en el diseño del centro diurno?

- El monitor que se trabajo provee de mucha luz y ventilación a lo largo del año.
- El centro se encuentra en un lote quebrado por lo que se trabajó rampas y medios niveles en el diseño.
- Se trabajo un espacio para actos religiosos, esto ha sido importante para los adultos mayores.
- Las diversas alianzas con la CCSS, el MEP y grupos religiosos ha generado una variedad de actividades dentro del centro.

¿Cuáles son algunos aspectos que le gustaría mejorar en el diseño actual del centro diurno de Ciudad Quesada?

- La carencia de un espacio de recepción, ya que aquí podría estar la secretaria recibiendo a adultos mayores interesados o respondiendo dudas, además tendríamos un mejor control de quien entra o sale del centro.
- Un paso para vehículos hasta la parte trasera del centro, ya que ahí se encuentra el área de mantenimiento y se realizan las actividades de ebanistería y actualmente no se deben trasladar los materiales manualmente.
- Mejoraría ya sea La cocina cerca del frente del lote o que el parqueo de carga llegue a un costado de ésta, ya que para guardar los suministros de alimentos que traen al centro y llenar el tanque de gas actualmente es complicado.
- Ventilaría e iluminaría ya sea con un monitor o ventanas las aulas teóricas y prácticas.

¿Actualmente como se mantiene económicamente el centro diurno?

Actualmente se mantiene por los fondos que empresas o familiares de los adultos nos dan, sin embargo, se están realizando los trámites para que la Junta de Protección Social o el Consejo Nacional del Adulto Mayor, nos colaboren con el mantenimiento del edificio.

ANEXO 5: Entrevista a Pamela Contreras, bachiller en Ciencias del Movimientos Humano enfocada en adultos mayores

¿Cuál es su formación académica?

Actualmente tengo un bachiller en Ciencias del Movimiento Humano y realizó mi maestría en la Universidad de Costa Rica

¿A trabajado con adultos mayores?

Sí, durante el bachiller realice varios cursos enfocados en esta población, además mi práctica profesional y mi trabajo final de graduación estuvieron enfocados a las personas mayores. Por lo que trabajé con dos centros diurnos ubicados en Turrialba y actualmente trabajo con adultos mayores, en el área de natación y ejercicios acuáticos.

¿Que tipo de actividades realizó mientras trabajó en los Centros Diurnos ?

Bueno se trabajaron ejercicios funcionales que abarcan desde el aspecto físico hasta el aspecto cognitivo. La actividades variaban según las características del lugar en donde se realizaban.

La actividades estaban acompañadas con música y según las dificultades de los diferentes adultos mayores que asistían se trabajan ejercicios físicos sentados en sillas, ejercicios cognitivos, con rompecabezas, texturas y patrones o ejercicios mixtos.

¿Que requerimientos específicos en el espacios de trabajo sugiere para

evitar lesiones en los adultos mayores ?

En los centros diurnos que he trabajado las condiciones del espacio no son las óptimas ya que los adultos mayores trabajan el salón comunal de la comunidad. Sin embargo se busca:

- Un piso antideslizante y que amortigüe, ya que actividades como el baile y algunos ejercicios funcionales tienen cierto impacto que podría causar un daño a futuro en el adulto.
- Un lugar bien ventilado e iluminado, ya que muchos adultos mayores poseen enfermedades respiratorias.
- Bordes de columnas o paredes sean lujados o protegidos para prevenir lesiones en la piel de los adultos que se golpeen.
- Agarraderas en algunos puntos para que las personas que tengan alguna dificultad física puedan realizar de una manera más segura y fácil.
- Un espejo de cuerpo completo, esto para estimular la conciencia corporal.
- El uso del color es importante, ya que influye en el estado de ánimo de quienes están en el espacio.

Según su experiencia que otras consideraciones se deben tomar en cuenta al diseñar estos espacios

- Este **espacio debe estar cercano a la batería de baños**, muchos adultos poseen incontinencia urinaria, se recomienda tener duchas en las baterías de baños.
- Es necesaria una **bodega espacio cercana y accesible**, ya que se recomienda que los adultos elijan y recojan el material con que quieren trabajar esto para reforzar la autonomía.
- Esta bodega **debe estar ventilada para evitar que el material se dañe y esto a futuro le genere problemas al adulto mayor**.

¿ Que materiales son necesarios para las actividades dentro del espacio de trabajo?

- Es indispensable tener **sillas que no se resbalen**, ya que hay adultos por su condición médica no pueden realizar ejercicios de pie, pero si sentados.
- **Una o dos mesas para realizar ejercicios cognitivos** como armar rompecabezas con texturas y vincularlos con ejercicios físicos.
- Un equipo para poner **música**.
- **Pesas**

Otros materiales que se puede usar para realizar ejercicio con personas de la tercera edad son:

- Colchonetas para ejercicios de respiración
- Conos
- Bolas de gimnasia
- Bandas elásticas.

ANEXO 6: Entrevista a María José Víquez Barrantes, Asesora el área de educación en cuanto al proceso de matrícula, así como a los módulos de tecnologías de la información y cursos regulares. del Programa Institucional para la persona Adultos Mayor

¿Cual es su experiencia con adultos mayores?

Aunque mi puesto es más administrativo, el programa trabaja con adultos mayores mediante cursos en diferentes áreas. Se busca brindar aprendizaje integral atractivo a esta población.

¿Que es el Programa Institucional para la persona Adulta Mayor UCR (PIAM UCR)?

Es un programa creado por la Universidad de Costa Rica, que busca mediante proyectos, investigación y cursos promover el derecho a educación.

¿Cómo trabajan los cursos en el PIAM - UCR?

Se presentan al programa voluntarios en diferentes áreas y se evalúa el curso a brindar para que se atractivo a la esta población.

Se trata de sensibilizar a los profesores principalmente a los que no han trabajado específicamente con adultos mayores, para que eviten caer en *Los Mitos y Estereotipos del envejecimiento* mencionados por el CONAPAM(2013).

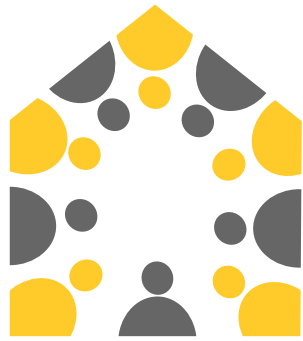
Se trabajan grupos pequeños para facilitar el aprendizaje colaborativo entre los adultos mayores, promoviendo que entre ellos mismos se ayuden a aprender sobre un tema.

Según su experiencia cómo debe ser el espacio de enseñanza

- Aulas pequeñas o flexibles, para trabajar con grupos pequeños de adultos mayores.
- Aulas ventiladas e iluminadas naturalmente.
- En las aulas de manualidad es necesario colocar una pila pequeña para evitar que los adultos deban desplazarse para limpiar las herramientas que se utilizaron en los cursos.
- Espacios para proyectar dentro del aula
- Bodegas o espacios de almacenamiento, para guardar material de los diferentes cursos y que los adultos tengan la posibilidad de guardarlo en el centro.
- El uso del color puede ayudar a la concentración e influye en el ánimo de quienes se encuentran en el espacio.

Según su experiencia qué temas son los más atractivos para las personas adultas mayores.

- La tecnología
- Internet
- Redes sociales
- Salud
- Danza
- Manualidades u oficios.



DE LA CASA A LA COMUNIDAD
CENTRO DIURNO PARA EL ADULTO MAYOR

