

Nuevos enfoques y tipologías en arquitectura gerontológica Centros de día para la atención de personas con Alzheimer

New Approaches and Typologies in Gerontological Architecture Day Centers for the Care of People with Alzheimer's Disease

Raúl Horacio Lamas¹, Daniel José Buono², Agustina Lucía Sordello³

Recibido 27/7/2024 | Aceptado 17/9/2024 | Publicado 1/12/2024

Resumen

Este artículo está basado en el proyecto de investigación sobre los nuevos enfoques y tipologías en arquitectura gerontológica, se enfoca en centros de día para la atención de personas con Alzheimer, se perfila en el diseño de espacios que promuevan el bienestar y la calidad de vida de las personas, así como en facilitar la labor del personal de atención. Los principales resultados obtenidos destacan la importancia de la accesibilidad y adaptabilidad en el diseño arquitectónico para satisfacer las necesidades cambiantes de los pacientes con Alzheimer. Estos son fundamentales para mejorar la calidad de vida de quienes padecen esta enfermedad y quienes la acompañan.

Palabras clave: Alzheimer; arquitectura; centros de día; diseño universal; atención centralizada.

Abstract

This article is based on the research project on new approaches and typologies in gerontological architecture, it focuses on day centers for the care of people with Alzheimer's, it outlined the design of spaces that promote the well-being and quality of life of people, as well as facilitating the work of care staff. The main results obtained highlight the importance of accessibility and adaptability in architectural design to meet the changing needs of Alzheimer's patients. These are essential to improve the quality of life of those who suffer from this disease and those who accompany them.

Keywords: Alzheimer; architecture; day care centers; universal design; centralized care.

¹ Doctor y Arquitecto. Esp. en Gestión Estratégica del Diseño. Profesor universitario. Decano de la Facultad de Arquitectura y Diseño UCALP. Investigador, director de proyectos. *Email:* raul.lamas@ucalp.edu.ar

² Arquitecto y profesor universitario. Adjunto en materias de la Facultad de Arquitectura y Diseño UCALP. Investigador UCALP del año 2017 a la fecha. *Email:* daniel.buono@ucalp.edu.ar

³ Arquitecta. Ayudante en materias de la Facultad de Arquitectura y Diseño UCALP. Investigadora UCALP del año 2023 a la fecha. *Email:* agustina.sordello@ucalp.edu.ar



Situación en Argentina y en el mundo del envejecimiento y el Alzheimer

Entendemos “al envejecimiento poblacional” como el gran logro de la humanidad, el éxito en el desarrollo y la evolución del humano, un claro reflejo del avance en la salud, la medicina y el desarrollo socioeconómico. Dichos avances contribuyeron por medio del control de enfermedades, prevención de lesiones y la reducción de muerte prematura, a un aumento de la (EVN), es decir, la expectativa de vida al nacer. El cambio en la distribución por edades de la población resulta del aumento de la EVN junto con la disminución de la fecundidad. Siendo las personas mayores cada vez más protagonistas en la población.

El promedio de esperanza de vida a nivel mundial para el 2021 ascendió a 71 años para la población general, siendo para los varones de 69 años y para las mujeres de 74 años. El aumento de la expectativa de vida al nacer, se relaciona con la baja mortalidad; la cual, a nivel mundial, bajó en grandes proporciones.

Dentro del grupo de personas mayores el que mayor crece es el de los mayores a 80 años. A nivel mundial entre 1990 y 2019 casi se ha triplicado pasando de 54 millones a 143 millones. Las proyecciones vislumbran que entre 2019 y 2050 podrían llegar a 426 millones, lo que implica que los servicios de cuidados para este grupo etario deberán tomar una particular relevancia.

Si consideramos al envejecimiento como un logro de la humanidad, deberíamos tener un concepto positivo sobre las personas mayores y no verlos como una carga. Por lo que, deberíamos tomar esta debilidad como una oportunidad para aprovechar el inmenso capital social que representan las personas con experiencia insertas en las nuevas sociedades maduras.

El envejecimiento de la población es un fenómeno global que ha transformado radicalmente las necesidades de infraestructura y servicios. Entre las condiciones asociadas al envejecimiento, el Alzheimer destaca por su impacto significativo tanto en los individuos como en sus familias. Frente a este desafío, los centros de día se perfilan como una solución integral, ofreciendo atención especializada y apoyo a personas con Alzheimer mientras proporcionan alivio a sus cuidadores.

Es importante entender al envejecimiento como un proceso con un avance biocronológico. Que es irreversible e inevitable. Presenta cuatro características; es universal, es para todos. Es continuo, no es posible detenerlo. Es irreversible, no hay manera de retroceder este proceso. Es diferenciado, todas las personas envejecen distinto.

El fenómeno del envejecimiento y el consecuente incremento absoluto y relativo de las personas mayores es una tendencia mundial que está influyendo no solo en la economía, la planificación del desarrollo y las políticas sociales, sino también en las familias y en las sociedades. Hacia el año 2050, 1 de cada 5 habitantes será una persona mayor a 65 años.

Para la Organización Mundial de la Salud, más educación es sinónimo de mejor calidad de vida. A su vez, más políticas de sanidad mejoran la calidad de vida. Por lo que, siguiendo la lógica que nos dictamina la ecuación: educación + sanidad = Mejor calidad de vida; habla por sí sola de una necesidad de integración social para las personas mayores y, sobre todo, aquellas que posean algún tipo de enfermedad como por ejemplo Alzheimer.

Es en esos casos, donde algunas veces, las familias aíslan de manera temprana a sus ancianos en Residencias de Larga Estadía (RLE), sin entender que la vejez, aunque se padezca una enfermedad, es una etapa natural de la vida. La cual demanda conocimiento de las necesidades de esta población, es decir, interés, cariño, educación y participación.

Con la aparición de la Convención Interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores (CIDHPM), se ven reflejadas las políticas de cambio. Dicha Convención

indica que es necesario “promover, proteger y asegurar el reconocimiento y el pleno goce y ejercicio, en condiciones de igualdad, de todos los derechos humanos y libertades fundamentales de la persona mayor, a fin de contribuir a su plena inclusión, integración y participación en la sociedad”.

La CIDHPM, promovida e impulsada por Argentina junto a otros países, representa, en este contexto, un gran avance en el cambio de paradigma en torno a la vejez y el envejecimiento, ya que, ubica a las personas mayores como verdaderos sujetos de derecho, a la vez que se constituye en el primer instrumento que enfatiza la comprensión del envejecimiento desde la dimensión del género.

Este cambio de paradigma en cuanto al respeto y reconocimiento de derechos de las personas mayores, mediante las políticas de cuidado intenta incentivar desde la juventud a tomar acciones participativas. Buscando aportar a toda la sociedad, como objetivo principal, una mejor calidad de vida y seguridad para todos.

Es esencial poder prestar apoyo, no momentáneamente, sino a largo plazo y respondiendo a las distintas instancias del avance biocronológico a las personas que se encuentran en una situación de mayor debilidad, como es en el caso de quienes padecen trastornos neurocognitivos, y por consiguiente aumentar la participación de estas personas en la sociedad, para brindar sostén a su capacidad para valerse por sí mismos y que puedan llevar una vida independiente, saludable y productiva en la que aprovechen plenamente sus aptitudes y facultades. Potenciando su autonomía cuanto más se pueda.

Se ha trabajado mucho tratando de incorporar el concepto de mejora en la calidad de vida de las personas mayores con Alzheimer, por medio de un programa participativo, que les provea dignidad. Dejando de lado la institucionalización temprana y buscando otras alternativas.

Dentro de los factores que inciden en la vida del adulto mayor encontramos la prevención, la promoción de la salud, la rehabilitación y la resociabilización. Esto y un hábitat cuidado dotaran a la persona mayor de identidad, pertenencia y autonomía. Ya que es muy difícil entender la idea de que no siempre el hogar propio es el mejor lugar para la vejez.

En la década de los ochenta, en países desarrollados como Holanda, Alemania, Dinamarca y Estados Unidos, se llegó a la conclusión de que, la institucionalización temprana no generaba en el adulto mayor un efecto positivo, sino que por el contrario avanzaba los efectos degenerativos de la vejez. Y más aún en casos puntuales como aquellos que presentan deterioro cognitivo.

Si la vida misma posee etapas: ¿Por qué el envejecer no podría tener nuevas tipologías arquitectónicas que respondan a distintos estadios?

Por lo cual, podemos decir que la institucionalización será útil y favorable solo cuando el adulto mayor ya no pueda seguir viviendo sin condiciones de atención geriátrica permanente. Es decir, cuando haya perdido casi, o toda, capacidad autosuficiente. Si el adulto mayor es aún autosuficiente pero su vivienda no permite más modificaciones y/o adaptaciones, entonces es necesario pensar en el modo más adecuado para conservar y estimular las aptitudes autónomas del mismo, sin olvidar los requisitos esenciales del estadio en el que se encuentra.

La arquitectura gerontológica se enfoca en crear entornos que respondan a las necesidades físicas, cognitivas y emocionales de las personas mayores. En el contexto del Alzheimer, los entornos deben ser seguros, accesibles y estimulantes. La teoría de “la arquitectura amigable para la demencia” propone diseños que mitiguen la desorientación y el estrés, factores cruciales para el bienestar de los pacientes. Por lo cual, es importante dimensionar diferentes conceptos y situaciones de los adultos mayores en países de la región y la Argentina.

Metodología de trabajo llevada a cabo en la investigación: análisis y diagnóstico

La metodología empleada en esta investigación para realizar un análisis exhaustivo y diagnosticar combina: revisión bibliográfica, estudios de casos y entrevistas con expertos.

La revisión bibliográfica se centró en estudios recientes sobre arquitectura gerontología y Alzheimer. Se seleccionaron estudios de caso de centros de día reconocidos por sus innovaciones en diseño.

Las entrevistas con arquitectos y profesionales de la salud aportaron perspectivas prácticas y experiencias directas.

Revisión bibliográfica. Estudio de casos nacionales e internacionales

Arquitectura y Alzheimer: La literatura destaca la importancia de entornos que proporcionen una sensación de seguridad y familiaridad. Elementos como la iluminación natural, los colores suaves y la disposición espacial son cruciales para reducir la ansiedad y la confusión.

Centros de día: Estudios multivariantes de los casos. Estos espacios se han identificado como cruciales para el manejo del Alzheimer. Ofrecen actividades terapéuticas, socialización y cuidados médicos, aliviando la carga de los cuidadores.

Entrevistas con expertos

Las entrevistas revelaron que los principales desafíos en el diseño de centros de día para Alzheimer incluyen la necesidad de espacios flexibles y la importancia de la personalización. Los expertos subrayaron la necesidad de involucrar a los usuarios y sus familias en el proceso de diseño.

Resultados obtenidos

Se ha observado que el servicio del centro de día de atención especializada ofrece un acompañamiento integral durante el periodo diurno a las personas en situación de dependencia, con el objetivo de mejorar o mantener el mejor nivel posible de autonomía personal y apoyar al entorno socioafectivo o cuidadores. Cubriendo el enfoque biopsicosocial, promoviendo la autonomía, previniendo enfermedades o el avance de estas y rehabilitando.

Los servicios que brindan se dividen en servicios básicos, transporte, manutención y asistencia en las actividades básicas de la vida diaria (AVD); servicios terapéuticos, atención social, psicológica, terapia ocupacional y cuidados de salud; servicios complementarios, peluquería, podología, cafetería, entre otros.

Los centros de día especializados están dirigidos a personas mayores en situación de dependencia (física y/o psíquica) para permitir su permanencia en el medio habitual, contando con el apoyo social.

El diseño arquitectónico de los centros de día estudiados intenta garantizar la eliminación de toda barrera arquitectónica, evitando obstáculos, favoreciendo la accesibilidad y mediante herramientas de diseño integral compensan pérdidas de movilidad o estabilidad. Orientan al usuario en el espacio mediante sistemas sencillos de señalización (colores, carteles, flechas de dirección, etc.). También forman parte del diseño los conceptos de ventilación e iluminación y cuidado ambiental y acústico.

Las condiciones de seguridad están garantizadas mediante las reglamentaciones vigentes de cada país, contando con medidas como, por ejemplo, planes de incendio, evacuación, entre otros.

En cuanto a la distribución espacial, se encontró unificación de criterios en la división de dos zonas diferenciadas. Por un lado, el sector profesional y organizativo, destinado a los profesionales y personal que trabajan en el centro de día (CD), como son; dirección y administración, sala de reuniones, archivos, gabinetes psicológicos, terapeutas ocupacionales, médico, enfermería, entre otros; y por otro, el sector destinado a la atención especializada, destinada a los usuarios de este (comedor, SUM, zonas de estar, exteriores, etc.).

En todos los casos analizados se unifican criterios de adecuación ambiental procurando ambientes físicos que cumplan con características fundamentales como:

- Orientación: la espacialidad está cuidada mediante claras referencias para favorecer la orientación espaciotemporal y personal.
- Seguridad: desde medidas de seguridad generales hasta medidas particulares para favorecer la autonomía de cada individuo.
- Confort: mediante el diseño de interiores se logra proporcionar espacios cálidos y sensibles al usuario.
- Estimulación: cuidando especialmente el exceso de estímulos que favorezcan a la sobreestimulación visual, sonora, entre otras.

El cuidado ambiental se configura, en general, mediante diferenciación de áreas por colores, señalización, circulaciones mediante demarcaciones, pizarras, relojes y calendarios en las distintas salas, cartelera informativa de las distintas actividades del CD, entre otros.

La seguridad se ve garantizada por el uso de solados antideslizantes, la ausencia de obstáculos o zonas de deambulación no pensadas para ese fin, ayudas técnicas en dichas zonas y en sanitarios. Así como también aspectos de instalaciones, protección eléctrica y correcto diseño de climatización.

En cuanto al equipamiento se divisa como criterio común el uso de mobiliario estable sin ángulos en salas de estar y comedores. Lo que permite a las personas mayores con Alzheimer u otras demencias a sentir confianza y seguridad.

En todos los casos estudiados, y las situaciones analizadas, se cuidó especialmente evitar la infantilización de la persona mayor con Alzheimer u otras demencias.

Conclusiones y reflexiones

Nuevos enfoques y procesos en el diseño para futuras propuestas tipológicas

El diseño de centros de día para personas con Alzheimer requiere un enfoque multidisciplinario que combine principios arquitectónicos con conocimientos de salud y bienestar. La investigación ha demostrado que entornos cuidadosamente diseñados pueden mejorar significativamente la calidad de vida de los usuarios, promover su autonomía y proporcionar un apoyo especial a sus cuidadores.

Es importante tener en cuenta y aplicar este tipo de cuestiones al producto arquitectónico.

- **Diseño biofílico:** Integrar elementos naturales en los espacios interiores y exteriores mejora el bienestar emocional y reduce el estrés. La presencia de plantas, agua y luz natural es fundamental.
- **Espacios flexibles:** Diseñar espacios que puedan adaptarse a las necesidades cambiantes de los usuarios es crucial. Áreas modulares y mobiliario móvil permiten reconfigurar los espacios según las actividades programadas.
- **Tecnología asistida:** Incorporar tecnologías que apoyen la independencia de los usuarios, como sistemas de monitoreo y dispositivos de asistencia, puede mejorar significativamente la calidad de vida.
- **Orientación y señalización:** La claridad en la señalización y el uso de puntos de referencia ayudan a los usuarios a orientarse y moverse con confianza por el espacio.

La tipología propuesta para centros de día para Alzheimer se basa en los principios de la arquitectura amigable para la demencia. Incluye zonas de estar acogedoras, áreas de actividad multifuncionales, espacios exteriores accesibles y elementos de diseño que fomentan la seguridad y la orientación. Se recomienda la integración de tecnología asistida y la participación de los usuarios en el diseño de sus espacios personales.

Es crucial que los arquitectos y diseñadores continúen innovando y adaptando sus prácticas para responder a las necesidades cambiantes de la población. Por lo cual, llegamos a la reflexión de la importancia de marcar elementos importantes a la hora de pensar este tipo de arquitecturas durante el proceso de diseño.

Referencias bibliográficas

- Amaro, S., Roqué M. (2015). Los Desafíos del Envejecimiento. Políticas Públicas Envejecimiento Políticas Públicas sobre Envejecimiento en los Países del Cono Sur, Sistema Regional de Información y Aprendizaje para el Diseño de Políticas Públicas en torno al Envejecimiento. Santiago de Chile, Chile.
- Ausburguer, A. C. (2004). La inclusión del sufrimiento psíquico: un desafío para la epidemiología. *Revista Psicología & Sociedad*.
- Calatayud, Estela. (2020) Análisis del efecto de un programa de estimulación cognitiva en personas con envejecimiento normal en Atención Primaria: ensayo clínico aleatorizado.
- CEPAL (2012) Carta de San José sobre los derechos de las personas mayores de América Latina y el Caribe.
- Di Veroli, D. & Schmunis. E, (2008). *Arquitectura y envejecimiento, hacia un hábitat inclusivo*. Editorial: Nobuko.
- Fernandez Jiménez, C. (2003) *Estereotipos sobre la vejez y niveles de dependencia*. Editorial: Geriátrika.
- Frank, E. (1998). *Vejez, arquitectura y sociedad*. Editorial: Nobuko.
- Guzmán, J. M.; Huenchuán, S. y Montes de Oca, V. (2003). *Redes de Apoyo Social a las personas mayores: marco conceptual*. En *Notas de Población*. Página 9.
- Huenchuan, S. (2022). *Visión multidisciplinaria de los derechos humanos de las personas mayores*. Ciudad de México, Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL)
- NU. CEPAL (2022). *Envejecimiento en América latina y el Caribe: Inclusión y derechos de las personas mayores*.
- Pallasmaa, J. (2009) *La mano que piensa, Sabiduría existencial y corporal en la arquitectura*. Buenos Aires: Gustavo Gili.
- Pantano, L. (1987) *La discapacidad como problema social*. Buenos Aires: Eudeba.
- Parenti, M. y Ceminari, Y. (2013). *Club de día para adultos mayores: promoviendo el derecho a envejecer con dignidad en la propia comunidad*. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.
- Roqué, M. (2019) *Agenda 2030 desde la perspectiva del envejecimiento y las personas mayores, en Experiencias y Prioridades para Incluir a las Personas Mayores en la Implementación y Seguimiento de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*. Huenchuan.
- Roqué, M., Fassio, A., Arias, C., Croas, R. (eds.) (2015) *Residencias de larga estadía para adultos mayores en Argentina: relevamiento y evaluación*. Buenos Aires: Ministerio Desarrollo Social/ Facultad de Psicología – UBA.
- ROVIRA, A. (2017). *Los modelos de atención y los servicios de apoyo a la dependencia: la experiencia desde la práctica*, en *La Dependencia y el Apoyo a los Cuidados*.
- Rueda Cuerva, Charo. (2021) *Educación la atención*. Alianza Editorial.
- Vigotsky, L. (2012). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Austral.
- Zumthor, P. (2006) *Atmosferas, entornos arquitectónicos – las cosas a mi alrededor*. Gustavo Gili.