



**BENEMERITA UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA DE PUEBLA**

FACULTAD DE ARQUITECTURA

**“PROPUESTA DE CENTRO RECREATIVO PARA ADULTOS
MAYORES EN LOS TENORES, PUEBLA”**

PROYECTO DE EXPERIENCIA PROFESIONAL PARA OBTENER EL
TÍTULO DE: LICENCIATURA EN ARQUITECTURA

PRESENTA: CECILIA RIVAS MORALES

MATRICULA: 214916730

DIRECTOR DE TESIS:

MTRO.ARQ.PABLO MALDONADO SÁNCHEZ

ID: 100528894

ASESORES:

MTRA.ARQ. GABRIELA LETICIA RAMÍREZ LÓPEZ

ID: 100520787

MTRA. MÓNICA NAVARRETE GARCÍA

ID: 1005377355



11 de Noviembre de 2019

Propuesta de Centro Recreativo para adultos mayores, en la zona de Los tenores, Puebla

Cecilia Rivas Morales

Contenido

Introducción	5
Planteamiento del problema	7
Justificación	8
Objetivo general	10
Objetivo particular	10
Hipótesis	10
Alcances del proyecto	11
Enfoque del proyecto	11
Metodología	11
CAPÍTULO 1	13
MARCO CONCEPTUAL	13
1.1 Concepto del Adulto Mayor	14
1.1.1 Definiciones de conceptos	16
1.1.2 Etapas de la vida	17
1.1.3 Etapas del desarrollo de la vejez y envejecimiento	22
1.1.4 Casos Análogos	23
1.1.4.1 Casa del Abue en Puebla, Puebla-México	23
1.1.4.2 Estancia Nuestra Raíces en Córdoba, Veracruz-México	31
1.1.4.3 Residencia de Ancianos Miraflores –Arturo soria. ...	37
1.1 MARCO FÍSICO-GEOGRÁFICO	40
1.2.1 Marco Físico Geográfico del Estado de Puebla	40
1.2.1.1 Ubicación	40
1.2.1.2 Orografía	42
1.2.1.3 Hidrografía	43
1.2.1.4 Clima	44
1.2.1.5 Flora	45
1.2.1.6 Fauna	46



1.2.1 Marco fisiográfico del municipio de Puebla	47
1.2.1.1 Ubicación	47
1.2.1.2Clima.....	48
1.2.1.3 Flora.....	50
1.2.1.4 Fauna	51
1.3 MARCO SOCIO-ECONOMICO	51
1.3.1 Marco Socio-Económico del Estado de Puebla.....	51
1.3.1.1 Economía	51
1.3.1.2 Población	53
1.3.1.3 Vivienda.....	54
1.3.1.4 Salud	55
1.3.1 Marco Socio-Económico del municipio de Puebla	56
1.3.1.5 Población	56
1.3.1.6 Vivienda.....	57
1.3.1.7 Salud	57
1.4 MARCO HISTORICO	58
1.4.1 Senectud en la Prehistoria	59
1.4.2 Senectud en la Antigüedad Egipcia.....	60
1.4.3 Senectud en Antigüedad Hebrea	61
1.4.4 Senectud en la Antigüedad Griega	63
1.4.5 Senectud en la Antigüedad Romana	64
1.4.6 Culturas prehispánicas	66
1.4.6.1 Cultura prehispánica- Olmeca	66
1.4.6.2 Cultura prehispánica- Mixteca.....	67
1.4.6.3 Cultura prehispánica- Zapoteca.....	68
1.4.6.4 Cultura prehispánica- Maya	69
1.4.7 La senectud en Época contemporánea (mundo moderno)	70
1.5 MARCO TIPOLOGICO	72



1.5.1 Marco Tipológico del Estado de Puebla.....	72
1.5.2 Marco Tipológico del Municipio de Puebla	73
CAPÍTULO 2.....	75
BASES Y NORMATIVAS	75
2.1 Normativa Oficial Mexicana	76
2.2 REGLAMENTO DE CONSTRUCCIONES PARA EL ESTADO DE PUEBLA ..	77
2.3 Programa de necesidades/ diagrama de funcionamiento general.....	78
CAPÍTULO 3.....	1
ANÁLISIS DEL SITIO	1
3.1 Indicadores Urbanísticos	2
3.2 Uso del suelo	4
3.2.1 Clima.....	7
3.2.2 Vientos dominantes	1
3.2.3 Topografía	3
3.2.4 Tipo de suelo.....	4
3.3 USO ACTUAL DEL TERRENO	4
3.3.1 Plano actual del terreno	4
3.4 VIALIDADES	8
3.4.1 Vialidad	8
3.4.2 Trayectoria vial	12
3.5 EQUIPAMIENTO URBANO	13
3.5.1 Equipamiento Urbano	13
3.5.2 Mobiliario Urbano existente	15
3.5.3 Infraestructura	16
3.5.4 Vistas.....	19



CAPITULO 4	22
VARIABLE EXPRESIVA	22
4.1 Objeto de la Idea	23
4.2 Geometrización y Composición	25
4.3 Ordenamiento	29
4.4 Configuración (Zonificación)	33
CAPITULO 5	36
PROPUESTA TIPOLOGICA	36
5.1 Antecedentes del estilo	37
5.1.1 Estilo high tech	37
5.1.2 Estilo eco-tech	38
5.2 PROPUESTA DE CENTRO RECREATIVO PARA ADULTOS MAYORES EN LOS TENORES, PUEBLA	40
CAPITULO 7	42
PROYECTO ARQUITECTONICO	42



Introducción

A lo largo de los años México ha ido sufriendo una modificación de edades dentro de su urbe, mostrando una pirámide poblacional que va desde niños hasta ancianos, gradualmente ha reunido un mayor número de personas a partir de 60 años y más, de la misma forma que van aumentando su esperanza de vida. Por tal motivo esta población ha ido ascendiendo el número de personas vejestorios del total del país que lo habita.

Es de gran relevancia mencionar que la ciudad de Puebla se presentan cambios constantes en todos sus aspectos tanto económicos, culturales y sociales, así como también se muestra una creciente población en todas las edades, pero la que más sobresale es el sector del envejecimiento, debido que nos rodea un fenómeno ante la vejez que sufre este estado, el cual conforme el tiempo va cambiando no le damos la importancia suficiente a este grupo de personas, de manera que no se obtiene un crecimiento del país.

La población de adultos mayores ha experimentado un crecimiento notorio, según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) cerciora que “el estado de Puebla es la quinta ciudad del país de México con mayor número de adultos mayores contando con 514 436 habitantes entre 65 años o más, lo que representa el 3.1% de la población anual” (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2010, p, 8), por lo tanto conforme transcurren los años es más número de ancianos que radican en esta ciudad, en vista de esto, se desarrolló un plan que ha puesto especialmente énfasis en el diseño de un centro de esparcimiento en beneficio de una mejor calidad de vida, contando con avances constructivos y ambientales para llegar alcanzar el mejor desarrollo del proyecto.



Se pretende que este trabajo de investigación aluda sobre la necesidad de un centro recreativo para adultos mayores en Puebla capital, ubicado en la colonia de Los Tenores, misma que se extienda en diversos lugares de nula atención en la República mexicana; está dirigida hacia el segmento de la población en el cual se encuentra insatisfecha en la necesidad de mejorar la calidad de vida sobre el adulto mayor.

Se ostentara el estudio de los habitantes de esa zona tomando como base sus necesidades, gustos, comportamientos y edades, mostrando una nueva alternativa para el desarrollo de la comunidad ya que con eso se abrirá un centro de esparcimiento para personas adultas, tomando en cuenta un estudio con diagnóstico, fundamentación teórica, modelos arquitectónicos a diseñar y encuestas dirigidas a los gustos y preferencias específicas para la aceptación y motivación de quienes utilicen este establecimiento.

Para poder determinar el proyecto, es importante determinar las características principales acerca de la comunidad, dando un aprovechamiento máximo de los recursos disponibles del lugar, adaptando el entorno que rodea las personas del lugar, disfrutando y aprendiendo a querer al medio ambiente y su naturaleza sin perjudicarlo; este centro contara con innovadoras áreas recreativas, materiales constructivos que se adapten a su etapa en la que están viviendo en la estancia, más convivencia ambiental, diseño arquitectónico que lo identificara con la zona sin sobresalir del contexto urbano en el que se encuentra, entre otros; todo esto ofreciendo servicios de excelencia, calidad, variedad y entretenimiento, dedicados especialmente a los usuarios.



La tesis aludirá 6 capítulos, en los cuales se abordara el primer capítulo sobre el marco conceptual identificando cada uno de los fundamentos que engloban al envejecimiento de la población.

En el capítulo 2 se hablara sobre las bases y normativas, para así obtener el programa de necesidades, programa arquitectónico y el diagrama de funcionamiento, los cuales se tomaran en cuenta para diseñar adecuadamente este anteproyecto.

Para el capítulo 3 se hará un análisis del sitio donde se conocerán los factores que pueden perjudicar o beneficiar al diseño, además de ver el impacto que se puede tener en esta zona sobre a nivel del anteproyecto.

Mientras que en el capítulo 4 y 5 se abordaran temas sobre la variable expresiva describiendo como surge la idea de la forma y la figura del objetivo arquitectónico, además de plantear la propuesta tipológica realizando un estudio sobre el tipo de arquitectura que se proyectara en el diseño.

Por ultimo en el capítulo 6 se hará la presentación del anteproyecto arquitectónico, mostrando cada uno de los componentes que conforman la propuesta.

Planteamiento del problema

Actualmente en México el tema del adulto mayor se ha convertido en un punto relevante ante la sociedad, debido que al llegar a su última etapa comienza un declive en su vida y por consecuente en algunos casos se va perdiendo las habilidades tanto físicas como psicológicos, es ahí donde la misma sociedad empieza a restringir tanto su libertad así como también la toma de



decisiones en este grupo de personas adultas llegando a esta etapa de vida, creando un ambiente de desconfianza y desmotivación en ellos.

Hoy en día Puebla es el quinto estado con mayor número de población de ancianos contando con 514, 436 habitantes a partir de 60 años y más por promedio anual según datos del INEGI (2010), por consiguiente, es muy evidente que esta población está creciendo de manera apresurada que a través del tiempo duplicara a la población total del país.

La falta de establecimientos para adultos mayores en el Estado de Puebla es crítica y vulnerable, de modo que en algunos casos se observa desinterés por partes de los familiares ya que se comienza a presentar gran reto al cuidarlos y darles atención, debido a que se empieza a necesitar cuidados especiales, requerimientos de aparatos y equipamientos adecuados a sus necesidades, provocando rechazo, abandono, falta de interés, poca comunicación y desatención factores que se acrecientan con el paso de los años.

Asimismo surge la gran preocupación sobre la falta de atención al grupo de personas adultas mayores en Puebla capital donde hay inexistencia de espacios de distracción, recreación, ejercitación deportiva y cuidado de salud física como mental, en otras palabras carecen de lugares adecuados a ellos, ocasionando que no puedan seguir desarrollando sus conocimientos, convivir e interactuar con personas, distraerse, integrarse a actividades, relajarse y divertirse entre los adultos mayores.

Justificación

El proceso de envejecimiento que experimenta el país de México, es preocupante ya que la situación de los adultos mayores, se observa degradable debido a la falta de cultura e



importancia que se les ha dado a este sector de la población adulta mayor, es por ello que se destinara un establecimiento adecuado, para satisfacer cada una de las necesidades que presentan en esta última etapa de vida los anciano de nuestro país, un claro ejemplo se presenta a continuación.

En la zona este del Estado de Puebla carece de centros de día para personas adultas mayores, por consiguiente se busca desarrollar un lugar destinado únicamente a la atención para los adultos mayores, que sea innovador, que vaya de la mano con un diseño único y representativo del lugar, dándole prioridad a cada persona que asista en él, para que a partir de ahí se fomente a cada persona una nueva perspectiva de la vida. De la misma manera se pretende que con este anteproyecto se reincorpore social y familiarmente al adulto mayor guiándose únicamente en su bienestar. La investigación propone cubrir una necesidad importante y esencial como es brindar un servicio a los ancianos de manera confiable, segura y adecuada, a través de una edificación donde esta brinde espacios confortables que se personifiquen con su etapa de vida, contara con distintos materiales de la zona tanto en interior como exterior aportando un formidable acabado, relación entre cada área y por último todo esto en beneficio de la comunidad que predomina en el lugar.

La composición de un espacio arquitectónico para adultos mayores ayudara a que ellos puedan desarrollarse de forma nueva y transmitiendo su sabiduría y experiencia como preámbulo para la paz familiar y la sociedad.



Objetivo general

Diseñar el proyecto arquitectónico del centro recreativo para adultos para adultos mayores, satisfaciendo las necesidades de confort y máximo aprovechamientos de espacios arquitectónicos que se personifiquen con su etapa de vida.

Objetivo específicos

- Identificar las necesidades que engloban al envejecimiento de la población adulta mayor en, para determinar qué aspectos aportaran a tener un mejor lugar para el desarrollo de sus habilidades.
- Analizar los aspectos ambientales y climáticos que influyen a tener una mejor adecuación de diseño sin impactar al medio que lo rodea.
- Definir espacios arquitectónicos que se requerirán para una mejor atención teniendo un diseño representativo del lugar, obteniendo una relación entre el espacio y los usuarios.

Hipótesis

- Si al diseñar el proyecto arquitectónico del centro recreativo se conseguirá la relación de espacios confortables de modo que se personifiquen con su etapa de vida, proponiendo diferentes conceptos tanto estéticos como funcionales, siendo eficientes y de buena calidad, con ello se logrará que las actividades de los adultos mayores sean recreativas en donde se integren al desarrollo y convivencia con personas de su misma edad.



Alcances y limitantes del proyecto

Este anteproyecto tiene como alcance esencial la propuesta de diseño de un centro recreativo para adultos mayores en donde estos se sientan en una zona comfortable y adecuada a sus necesidades para que puedan convivir y mejorar sus habilidades tanto físicas como mentales.

Enfoque del proyecto

Tendrá un enfoque cuantitativo ya que se medirá las variables sobre las necesidades, cambios físicos así como también psicológicos y dependencias de los adultos mayores que se cubrirán en el centro recreativo.

Metodología

La metodología que se llevara en esta tesis será de tipo cuantitativo, constando de tres fases:

- En la primera fase de investigación se obtendrá y procesara la información sobre temas teóricos y las generalidades del anteproyecto como son conceptos, factores que influyen al abandono y descuido de los adultos mayores, así como también se investigara las necesidades primordiales que tienen este grupo personas.

La indagación se llevara a cabo mediante la exploración a documentos geriátricos, visitas a organismos relacionados con el tema, así como también se estudiaran los casos análogos.

- La segunda fase de investigación consistirá en hacer un estudio al entorno donde se llevara a cabo el anteproyecto basándose en la población del lugar, clima, vientos dominantes, estudio fotográfico como apoyo del tema y características del terreno mediante visitas al sitio.



Toda esta información se alcanzara de manera directa por medio de vistas a personas mayores que predominen en la zona y apoyo a consultas referenciales.

- Esta tercer y última fase constara una vez obtenida la información en diseñar un espacio arquitectónico examinado cada espacio a requerir a través de un diagrama, matriz y programa de necesidades.

Se realizara un diseño arquitectónico de acuerdo a las necesidades de los adultos mayores en la capital poblana ubicada en la zona de Los Tenores.

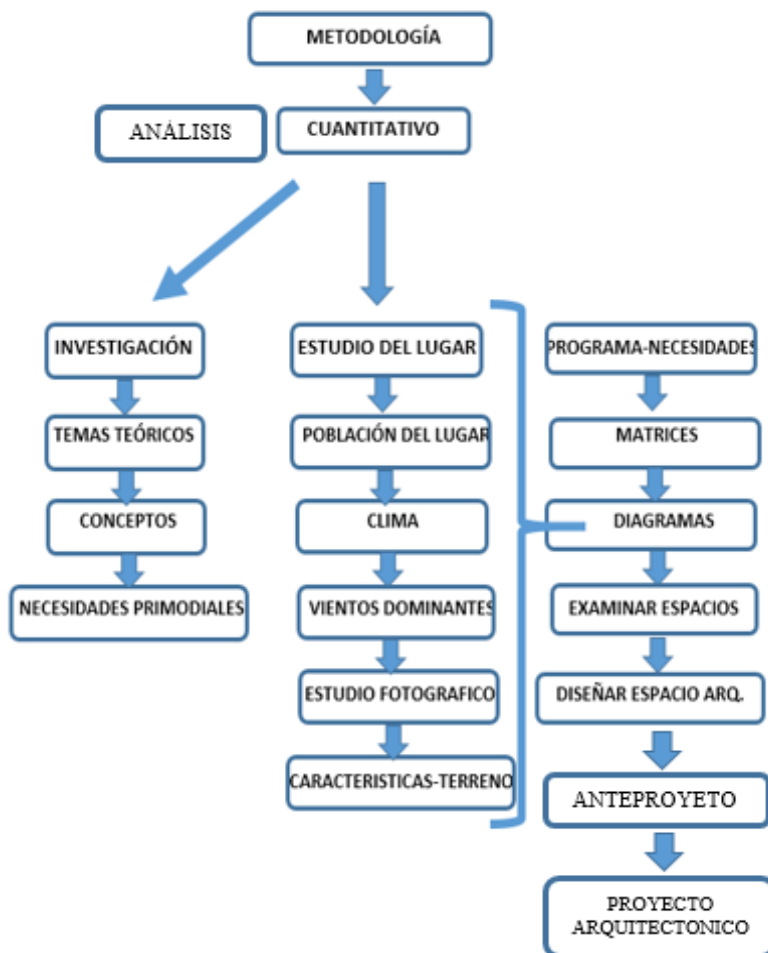


Diagrama 1. Metodología cuantitativa. Elaboración propia.



CAPÍTULO 1



MARCO CONCEPTUAL

La finalidad de este capítulo es conocer los fundamentos que engloban al envejecimiento de la población.



1.1 Concepto del Adulto Mayor

En México se ha comenzado una serie de transformaciones de envejecimiento sobre la sociedad, la pirámide poblacional está teniendo alteraciones, entre tanto la natalidad ha disminuido, mientras que la población se concentra mayormente en los adolescentes, de tal forma que al paso del tiempo se agrupara una superior cantidad de adultos mayores en el país.

Es importante destacar que la vejez es la última etapa de vida en el que se desarrolla como persona, es un proceso que conlleva a disminuir la capacidad en diferentes partes del cuerpo tanto física como psicológica. Solominos J. (1989) indica que: “El envejecimiento está condicionado por los eventos que se han ido acumulando en el transcurso de la vida del individuo, aunado a esto pueden existir procesos patológicos que lo modifican y lo aceleran”, por lo tanto, se derivan diferentes enfermedades a lo largo de la vida, aunque se propagan más padecimientos en este último lapso de vida.



Imagen 1. La vejez no implica estar arrugado de la piel, si no cuando se mueren nuestros sueños y esperanzas con uno mismo. Recuperado de Joyners.

La seneduc no solo es causa de una edad avanzada sino de otros factores como lo son el clima, su dieta, el estilo de vida que ha llevado a lo largo de su existencia y demás, aunque por



otra parte también depende de su salud en la cual algunas personas tienen mayor grado de enfermedades que otras. Simone de Beauvoir decía que “si la adaptación al envejecimiento se daba sin tropiezos, uno notaba que envejecía, y se encontraba con una imagen distinta solo si se comparaba con años muy anteriores” (Flores A., 1998), de tal manera que la vejez depende que tan grande se sienta la persona será la manera que reflejara sus actitudes.



Imagen 2. Aprendiendo a vivir su vida sin preocuparse por envejecer. Recuperado de Carlos Álvarez.

Por tanto, es primordial que se entienda que la vejez es un proceso que encierra tres factores relevantes como lo son biológicos, psicológico y sociales, los cuales se pueden ver desde diferentes perspectivas:

Biológico: Es un proceso que conlleva a un origen y una evolución dentro de las características del organismo de cada persona, con el paso del tiempo llega un momento en el cual es inevitable su deterioro de la capacidad como la resistencia física del individuo.

Psicológico: El declive de cada persona no solo depende desde un aspecto físico, sino también se comienza una disminución de socialización y personalidad, debido a que dejan de realizar actividades laborales, lo cual conlleva a no hacer ejercicio y esto tiene decadencia en



algunas funciones psicológicas como: memoria, autocuidado, integridad personal y resolución de problemas actuales que se presentan día con día.

Social: El desempeño que llevaron las personas adultas mayores a lo largo de la vida dependerá de su posición presente ante la sociedad, en efecto al llegar a esta última etapa los catalogan como un grupo de personas que sin productividad y dependientes.

Por tal motivo la tercera edad es una etapa de vida en la que se ha obtenido el mayor conocimiento, madurez y desarrollo tanto físicamente así como también de diferentes habilidades, siendo esencial respetar todos y cada uno de sus derechos de estas personas brindando mejor medio de bienestar y tranquilidad.

1.1.1 Definiciones de conceptos

Centro: Tiene varios significados y es utilizada para referirse a diferentes áreas como en la geometría, la política, el deporte entre otras. Pero en este caso es empleada para inferir el concepto ante la sociedad. The free dictionary dice que es “Asociación de personas que se reúnen para conversar, jugar o celebrar actos culturales” (Gran diccionario de la Lengua Española, 2016, Núm. 8).



Imagen 3. Centro: Punto específico de reunión. Sin autor.



Espacio Recreativo: Se refiere a cosas tangibles o intangibles que sirven como distractor, relajamiento, ejercitación, movilidad, análisis, entre otras, para que las personas se puedan reanimar o salir de su zona de confort o costumbre. The free dictionary dice que “Entretiene de un modo reconstituyente” (K Dictionaries Ltd, 2013, Núm. 3).

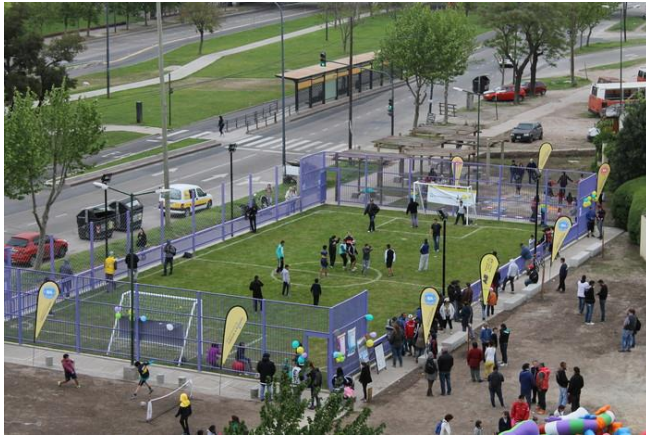


Imagen 4. Espacio recreativo: Un lugar en donde puedes salir de tu zona de confort. Recuperado de Juan Braña.

1.1.2 Etapas de la vida

La existencia del ser humano en el planeta tierra consta de una vida y está a su vez se diversifica en 9 etapas, las cuales a continuación se darán a conocer, Torres (2019).

1. Periodo Prenatal, esta inicia desde el momento de la concepción, pasando al desarrollo del bebe en el vientre materno y llegando finalmente al alumbramiento o nacimiento del bebé.





Imagen 5. Periodo Prenatal. Recuperado de Michelle Marie Fit.

2. Primera Infancia, que comienza en el nacimiento hasta los 3 o 4 años de edad, es ahí cuando se desarrollan las capacidades y coordinaciones motoras.



Imagen 6. Primera Infancia. Sin autor.

3. Niñez temprana (preescolar), de los 3 a los 6 años de edad, se continúa con el desarrollo del crecimiento físico, además de que inicia el desarrollo cognoscitivo, lingüístico y se comienza a formar algo su identidad.





Imagen 7. Niñez Temprana. Recuperado de sin autor.

4. Niñez intermedia (escolar) de los 6 a los 11 años de edad, se desarrolla su habilidad por la lectura, la aritmética y es ahí cuando la sociedad comienza a ser parte de su formación.



Imagen 8. Niñez Intermedia. Recuperada de Fátima Muños Velasco.

5. La Adolescencia inicia de los 11 a los 17 años de edad, existe una serie de cambios hormonales y físicos debido a una transición entre la niñez y la vida adulta.





Imagen 9. Adolescencia. Recuperada de sin autor.

6. Juventud, empieza de los 18 a los 35 años de edad y básicamente es cuando se elige una pareja, una carrera y/o un éxito vocacional.



Imagen 10. Juventud. Recuperado de Listín diario.

7. Madurez que va de los 35 a los 50 años de edad, se llega al mayor y ultimo desarrollo corporal humano, ya se es lo suficientemente maduro.



Imagen 11. Madurez. Sin autor.



8. Adulthood, which goes from 50 to 65 years of age, reaches a maximum personal and social responsibility, but it is necessary to adjust to different changes such as emotional, physical, labor and social.



Imagen 12. Adulthood. Recovered from Herald

9. Old age and/or third age, which goes from 65 years of age onwards, during the development that was fulfilled in our cycle any stage is indispensable to the difference of old age because in most of society they are treated as old people or people who because of their age do not serve or are not productive, just as they are cataloged as people of the third age due to the lack of interest, consequently stereotypes are created for having age division and it is there when discrimination against the elderly begins.



Imagen 13. Old age and/or third age. No author.



1.1.3 Etapas del desarrollo de la vejez y envejecimiento

La vejez es un proceso que todo ser humano pasa en el transcurso de su vida iniciando con la infancia, pasando a la niñez, después por la adolescencia, llegando a la adultez y por último a la vejez. Teniendo como principal importancia hablar de esta última etapa en la cual se tendrán cambios físicos y psicológicos de forma gradual, natural e inevitable que cada persona vivirá en su momento. Ante mano se diferenciara entre vejez y el envejecimiento que no son los mismos. La vejez solo es un estado de ánimo mientras que el envejecimiento es un proceso a lo largo del ciclo de la vida (Marina Acera, 2015).

Cada persona envejece a una edad diferente de otras, influyendo el modo de vida que ha conllevado a lo largo de los años, en esta última etapa la mayoría de las funciones son afectadas amenazando el bienestar y la integridad personal, un ejemplo muy claro que suele suceder en la mayoría de los casos es padecer constantemente de dolor, pérdida de la memoria, o entran en enfermedad por la falta de relación y comunicación entre lo familiar.

Los adultos mayores tienen un desarrollo de forma gradual, la Sociedad de Geriatria y Gerontología de México clasifica a la vejez con las etapas de la siguiente manera:

- Pre vejez: 45-59 años
- Senectud: 60-79 años.
- Ancianidad: 80 y más años





Imagen 14. Durante estas etapas se comienzan a sufrir cambios físicos. Sin Autor.

1.1.4 Casos Análogos

A continuación se dará a conocer un análisis sobre los centros de atención para personas de la tercera edad ubicados en el estado de Puebla, Veracruz y España, describiendo a detalle cada institución desde su localización, servicios, funcionamiento, espacios arquitectónicos y actividades que se desempeñan en el lugar; se tomara referencia a estancias tanto privadas como públicas haciendo énfasis en el requerimiento funcional del edificio dedicado a las personas mayores.

1.1.4.1 Casa del Abue en Puebla, Puebla-México



Imagen 15. Fachada principal de Casa del Abue. Recuperado de Abraham Garcilazo.



En el estado de Puebla se encuentra la Casa del Abue, la cual es una estancia dedicada para los adultos mayores de 60 años y más, ubicado en calle Norte Núm. 1810 Col. El Tamborcito, Puebla ocupando el espacio que anteriormente estaba destinado a la fábrica textil San Alfonso.



Imagen 16. Localización de Casa del Abue. Recuperado de Google maps, editado por elaboración propia.

La colonia el Tamborcito cuenta con servicios públicos como: agua potable, electricidad, alumbrado, gas, drenaje, telefonía y transporte, todo esto favoreciendo a tener un mejor lugar en sus instalaciones de la Casa del Abue. Realizando un estudio con un radio de aproximadamente 500 m se puede encontrar con una infraestructura como: misceláneas, iglesias, terminal del tren turístico, mercado, gasolinera, parques, casa del jubilado IMSS, entre otros.



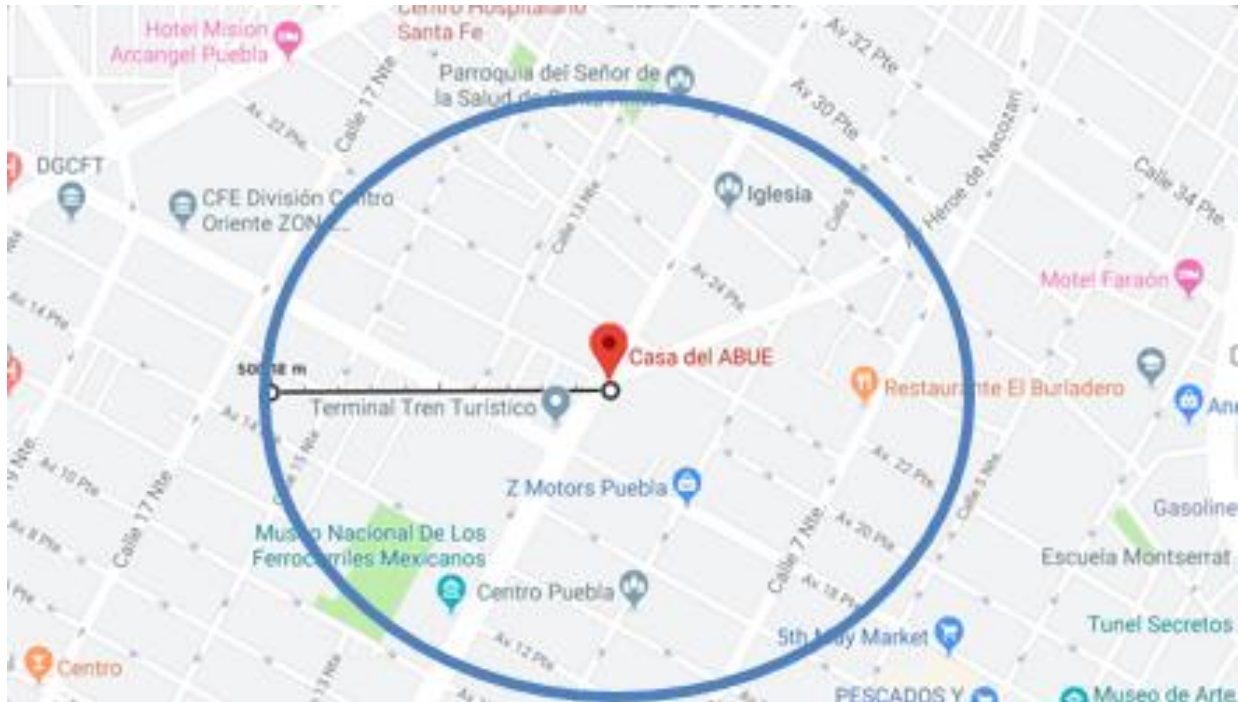


Imagen 17. Tomando el radio de acción. Recuperado de Google maps, editado por elaboración propia.

Está es una institución pública del Sistema Estatal del DIF (Desarrollo Integral de la Familia) que ofrece atención gerontológica y geriátrica. Como el Gobierno de Puebla (2014) afirma que la Casa del Abue busca brindar distintos servicios abarcando desde el área de la salud, asistencia social, recreativa, física, cultural y departamento jurídico todo esto en beneficio de cada usuario beneficiándolos en su independencia e integridad; aproximadamente asisten 814 abuelitos de los cuales cuentan con 14 actividades físicas y 38 talleres contando desde panadería, repostería, cómputo, idiomas entre otros tantos.





Imagen 18. Disfrutando de las actividades en Casa del Abue. Sin autor.

Este centro cuenta con una superficie de 8350 m² contando con espacios como lo son: administración y gobierno, consulta externa y rehabilitación, comedor y cocina, psicología y tanatología, talleres, panadería, canchas de cachibol, salón de usos múltiples, alberca, oratorio , áreas verdes y andadores .

En el edificio de administración y gobierno cuenta con una problemática debido a que se conecta por una misma entrada ingresando a la zona medica así como también a la zona recreativa, ya que no existen ningún otro modo de accesar a estos lugares, por lo cual surge un gran inconveniente para las personas que están siendo atendidas en los consultorios como se muestra en la siguiente imagen:



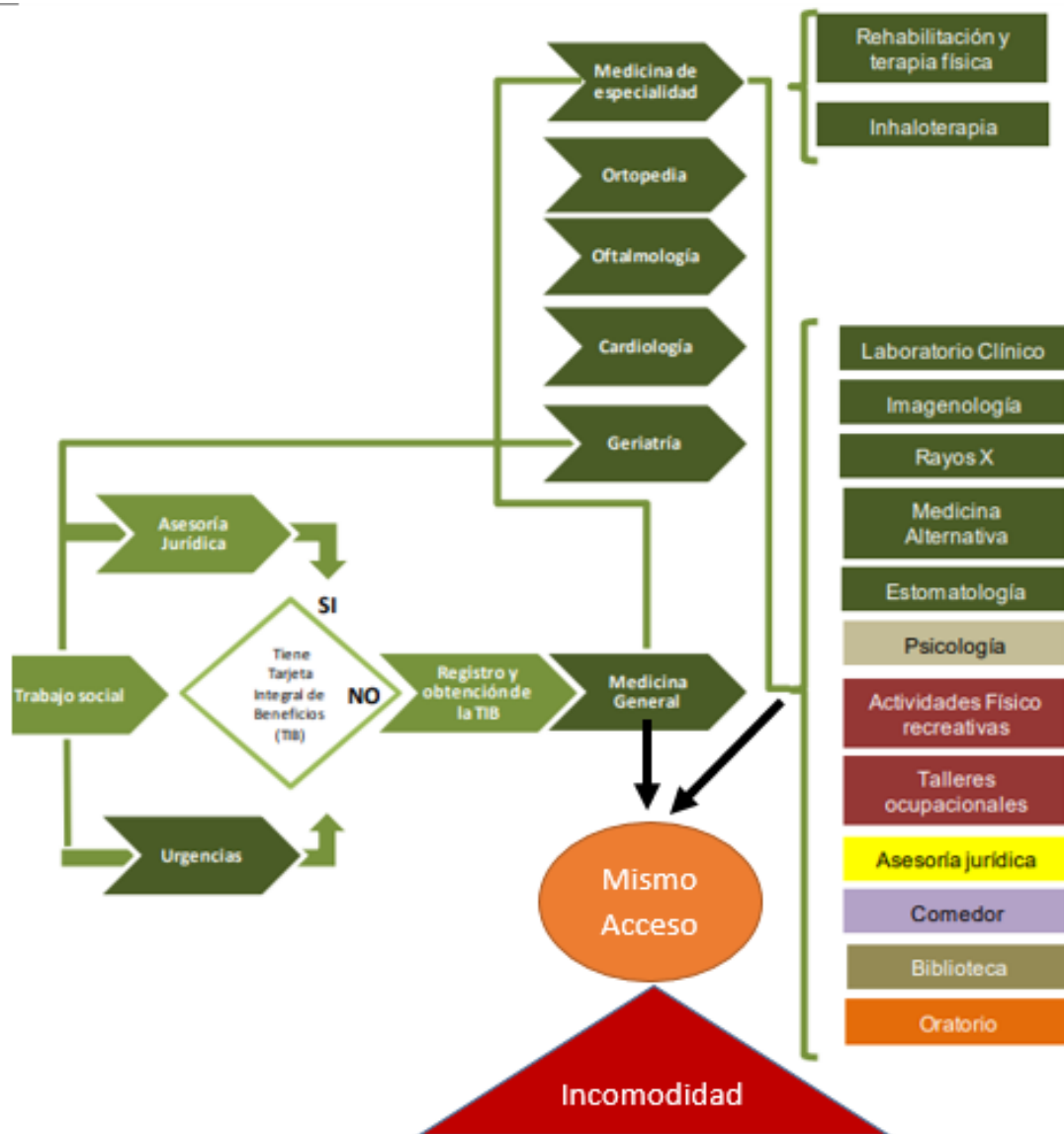


Diagrama 1. Diagrama de funcionamiento sobre la ubicación de espacios de la en Casa del Abue, editado por Cecilia R. Recuperado de modelo innovador de atención gerontológica Casa del Abue. Perfil de la práctica por, SEDIF.

NOTA: Se marcó con un círculo punteado los en los espacios donde se encuentra interrupción de actividades ocasionando incomodidad.

La cancha de cachibol está cubierta por una lona textil teniendo en su forma ondas, dando movimiento en su diseño; en esta área se practican diversos deportes, así como también en algunas ocasiones es ocupada para eventos o celebraciones aprovechando el espacio que tiene. Los muros son de gran altura y están



construidos por piedra dando un acabado duradero y natural, además de contar con amplios ventanales dando iluminación y ventilación al interior de la edificación.

Cada uno de los espacios arquitectónicos se encuentra relacionados uno con otro, aunque existen dos conflictos que ocasionan incomodidad, el primer problema se ubica al pasar el área de baile, urgencias, signos vitales, sala de espera y control médico, ya que se tiene que atravesar por estos sitios para poder llegar a otro taller interrumpiendo las actividades que puedan tener en el momento los usuarios ocasionando desconcentración y por consiguiente interviene en no tener una buena convivencia entre sí, a continuación se muestra el siguiente diagrama explicando más a detalle lo mencionado antes.

PLANTA ALTA



Diagrama 1. Diagrama de relación de espacios base al plan Arquitectónico de la Casa del Abue. Elaboración propia.



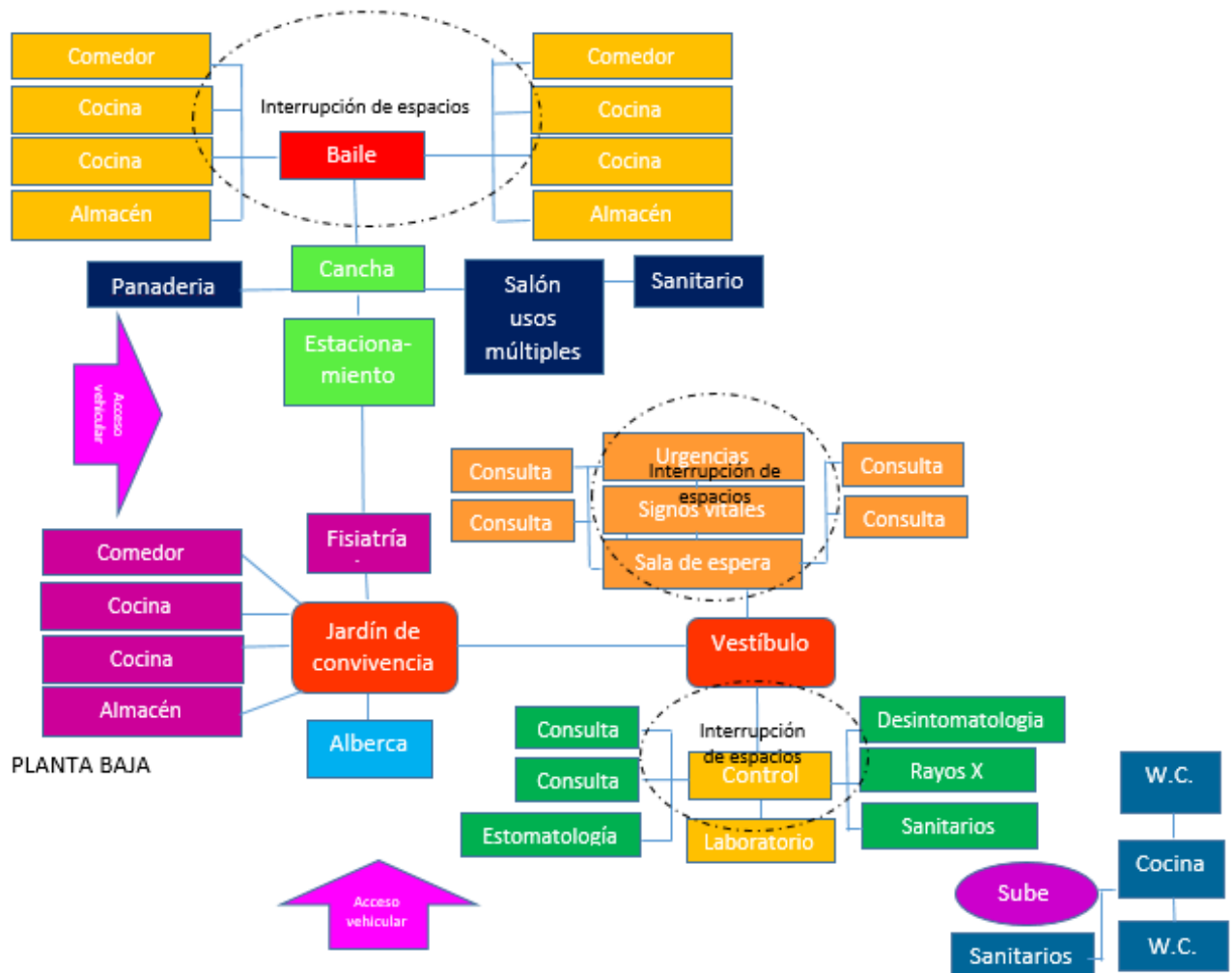


Diagrama 2. Diagrama de relación de espacios base al plan Arquitectónico de la Casa del Abue. Elaboración propia.

NOTA: Se marcó con un círculo punteado los en los espacios donde se encuentra interrupción de actividades ocasionando incomodidad.

Basado del diagrama de espacios anterior, a continuación se presenta el programa arquitectónico mediante el cual se señalan los espacios existentes y su relación entre estos mismos, con el propósito de analizar su funcionalidad del instituto.



Area exterior	Area interior	Area recreativa	Area de oficinas
Jardin central	Vestibulo	Talleres	Dirección
	Cafeteria	Juegos	INAPAM
	Pista	Música	Administración
	Salon de usos múltiples	Billar	Afiliaciones
		Canchas	
Servicios médicos	Servicios generales	Cine club	
Médico general	Sanitarios H. y M.	Televisión	
Rayos X	Cafeteria	Salon principal	
Gimnasio	Bodega	Internet	
	Lokers	Bordado	
	Cuarto de aseo	Pista	
	Discapacitados		

Tabla 1. Programa Arquitectónico de la Casa del Abue. Elaboración propia.

Por lo tanto la adecuación que se hizo en este sitio existente fue en un cierto grado conveniente debido a que cuenta con espacios amplios dando accesibilidad para las personas con discapacidad y permite movilidad a los automóviles ya que en esas calles existe poco tránsito, aunque por otro lado existen varios inconvenientes ya mencionados anteriormente y uno de estos más preocupante es el efecto que tienen los usuarios de este lugar ya que sus bardas son demasiadas altas provocando una sensación de estar prisioneros en el lugar, por lo contrario deberían de sentirse en comodidad y libertad mientras desarrollan sus actividades.



1.1.4.2 Estancia Nuestra Raíces en Córdoba, Veracruz-México



Imagen 19. Fachada principal de estancia Nuestras Raíces. Recuperado de comunicado de prensa Columnas.

En el estado de Veracruz se encuentra la Casa del Abuelo ubicada exactamente al noroeste de la ciudad de Córdoba en calle 6 Núm. 3202, Nuevo San Francisco, edificada a cargo del Arquitecto Manuel Herrera Gil junto con otros colaboradores, siendo una estancia de día pública para personas mayores.



Imagen 20. Localización de estancia Nuestras Raíces. Recuperado de Google maps, editado por elaboración propia.



En la colonia Nuevo San Francisco tiene servicios públicos como son gas, alumbrado, telefonía, agua potable, electricidad y drenaje en favor a los usuarios que predominan en esta zona. Realizando un estudio con un radio de aproximadamente 500 m se puede encontrar con una infraestructura como: gasolinera, supermercado, panadería, abarrotes, centro de desarrollo comunitario, mercado, iglesia y bodega.

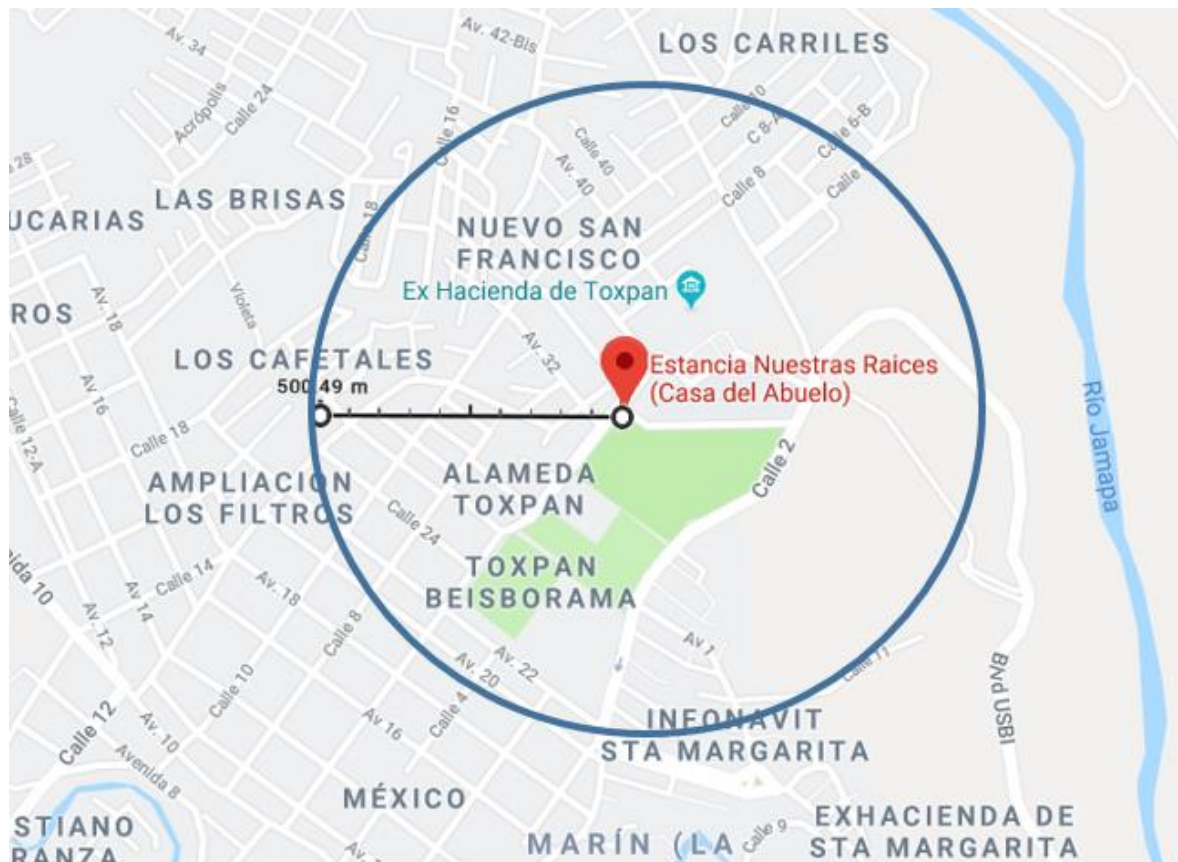


Imagen 21. Tomando el radio de acción. Recuperado de Google maps, editado por elaboración propia.

El sistema del Desarrollo Integral de la Familia (DIF) municipal, llevo a cabo la edificación del centro recreativo a favor de los adultos mayores en la estancia Nuestras Raíces buscando brindar a los adultos mayores de su ciudad un espacio para obtener un sano



esparcimiento y lo más importante que se sientan útiles en los últimos años de su vida dentro de este establecimiento.

López (2018) afirmó que: “Están en la mejor disposición para atender sus necesidades, por eso organizamos con mucho cariño talleres siendo prioridad para DIF de escucharlos y atenderlos para ofrecerles actividades que sean de su agrado, incluyendo talleres y deportes, que los mantenga activos y felices por lo que trabajamos para dignificar sus espacios de reunión”, entendiéndolo que la primer prioridad al hacer este centro no solo es hacer una construcción de una nueva estancia DIF, además, poder dar la mejor atención y cuidado de las personas a través de la satisfacción de sus carencias en esta etapa de su vida siendo un lugar acogedor que beneficiaran a las personas de esta comunidad.

Las instalaciones se encuentran en un parque de 4 hectáreas, teniendo como base principal el entorno natural que lo rodea, contando con diferentes espacios donde se organizan talleres, manualidades, así como también cuenta con áreas al aire libre que le dan un mejor sentido estético, en la siguiente imagen se puede apreciar la ubicación y relación de los espacios, en los cuales se desarrollan diversas actividades.





Imagen 22. Plano de conjunto. En Casa del Abuelo. Recuperado de Taller DIEZ, editado por Cecilia Rivas.

Este establecimiento se edificó en una sola planta logrando una mejor accesibilidad al sitio para las personas con discapacidad o inadecuada condición física, por tal razón se buscó una de estas zonas con la menor inclinación de terreno, obteniendo el mayor aprovechamiento del terreno natural y la otra parte se elevaba tenuemente para así poder respetar los árboles existentes en el lugar sin dañar el ecosistema que predominaba en ese lugar.



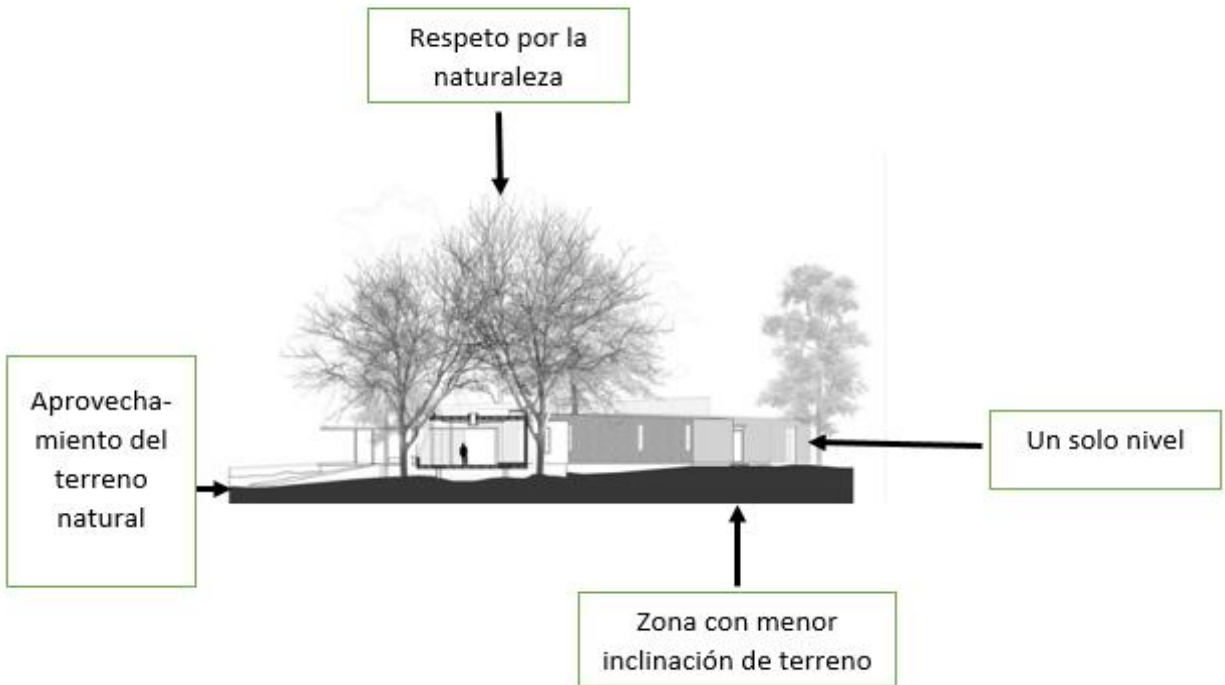


Imagen 23. Fachada lateral rodeada de grandes árboles. Recuperado de Taller DIEZ, editado por Cecilia Rivas M.

En la siguiente imagen se puede notar que cada espacio cuenta con grandes ventanales que brindan adecuada ventilación e iluminación dentro de cada lugar, pero viendo desde otra perspectiva es de gran inseguridad para los adultos mayores contar con demasiados ventanales debido a que por su edad pueden sufrir algún accidente como resbalar cerca del vidrio, por consiguiente este se romperá y sufriría lesiones en su cuerpo.





Imagen 24. Fachada lateral de Casa del Abuelo. Recuperado de Taller DIEZ, editado por Cecilia Rivas.

Esta estancia cuenta con aulas para cada taller, sala de televisión, área de cocina y comedor, consultorio médico, entre otros espacios dedicados al cuidado de estas personas. Esta edificación está rodeada por mucha área verde la cual tiene vegetación dando un toque ecológico y respetando al ambiente que lo rodea, sin en cambio cuando los arboles siga su curso de crecimiento, cada vez estarán más altos y frondosos lo cual implicar un gran peligro para estas personas, debido a que se pueden quebrar sus ramas o inclusive desprenderse del suelo por algún fenómeno natural, de tal manera que ocasionaría problemas a la construcción hasta podría llegar a caer sobre alguna persona mayor que circule en ese momento, entre otros conflictos.



1.1.4.3 Residencia de Ancianos Miraflores –Arturo soria.

En la ciudad de Madrid se sitúa la Residencia de Ancianos Miraflores –Arturo Soria y esta se encuentra en una ubicación privilegiada ya que colinda con la calle Arturo Soria.

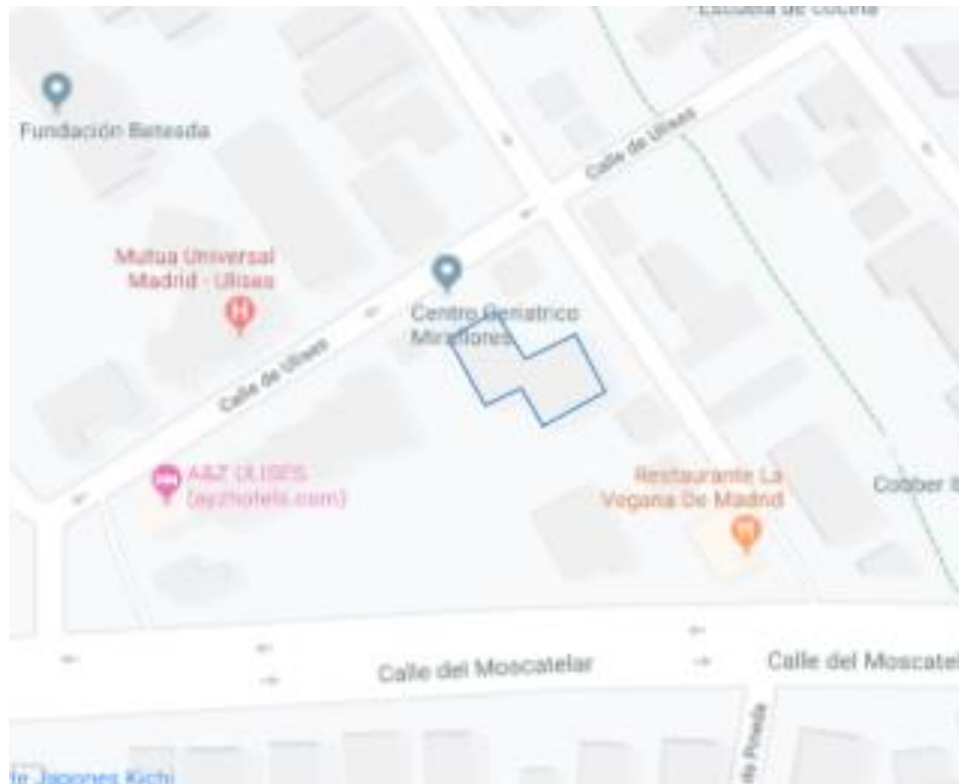


Imagen 25. Localización de residencia de ancianos Miraflores. Recuperado de Google maps, editado por elaboración propia.

En la ciudad de Madrid se encuentra la residencia de ancianos Miraflores y a su alrededor existen servicios públicos como son alumbrado, telefonía, gas, agua potable, drenaje y electricidad en favor de la población. Tomando un radio de aproximadamente 500 m se puede encontrar con una infraestructura como: zona comercial, gasolinera, restaurantes, centro deportivo privado, escuela infantil, clínica veterinaria, en bajada de la republica de Irack y Bangladesh, hotel, entre otros.



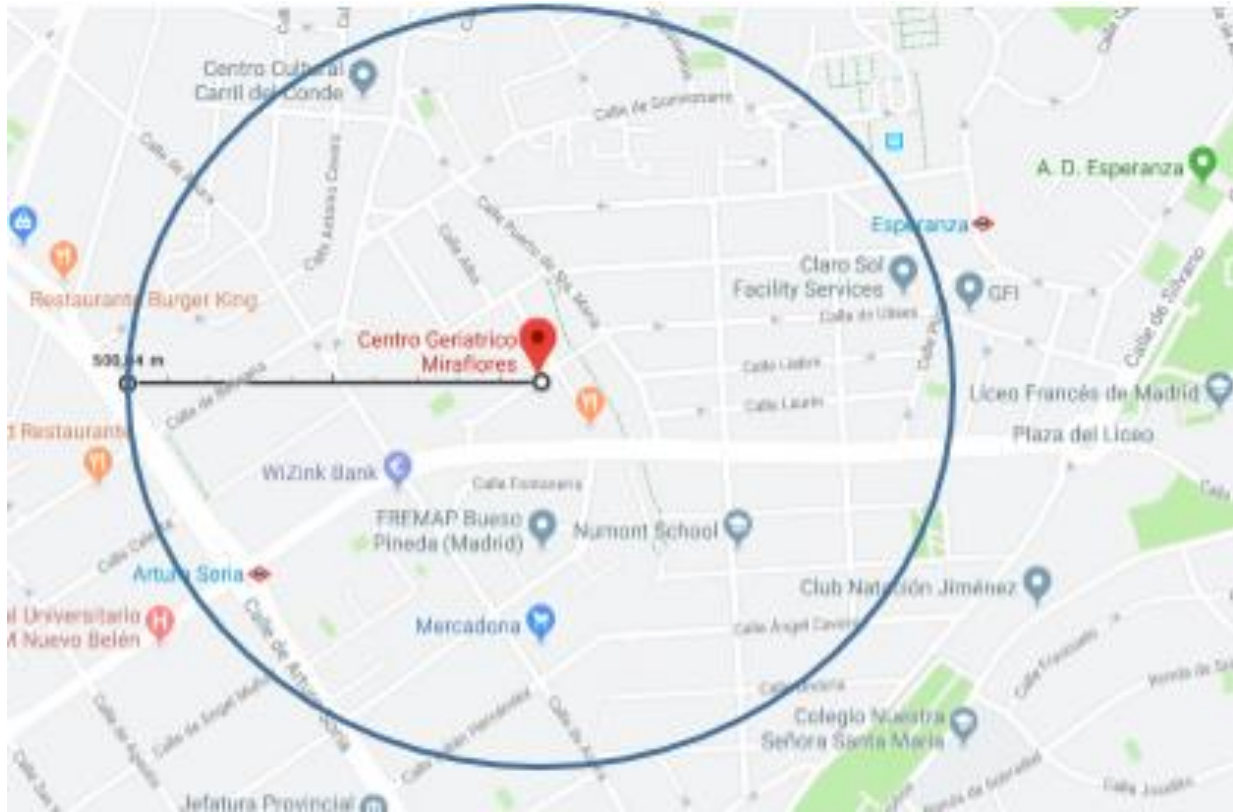


Imagen 26. Tomando el radio de acción. Recuperado de Google maps, editado por elaboración propia.

En la ciudad de Madrid se sitúa la Residencia de Ancianos Miraflores –Arturo Soria y esta se encuentra en una ubicación privilegiada ya que colinda con la calle Arturo Soria, además la residencia presenta acceso desde la M-30 de Madrid y la carretera A-2, debido a la ubicación tan favorable la presente residencia contiene un fácil acceso desde cualquier punto de Madrid.



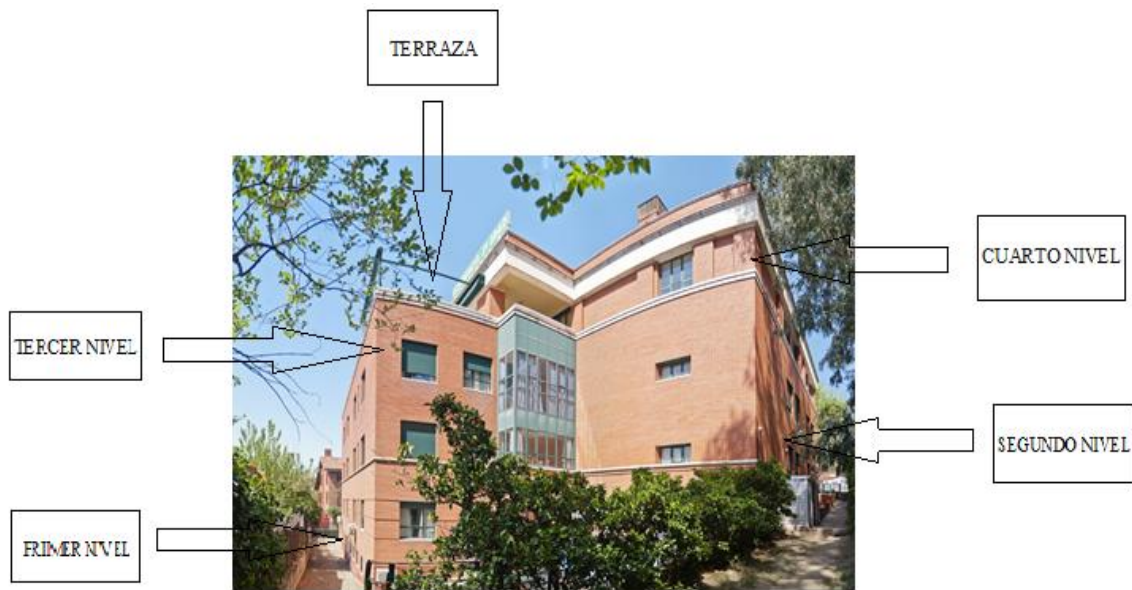


Imagen 27. Fachada lateral de la Residencia de ancianos Miraflores.

La residencia de ancianos mira flores cuenta con las instalaciones adecuadas, las cuales cubren las necesidades de sus usuarios; tanto los ancianos como los familiares cuentan con áreas destinadas a las familias para la realización de actividades con los abuelitos, así también cuentan con habitaciones amplias y luminosas además disponen cada una con baño geriátrico para una buena comodidad, también cuentan con gimnasios, área de rehabilitación para tratamientos de fisioterapia; así mismo cuenta con áreas verdes pero lamentablemente se encuentran en la parte superior de las instalaciones de igual forma un aspecto negativo es que consta de tres niveles y por ende con escaleras al tener este diseño se complica un poco la movilidad de algunos usuarios ya que por su edad y/o discapacidad la mayoría no pueden subir escaleras.



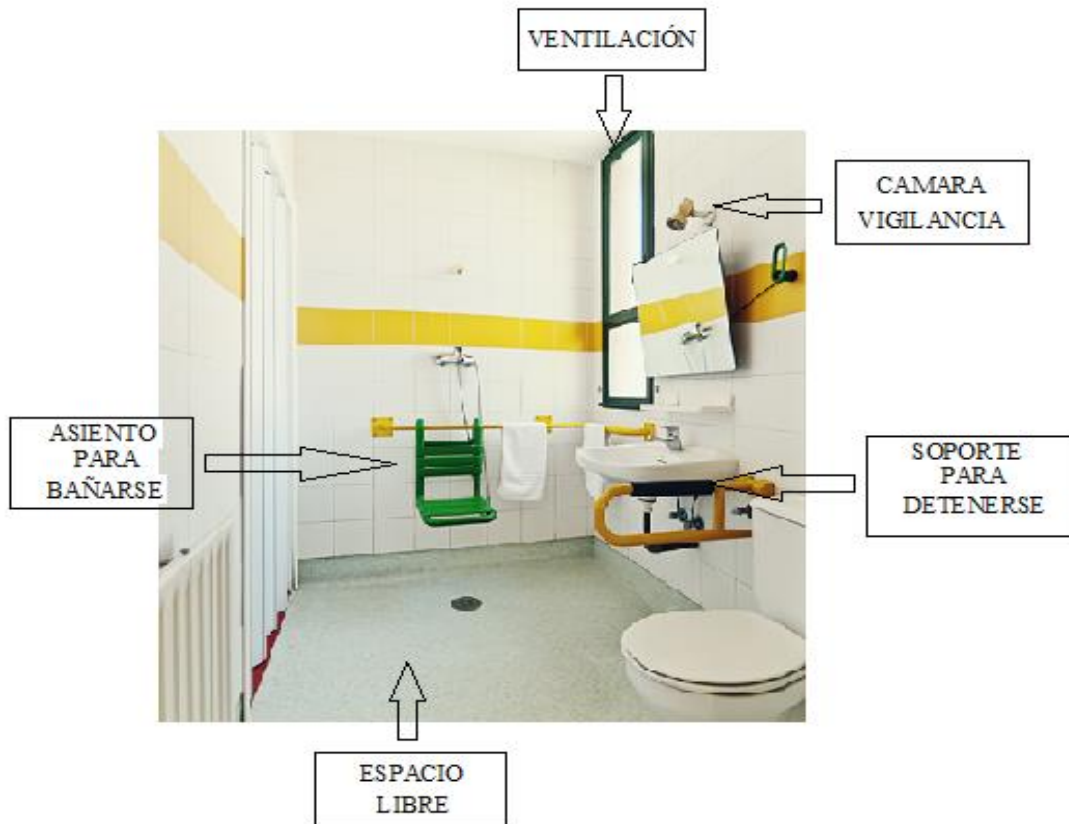


Imagen 28. Vista interior de un baño geriátrico.

1.1 MARCO FÍSICO-GEOGRÁFICO

1.2.1 Marco Físico Geográfico del Estado de Puebla

1.2.1.1 Ubicación

El Estado de Puebla se ubica al Sureste del Altiplano de la República Mexicana, entre la Sierra Nevada y al Oeste de la Sierra Madre Oriental, se sitúa entre los paralelos 17° 52' - 20° 52' latitud norte y los 96° 43' y 99° 04' de longitud Oeste; colinda al Norte con Veracruz, al sur con Oaxaca y Guerrero; al oeste con Morelos, Estado de México, Tlaxcala e Hidalgo y al este con Veracruz.





Imagen 29. Mapa del estado de Puebla. Recuperado de dirección General de Desarrollo internacional de la BUAP.



1.2.1.2 Orografía

Se caracteriza por tener ubicadas dos sierras importantes, principalmente por la Sierra Madre Oriental conocida como Sierra Norte de Puebla, se descompone en las Sierras de Zacapoaxtla, Huauchinango, Teziutlán, Tetela de Ocampo, Chignahuapan y Zacatlán y la Cordillera Neovolcánica que lleva por nombre Sierra Madre del sur de Puebla, la Sierra Madre del Golfo, de la que se desprende la zona Mixteca, corre de sur a norte, paralela a la costa; entre la sierra de Tehuacán y una faja serrana que se forma entre el Pico de Orizaba y el Cofre de Perote, la Sierra Negra, en los límites con Veracruz.

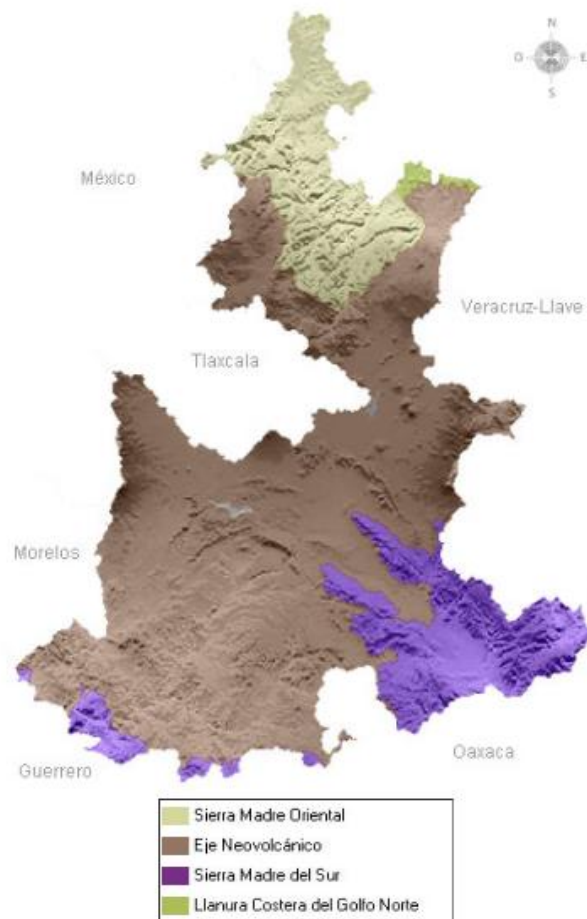


Imagen 12. Orografía del Estado de Puebla. Recuperado de INEGI.



En el suroccidente la mayoría de las sierras están constituidas por rocas de tipo metamórfico (sufrieron cambios por la presión y las elevadas temperaturas) y sedimentarias (se forman en ríos y océanos). En el centro es destacado por llanuras y lomeríos que separan las sierras en dirección al noroeste-suroeste. Por ultimo en el lado norte también se encuentran llanuras y lomeríos en los volcanes Popocatepetl, Malinche y Pico de Orizaba o Citlaltépetl teniendo una altitud de 5 610 msnm (INEGI, s.f.).

1.2.1.3 Hidrografía

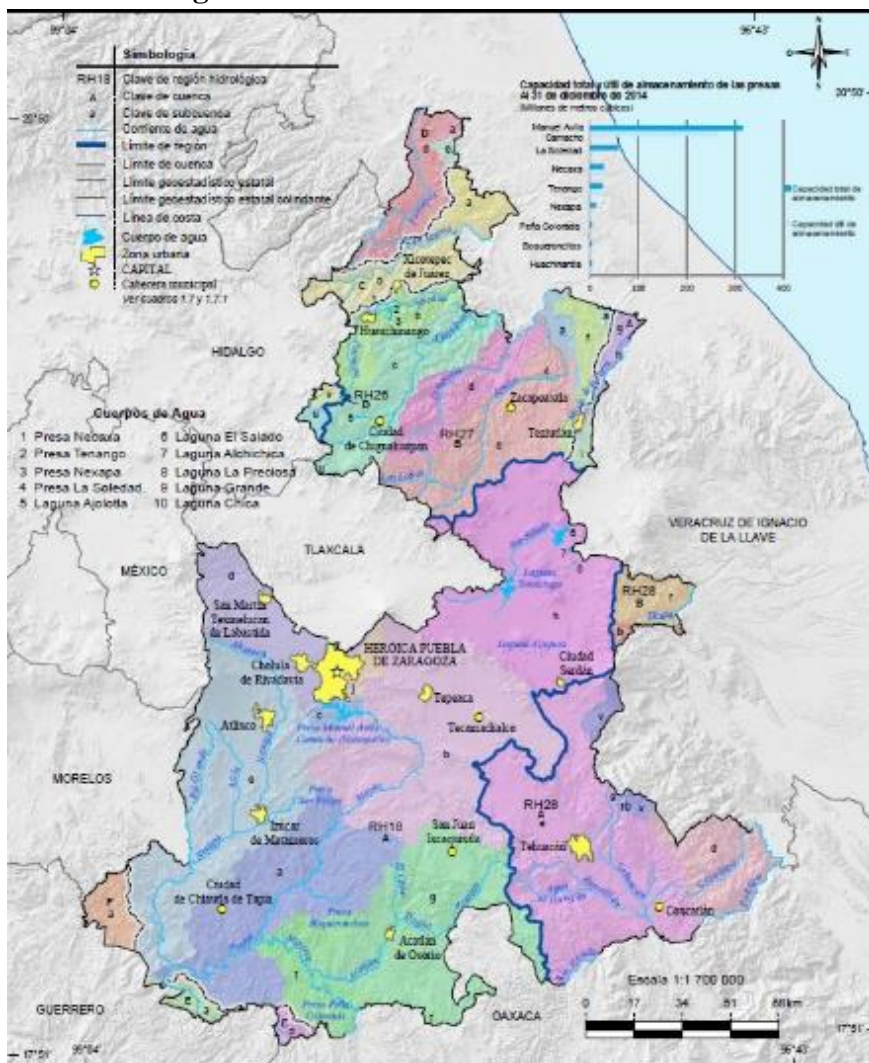


Imagen 30. Mapa de la red Hidrográfica del estado de Puebla. Recuperado de INEGI, CONAGUA.



El sistema hidrográfico de Puebla está constituido por tres vertientes; la interna, la del Golfo y la del Pacífico. La vertiente del Pacífico está formada por el río Atoyac, la vertiente del Golfo pertenecen los ríos: Pantepec, Cazones, Necaxa, Laxaxalpan, San Pedro o Zun, Zempoala, Apulco, Cedro Viejo, Salteros y Martínez de la Torre, ubicados en la región septentrional. A la región oriental pertenecen los ríos Huetzilapan y Tilapa.

1.2.1.4 Clima

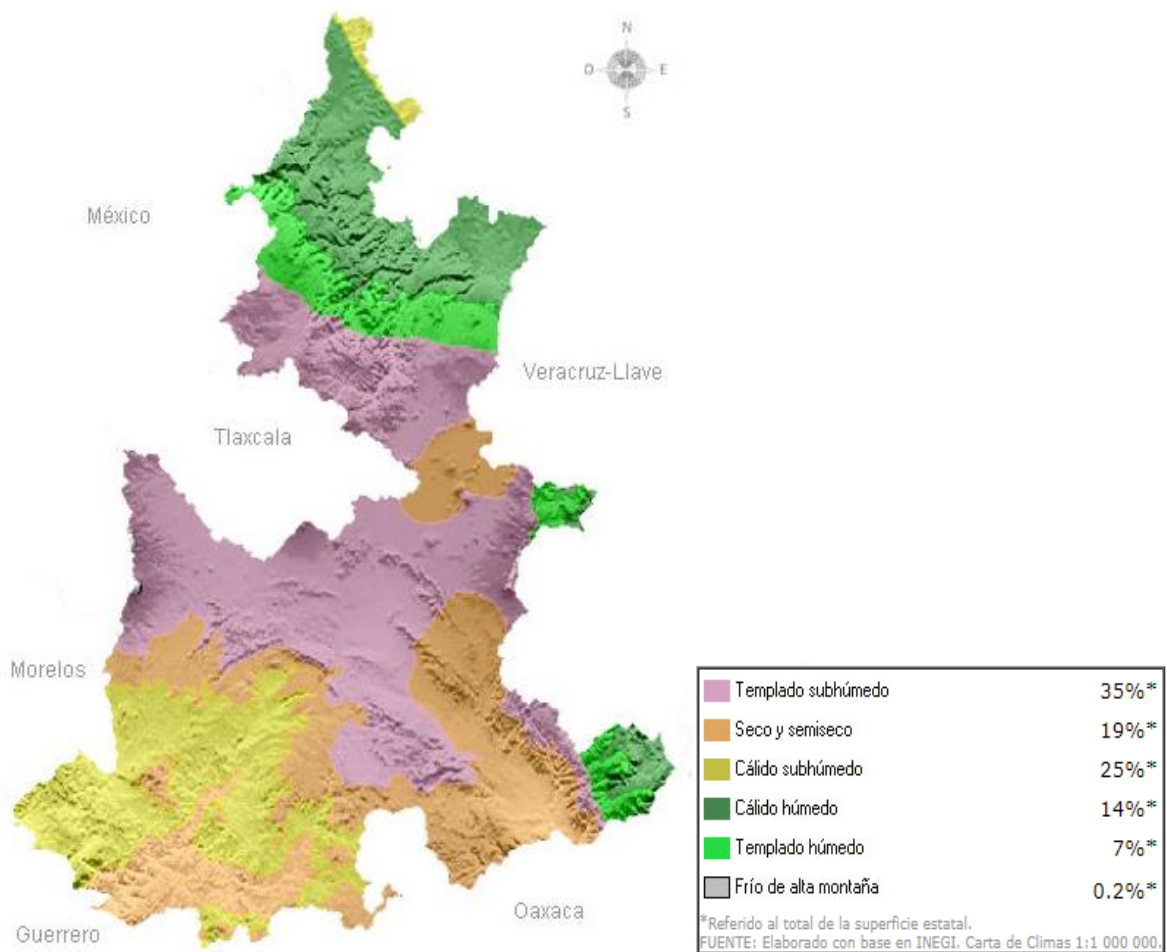


Imagen 31. Mapa de climas del estado de Puebla. Recuperado de INEGI.



El Estado de Puebla es una integración climatológica de las más variadas del país. Las características climáticas promedio de la entidad tienen una temperatura media de 16°C, llegando en verano a 17.1°C y en invierno a 16°C, la estación de lluvias se inicia en mayo, se establece en Junio y termina en octubre, con un promedio anual de precipitación de 801 milímetros.

Aproximadamente 11 tipos de clima han sido precisados; sin embargo, en el Estado se distinguen principalmente cinco regiones climáticas: la parte central y sur presenta un clima templado subhúmedo con medias anuales de 858 milímetros de precipitación y 15° C de temperatura; en el suroeste el clima es cálido y semicálido, subhúmedo en ambos, con medias anuales de 830 milímetros de precipitación y 22°C de temperatura; el norte, donde se presenta un clima cálido y semicálido, húmedo en ambos, pero con precipitación de 2,250 milímetros, y 22°C de temperatura; en la región sureste existen áreas en las que los climas son semi-secos y la temperatura varía desde cálido hasta templado, las medias anuales con precipitación de 550 milímetros, y 22°C, de temperatura y; finalmente, la zona de los volcanes, en donde los climas varían de semifríos hasta muy fríos.

1.2.1.5 Flora

El Estado de Puebla ha sufrido una grave y considerable degradación principalmente en sus bosques, debido a la tala de árboles y pastoreo “Sólo en las laderas altas se han conservado bosques de encino, pino y asociaciones de pino-encino y encino-pino; así como mesófilo de montaña y de oyamel cerca de la cumbre.” (Vida Alternativa, 2016). De la misma manera en estos bosques se puede encontrar especies como ocote blanco, escobilla, pino haweggi, palo amarillo axóchtli, guapinol, lupinus s.p., pino chino y oyamel.





Imagen 32. La flora en sus diversas especies. Recuperado de Vida Alternativa.

1.2.1.6 Fauna

En el estado de Puebla se goza de una vida animal en el bosque de coníferas y encinos: falso escorpión, ranita verde, salamandra, lagartija de collar, culebras parda y de agua, codorniz, halcón, tecolote, talcocoyote y musaraña, por otro lado en la selva seca predominan: tejón, mapache, zorrillo, coatí, venado cola blanca, gavilán, colibrí, gato montés y murciélago, mientras que para la zona del matorral: zorra gris, lagarto de Gila, pájaro carpintero, aguililla, víbora de cascabel y búho. Dentro de los cuales se encuentra la guacamaya en peligro de extinción.



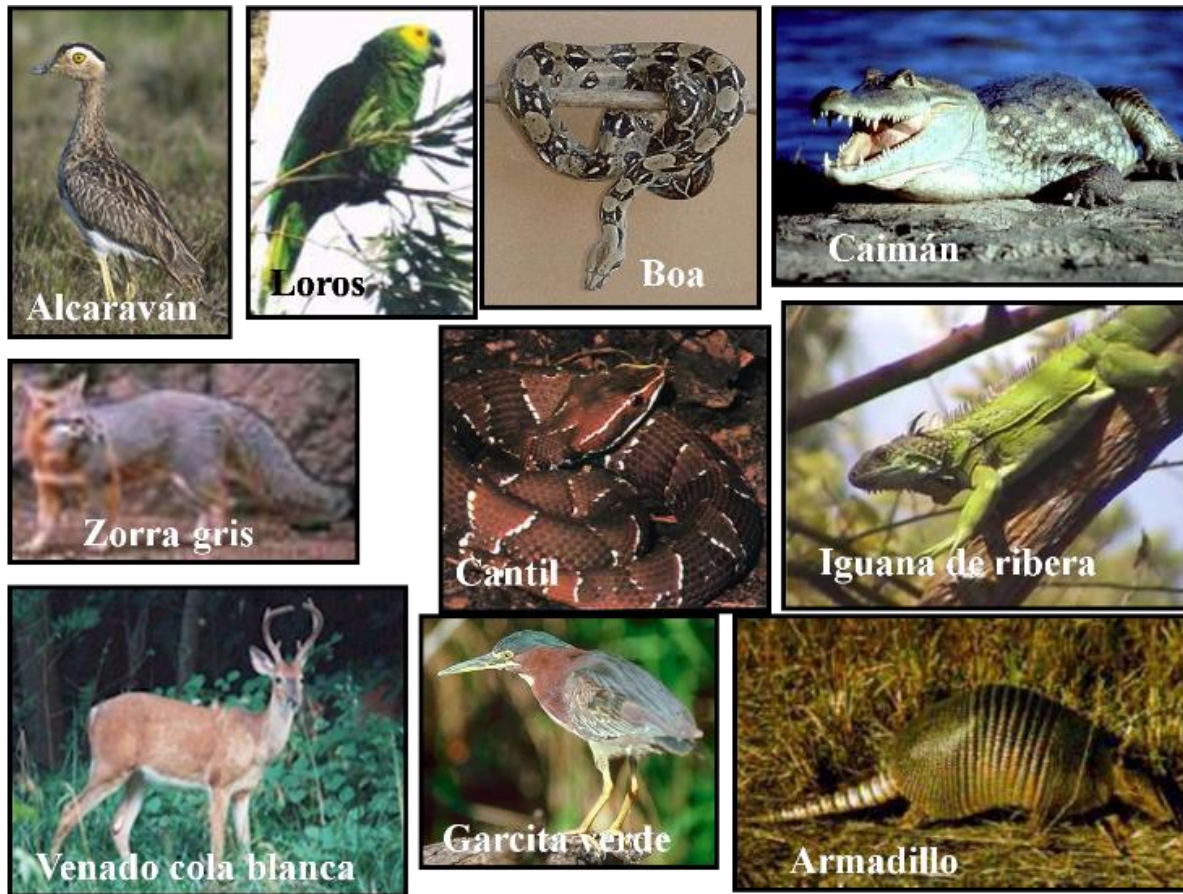


Imagen 33. La fauna en sus diversas especies. Recuperado de Vida Alterna.

1.2.1 Marco fisiográfico del municipio de Puebla

1.2.1.1 Ubicación

El municipio de Puebla tiene una ubicación en el nororiente del estado de Puebla, situada entre los paralelos 19° 02' 38" de latitud norte y los 98° 11' 50" de longitud oeste, teniendo una altitud (msnm) de 2 137; colindando al oriente con los municipios de Cuautlancingo, Ocoyucan y San Andrés Cholula, mientras que al este con Amozoc, Cuautinchán y Tapatlaxco de Hidalgo.



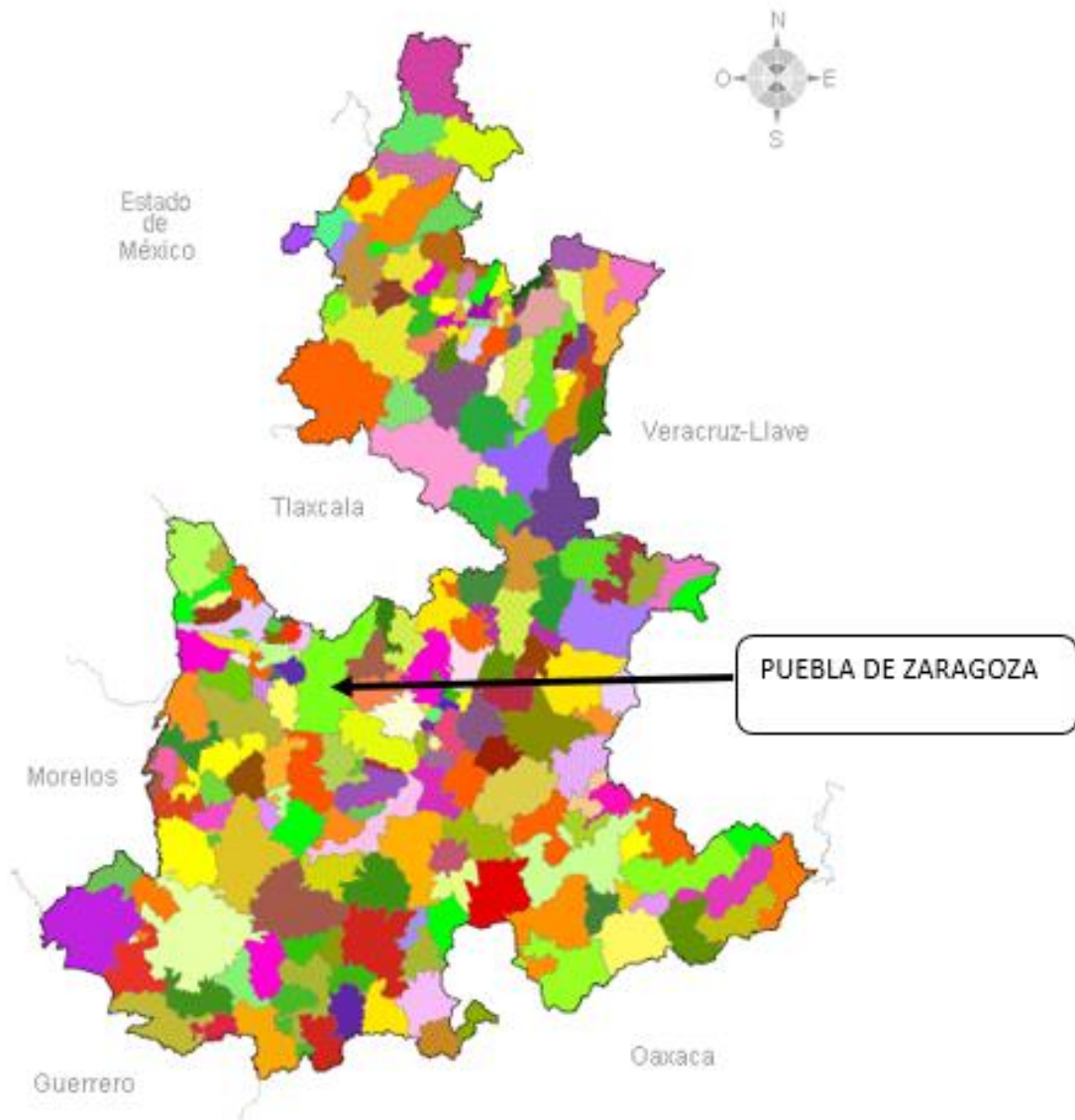


Imagen 34. Ubicación de Puebla. Recuperado de INEGI.

1.2.1.2Clima

El Municipio de Puebla se localiza en la zona de climas templados del Valle de Puebla. Durante el transcurso del año los climas que predominan son:



1.2.1.3 Flora

El Municipio de Puebla cuenta en sus bosques, de las siguientes especies de árboles como: ocote blanco, escobilla, pino haweggi, palo amarillo axóchtl, guapinol, lupinus s.p., pino chino y oyamel. “Sólo en las laderas altas se han conservado bosques de encino, pino y asociaciones de pino-encino y encino-pino; así como mesófilo de montaña y de oyamel cerca de la cumbre.”

(Vida Alternativa, 2016).



Imagen 36. La flora en sus diversas especies. Recuperado de Raul Gonzales.



1.2.1.4 Fauna.

En el Municipio de Puebla se goza de una vida animal como: ardilla, liebre, conejo, zorro, tuza, paloma, comadreja u onza, escorpión, zopilote, búho, urraca, murciélago, gavián, tlacuaches, gallareta, garza, víbora de cascabel, pato silvestre, coralillo, zencoata, chirrionera y sobre todo una gran variedad de aves silvestres.



Imagen 37. La fauna en sus diversas especies. Recuperado de Rosario R.

1.3 MARCO SOCIO-ECONOMICO

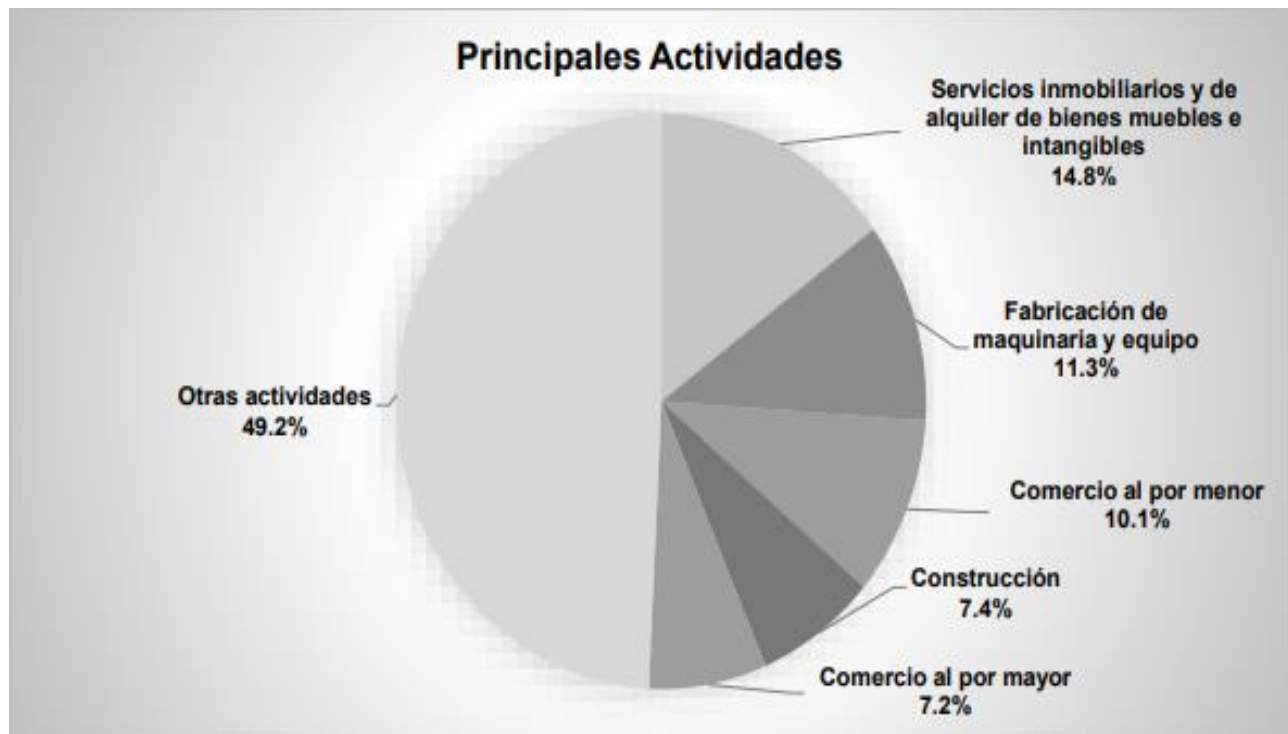
1.3.1 Marco Socio-Económico del Estado de Puebla

1.3.1.1 Economía

En el estado de Puebla el Producto Interno Bruto es un papel muy importante y en el año 2016 representó el 3.4% ocupando el lugar 10 con respecto a nivel nacional.



Entre sus principales actividades se encuentran: con mayor apoyo económico los servicios inmobiliarios y de alquiler de bienes muebles e intangibles, fabricación de maquinaria y equipo, comercio al por menor, construcción, comercio al por mayor (ver la descripción de la gráfica 3); todo esto representan el 50.8% del PIB estatal.



Gráfica 1. Principales actividades económicas. Recuperado de Secretaria de Economía

Los sectores estratégicos que maneja el estado de Puebla son automotriz y autopartes, metalmecánica, química, plásticos, textil-confeción e industria alimentaria, teniendo como finalidad abarcar una evolución económica del estado registrando un crecimiento del 8.3% en el tercer trimestre del 2017.



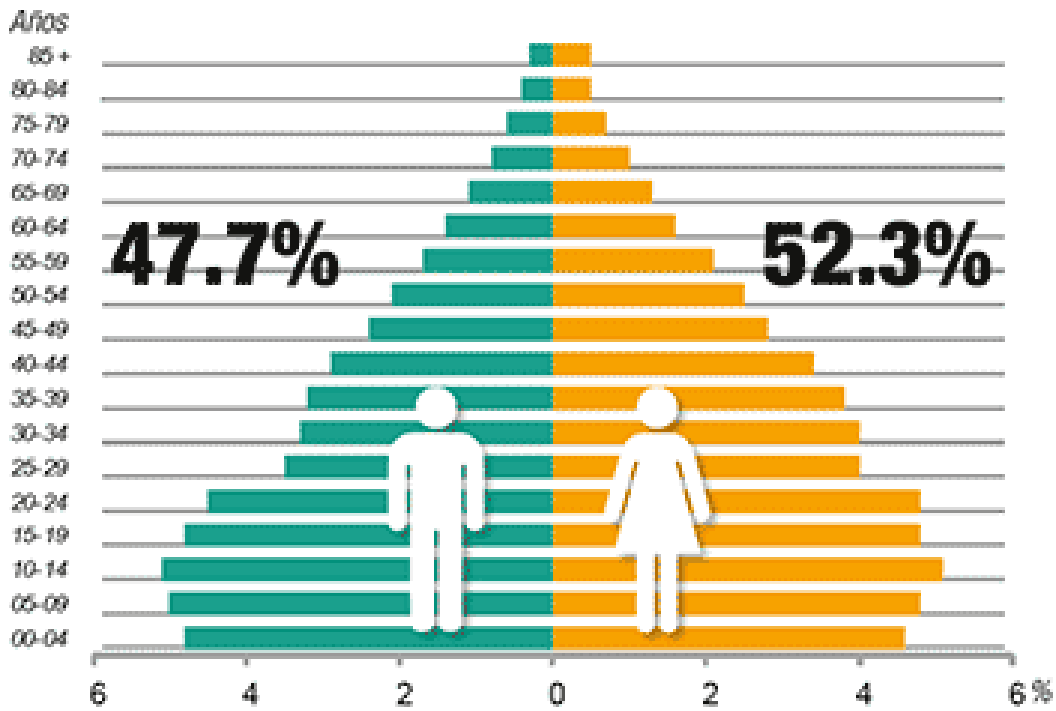


Imagen 34. Sectores estratégicos. Recuperado de Elvia cruz.

1.3.1.2 Población

Actualmente el estado de Puebla contando con 2, 943,677 hombres y 3, 225,206 mujeres, con un total de 6,168, 889 habitantes (INEGI 2015), ocupando el 5 lugar a nivel nacional en número de habitantes.





Grafica 2. Porcentaje de población. Recuperado de INEGI.

1.3.1.3 Vivienda

En total de habitantes por viviendas particulares representan el 4.86% con respecto al total nacional, contando con 1, 554,026 de viviendas a nivel estatal.

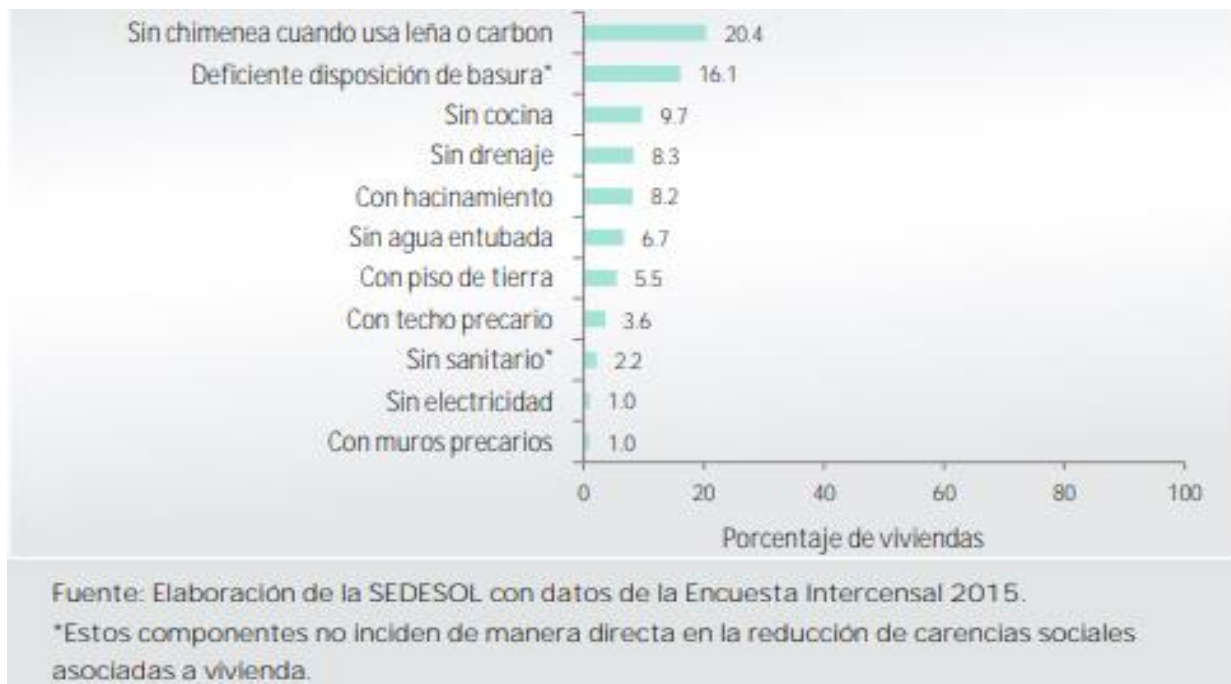


Imagen 35. Viviendas en el estado de Puebla. Recuperado de Elvia Cruz.



En general la mayoría de las construcciones de viviendas cuentan con pisos de tierra siendo el 4.4% respecto al total de viviendas, techos de material endeble 3.3% y muros de material endeble 0.5%.

A continuación se presenta una gráfica describiendo los principales rasgos de las viviendas:



Gráfica 3. Porcentajes de los rasgos de las viviendas. Recuperado de SEDESOL.

1.3.1.4 Salud

De acuerdo al registro de población por distribución porcentual según la condición de afiliación a servicios de salud de los 6,168, 889 habitantes solo el 79.76% total de la población son derechohabientes a instituciones públicas y privadas de seguridad social, las cuales 23.55% corresponden al Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), para el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) con 5.67%, PEMEX con tan solo el 0.53%, mientras que el Seguro Popular con el 69.44%, para las Instituciones privadas abarcando



solo el 2.17% y otras instituciones así como también las que no son afiliadas con un 21.12%, (INEGI 2015).



Imagen 36. Todos merecemos tener adecuados servicios de salud. Recuperado de Samira Gazca.

1.3.1 Marco Socio-Económico del municipio de Puebla

1.3.1.5 Población

El municipio de Puebla actualmente cuenta con 1, 576,259 habitantes los cuales se dividen en 746,734 hombres y 829,525 mujeres, teniendo una población activa en etapa de pre vejez en un rango de 45-59 años con 458,761 habitantes, mientras que en la etapa de senectud abarcando de 60-79 años con 239,998 habitantes y por último en la ancianidad en un rango de 80 años y más con 104,675 habitantes, (INEGI 2015).





Imagen 37. Población a nivel estatal. Recuperado de Marisol Rivera.

1.3.1.6 Vivienda

Las Viviendas particulares habitadas en el municipio de Puebla son 430,542 representando a nivel estatal.



Imagen 38. Vista del municipio de Puebla. Recuperado de Jaime Zambano.

1.3.1.7 Salud

La población en condición de afiliación a servicios de salud solo el 78.56% total de la población son derecho-habitantes a instituciones públicas y privadas de seguridad social, dentro de las



instituciones con mayor afiliación corresponden al 49.84% del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), el Seguro Popular con el 37.23%, mientras que el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) con 9.29%, PEMEX con solo el 0.87%, para las Instituciones privadas abarcando solo el 3.91% y otras instituciones así como también las que no son afiliadas con un 22.72%, (INEGI 2015).



Imagen 39. Instituciones de salud. Recuperado de Marisol Rivera.

1.4 MARCO HISTORICO

La vejez en la antigüedad abarca muchas etapas, contemplando diferentes culturas y civilizaciones a lo largo de la historia, cambiando su comportamiento de longevidad. De tal manera que el concepto de vejez ha ido transformándose a lo largo del tiempo desde la



prehistoria, en la cual se formaban tribus que definían como tenía que ser su estructura social hasta proyectar como sería su supervivencia.



Imagen 40. El tiempo solo da la respuesta a tantas preguntas de la juventud que al llegar a la vejez solo queda tranquilidad. Recuperado de Elvira Gutiérrez.

Mientras que en las culturas primitivas alcanzar una edad mayor era un gran privilegio divino, ya que estas personas eran consideradas con mayor sabiduría desempeñando un cargo predominante. De tal forma para poder comprender la situación actual de los ancianos, es necesario tener una idea específica sobre la posición que ocupaban y vivían en esos tiempos ante la comunidad.

1.4.1 Senectud en la Prehistoria

En la época prehistórica no se tienen datos específicos sobre las actividades que se realizaban durante este periodo. La longevidad era una gran honra para el clan, mientras que encerraban más



su saber en la memoria tenían un mejor contacto con sus antepasados. Al ser personas experimentadas trasmitían mayor conocimiento siendo intermediarios entre el presente y el futuro, siendo curanderos, chamanes, “lo sagrado”, una parte de esto influía a tener temor y respeto ejerciendo labores de sanación, de jueces y educadores. “Los pueblos primitivos suelen representar a sus dioses como grandes ancianos llenos de vigor y sabiduría” (María Luz, 2001, p.16). Por tal motivo los ancianos en esta época alcanzaron un grado de organización social muy alta consiguiendo un papel importante para sus tribus.



Imagen 41. Los ancianos dirigen por su gran sabiduría a su tribu. Sin autor.

1.4.2 Senectud en la Antigüedad Egipcia

En Grecia la vejez se asocia con un mundo sagrado, en otras palabras solo se podía alcanzar con ayuda de los dioses, otorgándole un papel importante al estar al frente por su



sabiduría y experiencia dándole una larga vida. Los ancianos de esta época se desempeñaban como consejeros guiando a la sociedad y a la juventud; en el vocablo árabe “shaikh” es designado al jefe y al viejo. Los “Consejos o asambleas de ancianos mantuvieron un poder importante tanto en el plano legislativo como judicial, entre egipcios, asirios y fenicios” (María Luz, 2001, p.17). Los ancianos ocuparon uno de los cargos más trascendentales en la historia egipcia por sus conocimientos que obtenían a lo largo de la vida.



Imagen 42. Escriba egipcio ocupando un cargo importante como guía de la juventud. Recuperado de Daniela R.

1.4.3 Senectud en Antigüedad Hebrea

La época Hebrea fue un periodo donde los ancianos ocuparon un lugar privilegiado, desde la época de los jueces hasta la época de los jueces, los viejos se desempeñaron como jefes



naturales del pueblo en el ámbito religioso como judicial. Alrededor del patriarca se creó un consejo de ancianos, obteniendo los escritos más antiguos, salmos y proverbios llenos de alabanzas a ellos. Se respaldaba el respeto a los ancianos y padres de edad mayor, teniendo una longevidad larga en recompensa de la virtud y muestra de la bendición divina. Para el año 935 a.C. surgió una divergencia entre el rey y el consejo de ancianos, tal motivo llevo hizo un cambio en la figura social del anciano (María Luz, 2001, p.17). El prestigio que gozaron los viejos se fue modificando y decayendo en la de los reyes, además conforme sus debilidades físicas que los limitaba.

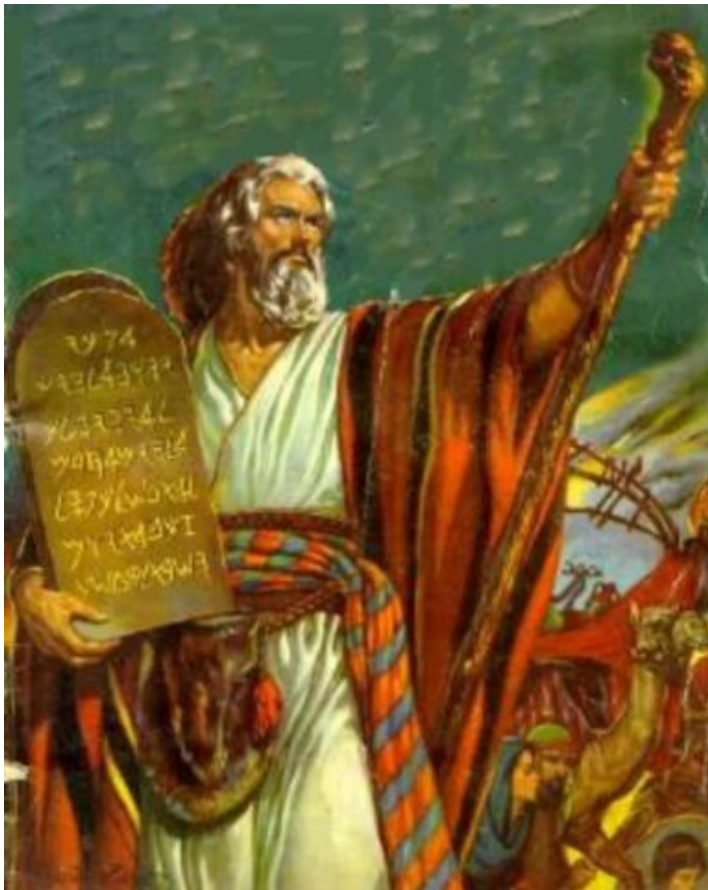


Imagen 43. Los ancianos son los jefes naturales del pueblo. Recuperado de Daniela R.



1.4.4 Senectud en la Antigüedad Griega

Los griegos siempre buscaron conseguir la perfección humana y la belleza. Esta civilización a diferencia de otras culturas, para ellos la juventud era la cima más alta, de modo que para obtener tierras se defendía por medio de armas, a pesar de esto los ancianos eran respetados y para los combatientes más antiguos estaban llenos de sabiduría convirtiéndolos en honorables ancianos ocupando puestos de honor transmitiendo su conocimiento. En Atenas y otras ciudades los consejos solo eran consultivos que dominaban el poder sobre lo religioso, aunque la decisión última la tomaban los más jóvenes. Esparta fue un lugar excepcional de los demás ya que contaba con un consejo (Gerusia) de veintiocho viejos que asesoraban a la política del estado exterior (María Luz, 2001, p.18).



Imagen 44. Pintura de la escuela de Atenas con los más famosos filósofos y sabios, en el centro Platón y Aristóteles. Recuperado de la revista National Geographic España.



Siendo en Grecia Clásica que comenzó un gran cambio social teniendo una nueva esperanza de vida sobrepasando los 60 años y todos los puestos públicos solo los podían ocupar lo gerontes, los cuales eran los más ancianos y cultos en esos tiempos.

No obstante, la longevidad de esa época no varía mucho de la actualidad. Tal vez un motivo que perjudicaba llegar solo a esas edades era la búsqueda del equilibrio entre el bienestar físico y la actividad intelectual, otras palabras querían tener un equilibrio entre el cuerpo y la mente. Algunos de los griegos más ilustres en cuanto su edad y sabiduría fue Hipócrates que vivió hasta los 83 años, Isócrates suicidándose a los 98 años y Gorgias viviendo hasta los 107 años, entre algunos otros.



Imagen 45. Los siete sabios más grandes de la antigua Grecia. Recuperado de Daniela R.

1.4.5 Senectud en la Antigüedad Romana

En la Roma imperial era difícil que los ancianos pasaran de los 20 a 23, debido a que su esperanza de vida era muy corta, de modo que se les daba mayor responsabilidad y respeto,



teniendo gran autoridad “Pater Familias” siendo el jefe absoluto sobre la familia sin límites y ocupando el cargo más relevante del senado de Roma. En la época republicana, “el Senado encarna el poder de los más viejos y los magistrados son ancianos u hombres maduros y siendo imprescindible tener cierta edad para sustentar gran número de cargos públicos” (María Luz, 2001, p.18). Finalmente al transcurrir el tiempo durante el Bajo Imperio se comenzó a debilitar este senado debido a que se hicieron quejas sobre estas figuras perdiendo poder público y restringiéndose solamente a lo familiar.

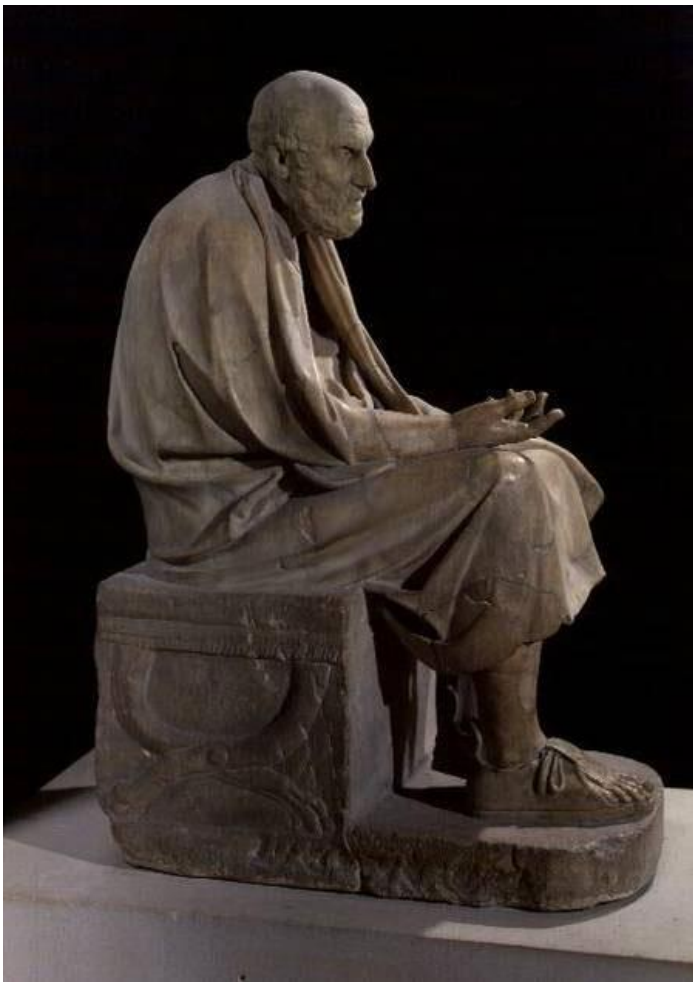


Imagen 46. Confinaban en los viejos políticos por su experiencia y sabiduría. Recuperado de Revista de Historia.



1.4.6 Culturas prehispánicas

Las culturas Mexicanas fueron parte de las civilizaciones Mesoamericanas, las cuales tuvieron un lugar en América, durante la era prehispánica, a continuación se dará a conocer puntos relevantes.

1.4.6.1 Cultura prehispánica- Olmeca

La cultura Olmeca fue la fundadora de las Culturas Prehispánicas Mesoamericanas por lo tanto también es conocida como Cultura Madre gracias a los avances en conocimiento que poseían de las artes y varias ciencias, ellos compartieron dichos conocimientos con otras culturas como los mayas y aztecas; esta cultura se desarrolló entre los años 1200 a.C. hasta el año 400 a.C. en los territorios actuales de Tabasco y Veracruz, debido a los miles de años ya transcurridos se desconocen varios hallazgos de esta cultura “En esencia se desconoce quiénes fueron realmente los olmecas, ignorando todo en cuanto a su origen, lengua y religión” (A.S. 2014). A pesar de ello se han realizado diversas investigaciones de las cuales se infiere que tenían dos cosas muy importantes, en primer lugar estaban sus dioses ya que eran politeístas y en segundo lugar se encontraban sus ancianos ya que eran los que tenían mayor conocimiento de todo lo que desempeñaban en ese entonces como en la agricultura, la caza, la pesca, la religión, en su arquitectura, pero sobre todo en las ciencias que estudiaban.





Imagen 47. Cultura Olmeca. Recuperada de Culturas online.

1.4.6.2 Cultura prehispánica- Mixteca

Los mixtecas eran un pueblo amerindio de Mesoamérica, ya que estos fueron los artesanos más famosos del México Precolombino, debido a sus reconocidos trabajos en piedra y en diferentes metales por lo consiguiente nadie los superaba en la región, creían en su diosa madre: La lluvia, es por ello que se autodenominaron “El pueblo de las nubes”. Los mixtecas llegaron habitar las tierras de los estados de Puebla, Oaxaca y Guerrero, entre los siglos XV- II a.C. llegando a su culminación en el siglo XVI d.C. en esta cultura era de vital importancia la última etapa de vida (La vejez) ya que los ancianos son los que promueven el valor colectivo y la veneración de los espíritus de sus antepasados “Es por esto que tienen en un lugar especial a los ancianos: ellos guardan los secretos de la vida consigo, y mediante su sabiduría es que se pueden sobrellevar los problemas de mejor manera.” (Fischer, 2018) solo ellos podían hacer una convivencia con sus antepasados y los que aún permanecían en el plano terrenal.





Imagen 48. Cultura Mixteca. Recuperada de Historia Territorial.

1.4.6.3 Cultura prehispánica- Zapoteca

La cultura zapoteca estuvo situada al sur de México desde el istmo de Tehuantepec a Acapulco, sobre todo en el estado actual de Oaxaca, durante el periodo clásico, entre los años 250 d.C. y 900 d.C. ellos se dedicaban a producir sal, cal, arcilla para la alfarería y a la agricultura, por consiguiente su principal actividad era el cultivo del maíz y debido a ello le realizaban ciertos cultos a dicha planta, para esta cultura los abuelos eran un pilar importante en su civilización ya que estos tenían los conocimientos más trascendentales ante su sociedad y eran un ejemplo a seguir para la juventud y niñez de ese entonces. Los “Viejos Abuelos mantuvieron estas historias de generación en generación a través de la palabra y los códices, que eran los



libros en que se guardaban los conocimientos” (Marín, 2017) de esa manera los ancianos les dejaban a sus sucesores un legado muy grande el cual guardo su memoria a través de los años.



Imagen 49. Cultura Zapoteca. Recuperada Hablemos de cultura.

1.4.6.4 Cultura prehispánica- Maya

La cultura maya es una de las más extensas hablando territorialmente ya que está situada en Campeche, Quintana Roo, Yucatán, Honduras, Brasil, y parte de Tabasco y Chiapas, obteniendo un total de 280.000 metros cuadrados, de dicha cultura su periodo existencial fue sexionado en tres: Formativo, del siglo X a.C. y el siglo III d.C.; Clásico, del siglo III d.C. al X d. C.; y Posclásico, de la décima centuria a la Conquista.



Para los mayas, los ancianos eran los pilares más importantes de su cultura ya que de todas sus creencias, ellos (fuese hombre o mujer) protagonizaban a cada una, es decir su máxima deidad fue el sol y este era representado por un anciano, de la misma manera creían en Itzamná dios representante del panteón, ellos veneraban demasiado a sus ancianos ya que contaban con los conocimientos más sagrados a causa de sus experiencias de vida “Los ancianos fueron los primeros en existir sobre la Tierra, y los creadores de la vida humana” (Maya, 2015).



Imagen 50. Cultura Maya. Recuperada Culturas.

1.4.7 La senectud en Época contemporánea (mundo moderno)

En el mundo contemporáneo durante el siglo XVIII y XIX sufrió grandes fenómenos y cambios tanto demográficos, industriales y desarrollos urbanos, todo esto afectando al anciano ya que conforme transcurrían los cambios y se desarrollaban nuevas formas de trabajo no aguantaban el ritmo de los obreros más jóvenes y en consecuencia de esto les quitaba el empleo quedando en la ruina y careciendo de economía (María Luz, 2001.)



Al término de la revolución industrial los cargos más relevantes pasaron para los empresarios, teniendo más imponencia los jóvenes y quitando el prestigio y poder de los ancianos ocupando un papel no deseable ante la sociedad.

Conforme avanzaba el tiempo las clases sociales dejaban a un lado las obligaciones hacia los más viejos, dejando de ser un problema familiar y pasando a un asunto público. En este nuevo mundo moderno pertenece a los jóvenes, limitando a los hombres de edad avanzada logrando que pierdan su lugar ante la sociedad, ya que su experiencia de estas personas no cuenta en la época contemporánea.



Imagen 51. El papel del anciano ante la nueva sociedad. Recuperado de Stannah.



1.5 MARCO TIPOLOGICO

1.5.1 Marco Tipológico del Estado de Puebla

El estado de Puebla cuenta con una extensión territorial de 33,919 km. Por lo cual obtiene el número 21 del total de estados en la República Mexicana en cuestión a tamaño; el estado ya mencionado colinda con los estados presentados a continuación, al Noroeste con Hidalgo, al Este con Veracruz, al Oeste con México, Tlaxcala y Morelos y al Sur con Oaxaca y Guerrero.



Imagen 52. Mapa del Estado de Puebla. Recuperado de Periódico Síntesis.



El estado de Puebla es distinguido por tener una gran diversidad de paisajes debido a su variada geografía e orografía; como Ericka D. Carral decía que “La agricultura en Puebla es muy variada debido a los diversos climas y suelos con los que cuenta, pero en lo general se dedica a la producción de flores, hortalizas, café, cacahuate, cebada, maíz, papa, frijol y forrajes”. (Carral G., 2013). Los diversos municipios que conforman al Estado de Puebla cuentan con una arquitectura colonial espectacular y así mismo con una gran diversidad de culturas que lo caracterizan.

En 1940 Puebla sufre una transformación ya que se convierte en metrópoli, debido al crecimiento poblacional, al desarrollo industrial, al comercio, a los servicios que brinda, pero sobre todo a su infraestructura ya que a través de los años se va actualizando y modernizando a beneficio de las necesidades que va requiriendo la población.

1.5.2 Marco Tipológico del Municipio de Puebla

La ciudad de Puebla fue una de las primeras ciudades fundadas durante el Virreinato de Nueva España en los siglos XVII y XVIII, la cual queda definida en sus limitaciones por los volcanes Popocatepétl e Iztacihuatl al oeste, al norte la Sierra Madre Oriental, la Mixteca al sur y el pico de Orizaba al este. Un punto importante que caracteriza al Municipio de Puebla es la perfecta retícula formada por sus trazos, la cual está ligeramente girada con dirección norte-sur, debido a la estructura agraria preexistente; se conforma por manzanas de 83,5 m. (norte-sur), por 167 m (este/oeste), se trata de manzanas amplias con una área total de 1,4 Has.

Durante ese periodo en Puebla se situó una arquitectura relevante, sobre todo en el siglo XVIII debido al impulso Palafoxiano, fue ahí que comenzó a florecer el “Barroco Poblano” y a



su vez se alcanzó una madurez urbana, sobre todo con la llegada del ferrocarril en 1869; la arquitectura barroca del momento en Puebla se caracterizó por sus cúpulas con casquete semi esférico gallonado o cúpulas con gajos de sección semicircular o triangular, columnas salomónicas, cornisas, bases de gárgolas, arcos de medio punto, pináculos, columnas toscanas, por mencionar algunos.



Imagen 53. Mapa del Estado de Puebla, con micro localización del Municipio Poblano. Recuperado de diario central.



CAPÍTULO 2



BASES Y NORMATIVAS

Se hace referencia a las normas que se han hecho para apoyar a la calidad de vida del adulto mayor y bases que se tomaran en cuenta para diseñar el anteproyecto.



2.1 Normativa Oficial Mexicana

El envejecimiento es una experiencia que toda persona atraviesa en la última etapa de la vida a nivel universal, se ha tenido un crecimiento de la población de manera acelerada tanto a nivel Nacional (México) como Estatal (Puebla), ya mencionado en capítulos anteriores, todo esto influyendo a tener nuevas necesidades. Tomando en cuenta lo anterior se mencionaran algunas normas que se han hecho en apoyo a tener una mejora en su calidad de vida del adulto mayor.

En 2012, Diario Oficial de la Federación establece que la **Norma Oficial Mexicana nom-031-ssa3-2012**, asistencia social, prestación de servicios de asistencia social a adultos y adultos mayores en situación de riesgo y vulnerabilidad, consiste en dar una asistencia social mejorando su desarrollo integral hasta llegar a su incorporación de vida plena y productiva; mientras que para un establecimiento de cuidado temporal solo se podrán brindar servicios y apoyos asistenciales dando un servicio menor a 24 horas, proporcionando a personas adultas o adultas mayores ocupación de manera creativa y productiva a su tiempo libre.

Tomando en cuenta la cita anterior, cabe destacar que la para los requerimientos que pide esta norma, se debe contar con una infraestructura e instalaciones planeadas y diseñadas teniendo espacios requeridos por las personas adultas y adultas mayores, en el cual el diseño y la construcción deberá adquirir todos los elementos necesarios obteniendo un ambiente confortable en cada área que lo constituya, de acuerdo a su función, mobiliario, equipo, materiales, región, todo esto adaptándose al medio ambiente que lo rodea. Además de tener áreas físicas con dimensiones aptas que proporcionen ventilación e iluminación que albergue cada espacio (Ver en anexos, página 51).



2.2 REGLAMENTO DE CONSTRUCCIONES PARA EL ESTADO DE PUEBLA

Como el reglamento de construcción del estado de Puebla establece en el capítulo IV. De los hospitales, casas de salud, asilos y hospicios que:

ARTICULO 64o.- El terreno destinado a estos edificios estará perfectamente saneado.

ARTICULO 69o.- La ventilación de las piezas destinadas a enfermos, cuando son para varios lechos, será bilateral, siendo la superficie sumada a los claros, como mínimo, un tercio de la superficie del piso de la pieza.

ARTICULO 70o.- La ventilación se verificará automáticamente por medio de pequeños ventiladores graduados, colocados al nivel del piso y de antepechos giratorios en la parte superior de las ventanas.

ARTICULO 71o.- Cuando se trate de pabellones de enfermos en comunidad, la altura del piso al techo no será menor de 4 metros ni mayor de cinco.

ARTICULO 72o.- Los muros estarán revestidos interiormente por aplanados impermeables, o bien impermeabilizados por pintura lavable de aceite o esmalte, debiendo carecer siempre de salientes (cornisas, molduras, etc.) y presentando una superficie continua y lisa.

ARTICULO 73o.- El piso de los pabellones o piezas destinadas a enfermos será de materiales impermeables (presentar una superficie continua y pulida).

ARTICULO 74o.- En el interior de los pabellones o piezas destinadas a enfermos se evitarán los ángulos o rincones, redondeando las penetraciones de los muros, pisos y techos entre sí, de manera que formen un arco con un radio no menor de diez centímetros.



ARTICULO 75o.- Los cielos rasos no podrán ser en ningún caso de tela de o papel.

ARTICULO 82o.- Si hubiera talleres y clases en cualquiera de los edificios considerados en esta parte del Reglamento de Construcciones, se sujetarán a las condiciones especificadas por las clases de los edificios escolares.

ARTICULO 85o.- Las instalaciones estarán hechas de manera que no existan tuberías ni desagües aparentes al interior de las piezas, para no interrumpir las superficies planas de las mismas.

NOTA: Se tomó como referencia el Reglamento de Construcción del estado de Puebla para el rubro de un adecuado diseño; no hay un reglamento dirigido a proyectos de esta índole.

No respalda a edificaciones para centros de día, ocasionando un descuido hacia el sector de la población adulta mayor activa.

2.3 Programa de necesidades/ diagrama de funcionamiento general

De acuerdo a la siguiente información sobre lo anterior se obtiene el programa de necesidades y el diagrama de funcionamiento general para el desarrollo y diseño del proyecto ejecutivo.

Programa de necesidades: A continuación se hace una tabla donde se enlistas cada una de las necesidades que se requerirán para llevar a cabo el programa arquitectónico:



Zonificación	PROGRAMA DE NECESIDADES	PROGRAMA ARQUITECTÓNICO		Analisis	
	Actividad/ Necesidad	Mueble	Satsfactor	m2	
ADMINISTRATIVA	Reposar	Sillón	Sala de espera	25	
	Dar informes y atencion	Silla	Recepción	15	
	Llevar control	Escritorio	Direccion general	14	
	Llevar control	Escritorio	Sub Dirección	8	
	Llevar control	Escritorio	Secretaria	13	
	Supervisar	Escritorio	Administración	11	
	Atencion a las personas	Escritorio	Recursos humanos	10	
	SUB TOTAL M2				96
GASTRONOMIA	Comer	Mesa	Comedor	120	
	Prepara alimentos	Estufa	Cocina	24	
	Cocinar	Estufa	Taller de cocina	47	
	Comer	Comedor	Comedor de empleados	4	
	SUB TOTAL M2				195
A. MÉDICA	Terapia	Divan	Area de fisioterapia	50	
	Consultar	Escritorio	Consultorio	25	
	Consultar	Escritorio	Enfermeria	8	
	Consultar	Divan	Area de psicologia	39	
	Consultar	Divan	Area dental	40	
	SUB TOTAL M2				162
AREA RECREATIVA DE CONVIVENCIA Y FORMACIÓN	Aprender a manejar las computadoras	Mesas/ computadoras	Computo	40	
	Pintar	Mesas	A.de pintura	21	
	Tallar/	Mesas	Taller de madera/ electronica	31	
	Moldear/jugar	Mesas	Taller de pasta flexible/ajedrez	29	
	Arreglar		Barberia	30	
	Arreglar		Salon de belleza	30	
	Diferentes act.	No existe	Salon de usos multiples(canto)	37	
	Actividad fisica	No existe	Salon de tai chi/ chikung	52	
	Bailar	No existe	Salon de baile reductivo/ tango	56	
	Bailar	No existe	Salon de baile regional/folklorico	49	
	Actividad fisica	No existe	Salon de aerobics/ danzon	31	
	Tocar	Instrumentos	Salon de piano	46	
	Recreacion	Mesa	Billar	50	
	Recreacion	Mesa	Pinpong	50	
	Platicas	Sillas	Sala de conferencias	140	
	Leer libro	Librero	Biblioteca	60	
	Relajarse	Bancas	Jardín	271	
	Cultivar	No existe	Jardín bótanico	80	
	SUB TOTAL M2				1103



SERVICIOS	Uso personal	Taza/lavamanos	Sanitarios femenino	33
	Uso personal	Mingitorio/lavamanos	Sanitarios masculino	30
	Estacionar el carro	No existe	Estacionamiento	1300
	Guardar cosas	No existe	Bodega	20
				SUB TOTAL M2
			TOTAL M2	2939

Tabla 2. Programa de necesidades y programa arquitectónico.

Dentro del diagrama de funcionamiento se hará una representación de la forma en que estarán ubicados los espacios arquitectónicos desde el vestíbulo que conecta a las áreas administrativa y de formación, hasta llegar al vestíbulo principal donde se encuentran las demás áreas como son la médica, recreativa, de formación y convivencia, así como la de gastronomía, dependiendo de cada área que requieran los adultos mayores de acuerdo a sus necesidades, como se muestra a continuación:



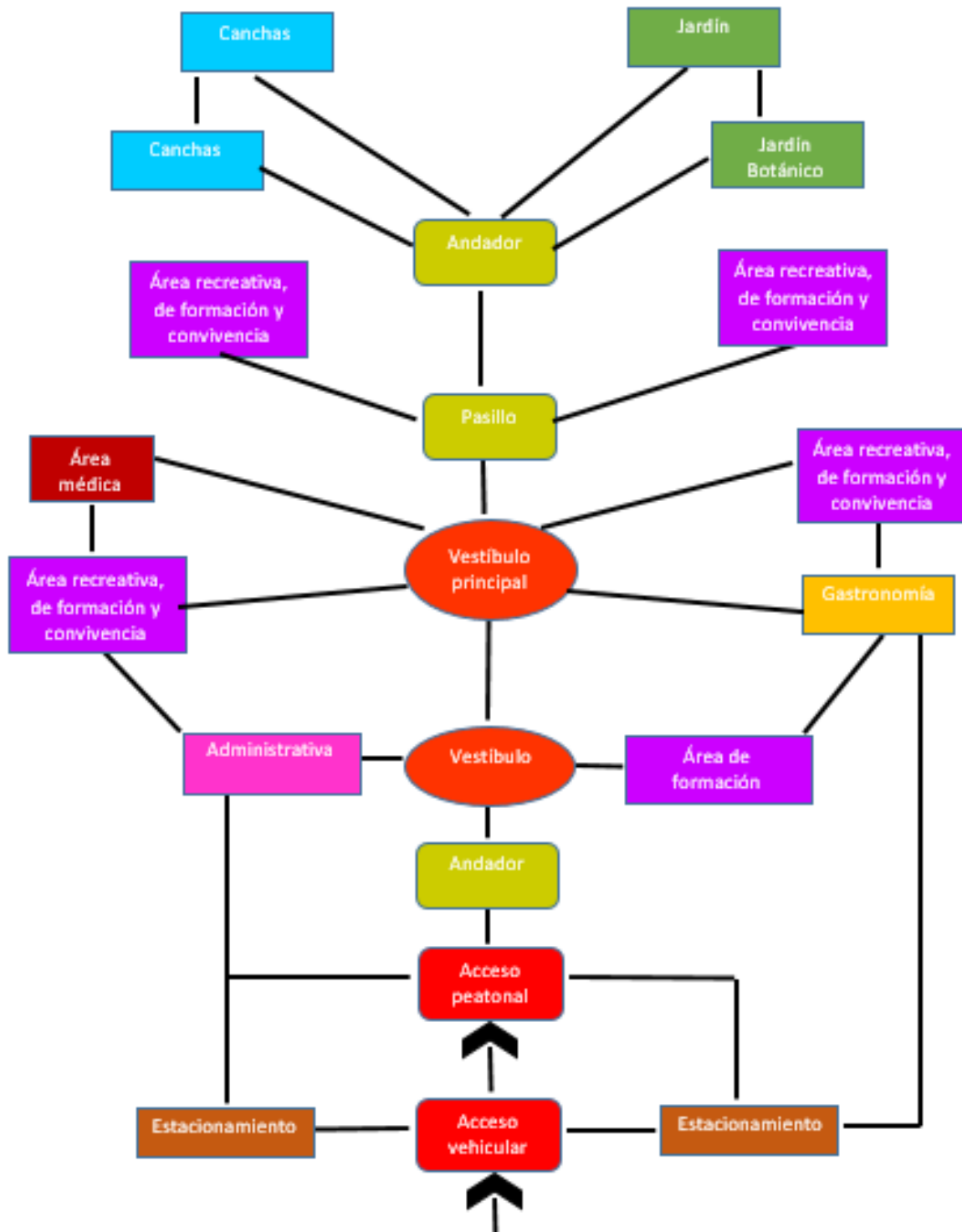


Diagrama 3. Diagrama de funcionamiento general. Elaboración propia.



A continuación se muestra el diagrama de funcionamiento por zonas de acuerdo a la distribución de los espacios que se interconectan entre sí:

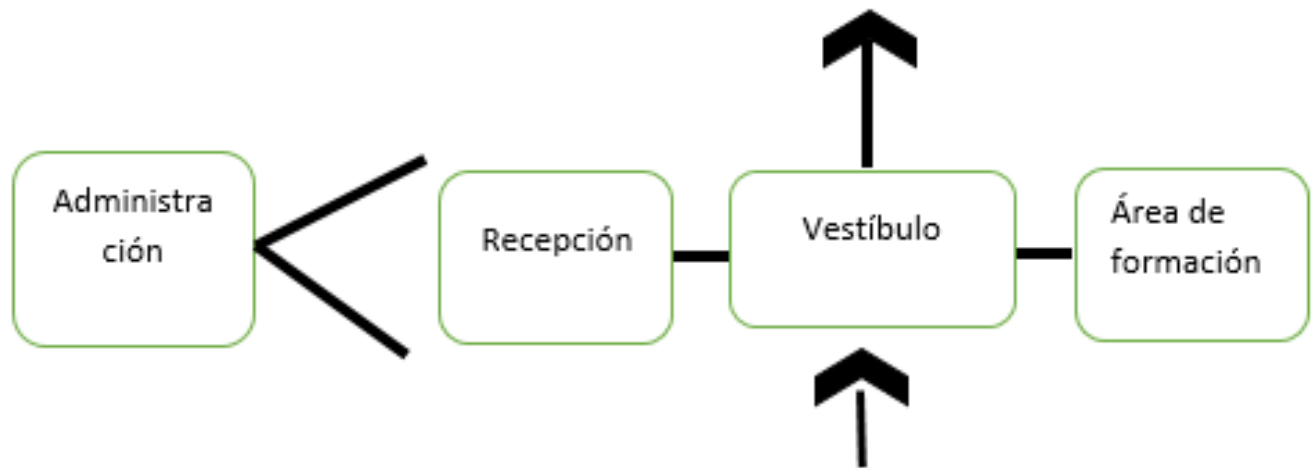


Diagrama 4. Diagrama de funcionamiento zona 1. Elaboración propia.

En la zona 1 se comienza una distribución de espacios que parten del vestíbulo haciendo una conexión inmediata con el área administrativa y el área de formación.

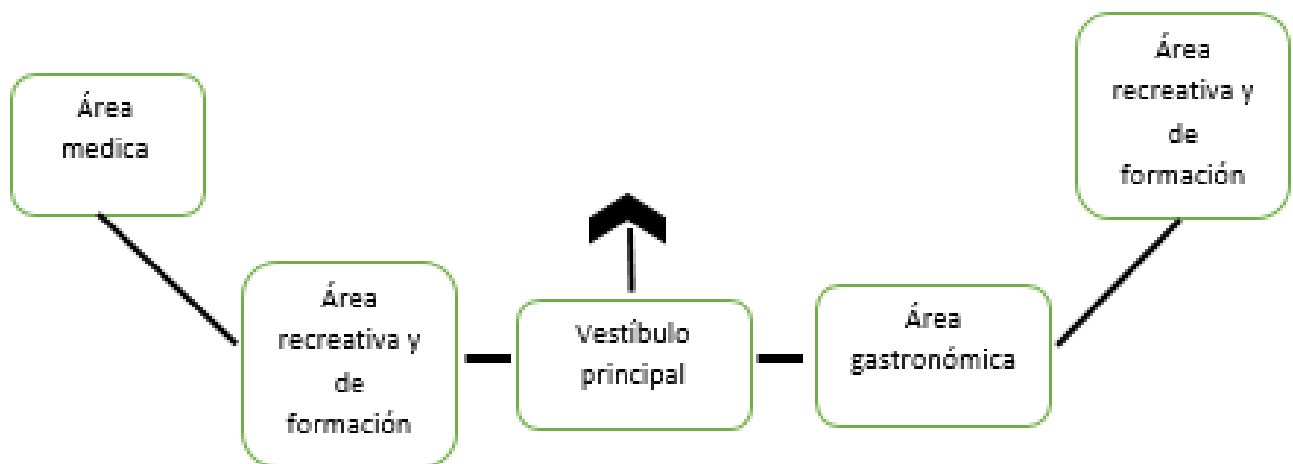


Diagrama 5. Diagrama de funcionamiento zona 2. Elaboración propia.

En la zona 2 empieza por el vestíbulo principal siendo el nodo que hace una conexión de espacios con el área recreativa y de formación vinculándose con el área médica, de igual manera conectan el área gastronómica con el área recreativa y de formación, logrando con ello una ubicación adecuada de espacios.



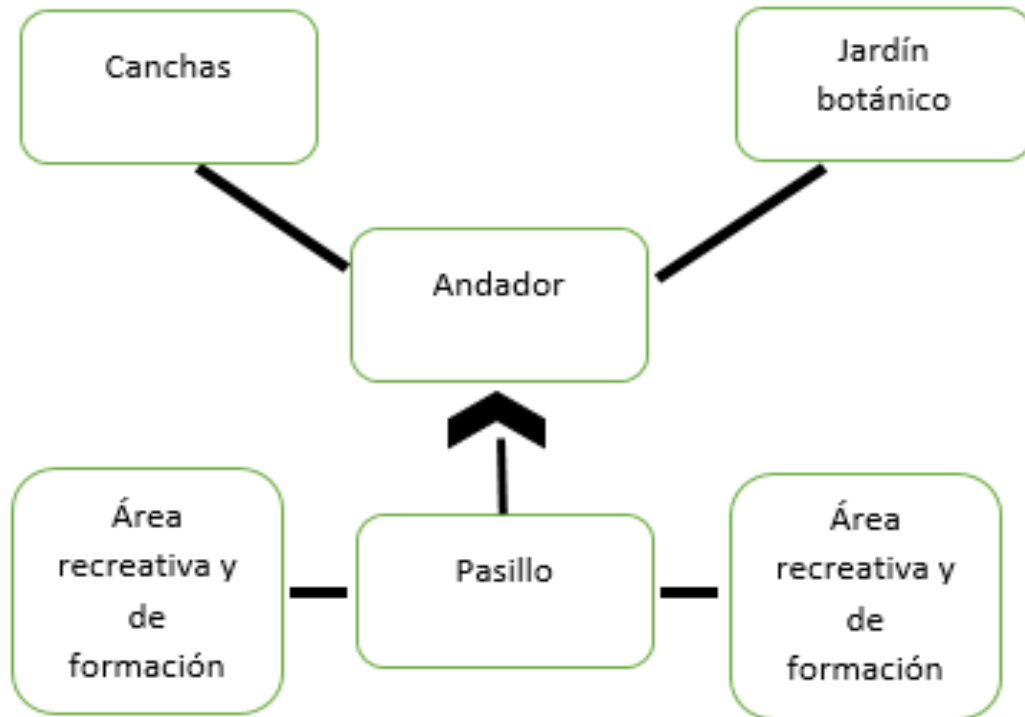


Diagrama 6. Diagrama de funcionamiento zona 3. Elaboración propia.

La zona 3 logra un enlace final con la zona 2, guiando a cada usuario a su dimensión más natural del centro recreativo, teniendo una vinculación con el área de canchas y el jardín botánico.

CAPÍTULO 3



ANÁLISIS DEL SITIO

Se conocerá todos los factores relevantes que podrían perjudicar o beneficiar en el diseño, así como la influencia que puede tener la zona sobre este anteproyecto.



3.1 Indicadores Urbanísticos

El predio se encuentra situado en la zona oeste de la Ciudad de Puebla en la colonia los Tenores, ubicada en la carretera lateral Internacional entre calle prolongación de la 14 sur y camino Real Prolongación Bachilleres, colindando con la colonia Héroes primera sección. En esta zona se puede acceder desde dos vialidades principales, como se muestra en la siguiente imagen:

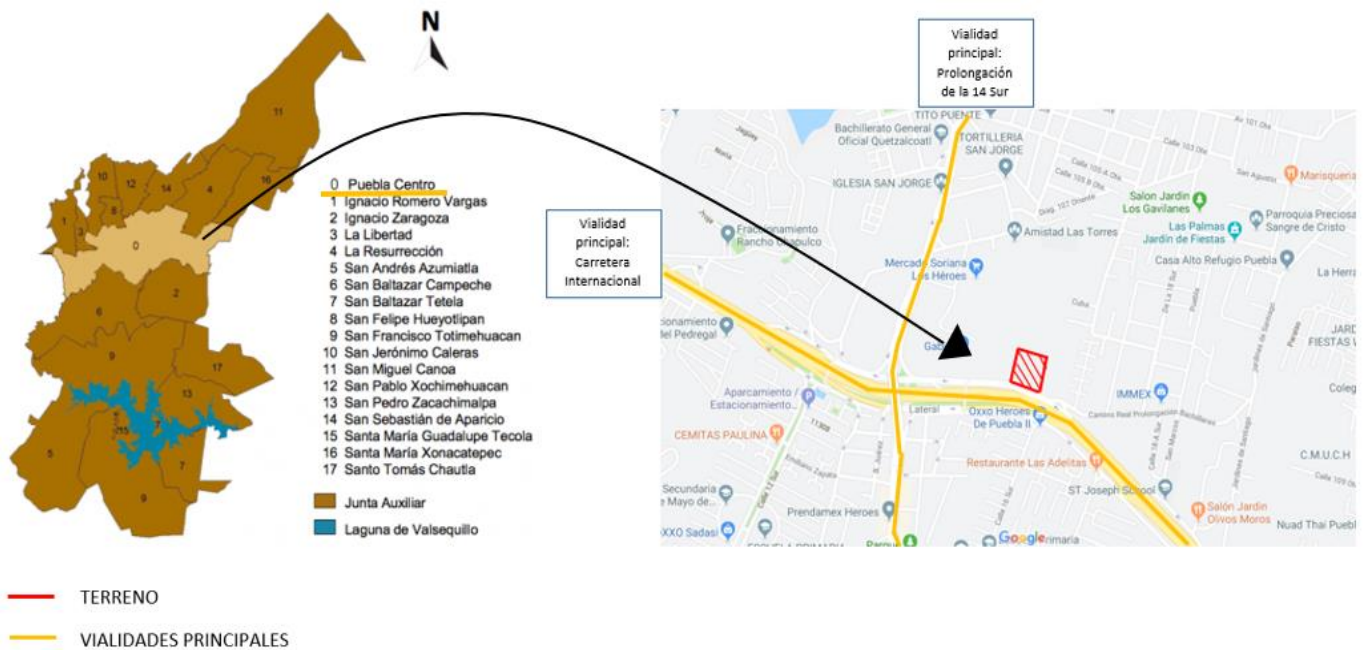


Imagen 54.ubicacion del predio en el municipio de Puebla. Elaboración propia.

Dimensiones del terreno:

- 1-2= 77.22 m 2-3= 96.39 m
- 3-4= 68.59 m 4-5= 98.66 m



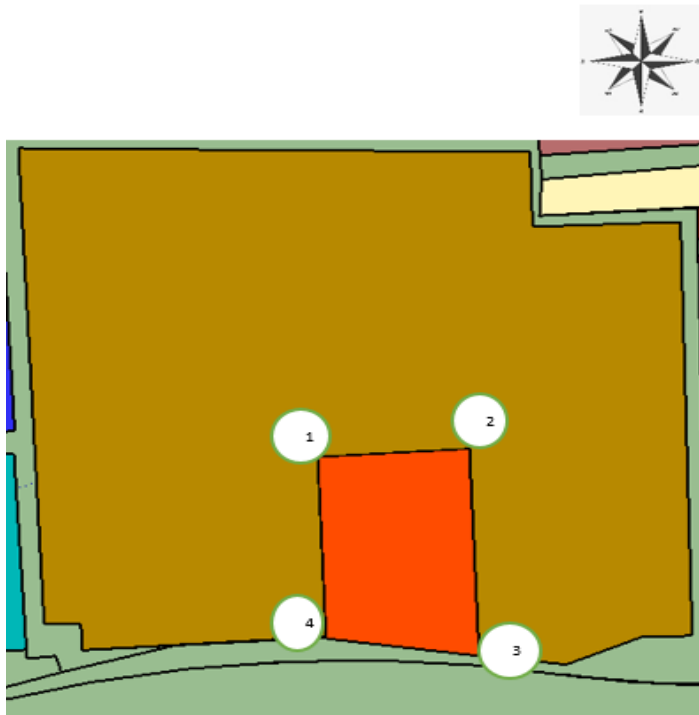


Imagen 55. Ubicación del predio en el municipio de Puebla. Elaboración propia.

El predio cuenta con una superficie total de 7,085.40 m² y un perímetro de 34.86 ml.

- COS

Dentro del coeficiente de ocupación de suelo en el cual se sitúa el terreno siendo la zona indicada en base a la carta urbana, donde no exceda al 80 % (0.8) de la superficie del predio.

COS propuesto 75% = 5,314.05 m²

Superficie libre = 1, 771.35 m²

- CUS

Dentro del coeficiente de uso de suelo se tiene permitido una relación máxima entre la superficie construida y la superficie de construcción, teniendo un CUS no mayor al 2.5 veces del COS.

CUS (2 veces del COS) propuesto = 13, 285.12 m²



3.2 Uso del suelo

El terreno se encuentra situado en una ZONA AMBIENTAL, de acuerdo a la carta urbana del municipio de Puebla el terreno se ubica en UNA ZONA DE USO MIXTO CON DENSIDAD MEDIA.

De acuerdo a la normatividad establecida en el Programa Municipal de Desarrollo Urbano Sustentable para el uso de suelo en esta zona, se deberán crear espacios con calidad de vida recuperando áreas verdes, recreativas y espacio público.

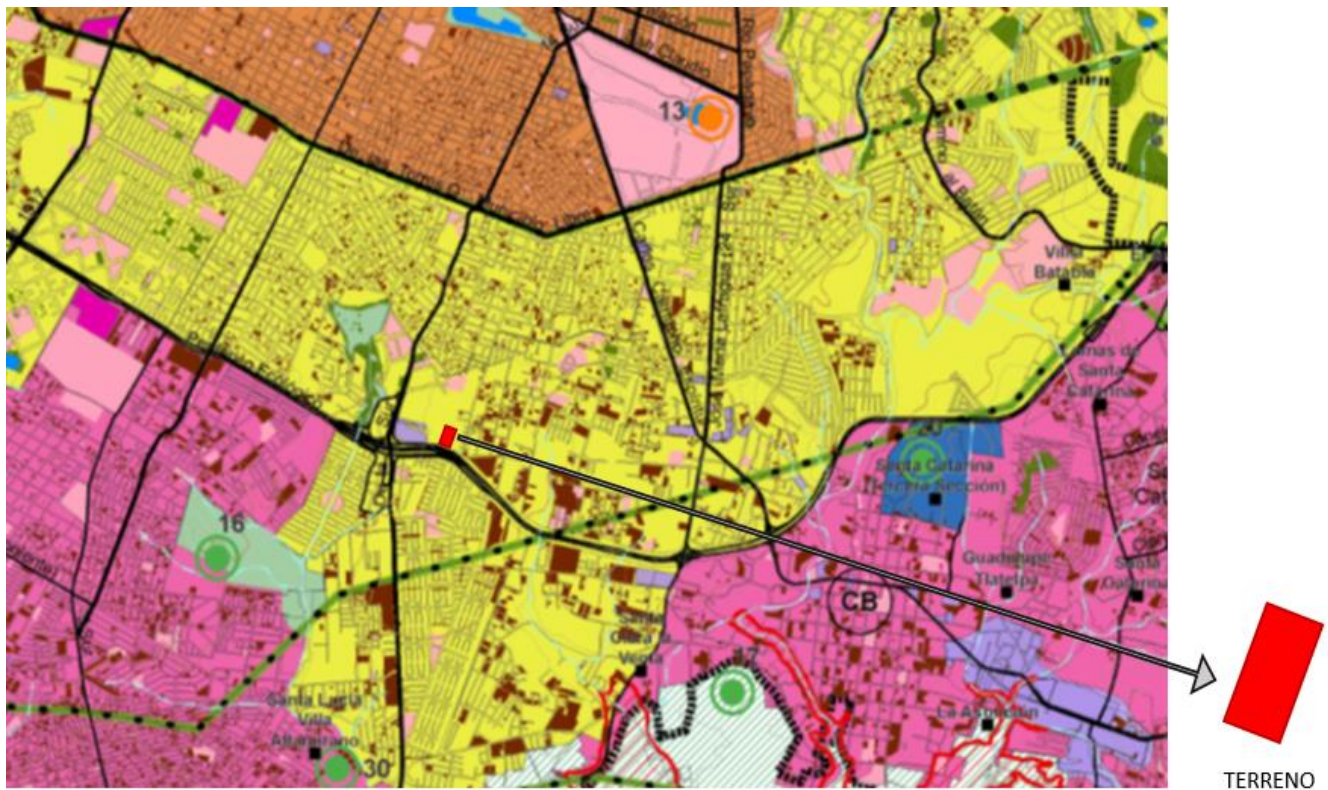


Imagen 56. Ubicación del predio en la Carta Urbana del estado de Puebla. Editado por Cecilia Rivas.





Imagen 57. Tipo de suelo que le corresponde al predio. Editado por Cecilia Rivas.

Todo esto en fomento a proyectos con una menor ocupación del suelo y utilización de él mismo.

Deberán sentar bases para una nueva forma de utilización sustentable del proyecto a ejecutar.

De acuerdo al estudio sobre el uso de suelo y la normativa antes mencionada se concluye que el predio y la zona son adecuados para la elaboración del centro recreativo para adultos mayores se planteando un proyecto donde se creara espacios recreativos, confortables y con áreas verdes, de tal manera que no se afecte el uso de suelo ni las condiciones ambientales.



Infraestructura urbana

A continuación se muestran el tipo de infraestructura urbana que se ubica alrededor del sitio en donde se llevara a cabo el proyecto.



Terreno		Farmacia Guadalajara	
Tienda Oxxo		Tienda Coppel	
Bodega Aurrera		Restaurantes	
Mercado Soriana		Escuelas y universidad	
Farmacias del Ahorro		Iglesias	

Imagen 58. Infraestructura urbana en el predio. Editado por Cecilia Rivas.



Equipamiento y servicio urbanos

En la siguiente imagen se puede observar el servicio con que cuentan en la colonia los Tenores, obteniendo una mejor calidad de uso en el centro recreativo.



Imagen 59. Equipamiento y servicio urbano en el predio. Editado por Cecilia Rivas.

3.2.1 Clima

El clima que predomina en el Municipio es templado subhúmedo, presentando lluvias en verano. La temperatura promedio es 16.9° C, siendo mayo el mes más cálido del año, mientras que las



temperaturas más bajas del año son en Enero estando en los 13.9° C, contando una variación de temperatura durante todo el año de 5.2° C. La precipitación media anual de 827 mm y teniendo la precipitación mayor en junio de 165 mm.



Imagen 60. Asoleamiento de acuerdo a la ubicación del sitio. Elaboración propia.

El asoleamiento respecto a la ubicación del predio es satisfactoria, el sol comienza a salir del lado este del terreno, estando en su punto focal a las 12:00 pm y terminando su recorrido por el lado oeste.

3.2.2 Vientos dominantes

El proyecto se encuentra en el extenso Valle de Puebla donde el viento depende de su ubicación topográfica local y otros factores; la dirección predominante promedio por hora del viento que va desde el Norte al Sur. De acuerdo a la rosa de los vientos proporcionada por la Red Estatal de



Monitoreo Atmosférico, indica que el porcentaje de horas en las que la dirección del viento viene de cada uno de los cuatro puntos cardinales, excluidas las horas la velocidad media del viento es menos de 1.6 km/h.

Tomando como referencia que su frecuencia del viento durante el año comienza del norte con 9%, del lado Noreste siendo de 12%, del lado Este teniendo un porcentaje máximo de 22%, para el lado Sureste es del 12%, mientras que en el lado Sur tiene 29% y con menos frecuencia de viento se presentan en el lado Suroeste con 8%, el Oeste con 6% y el Noroeste con 3%.

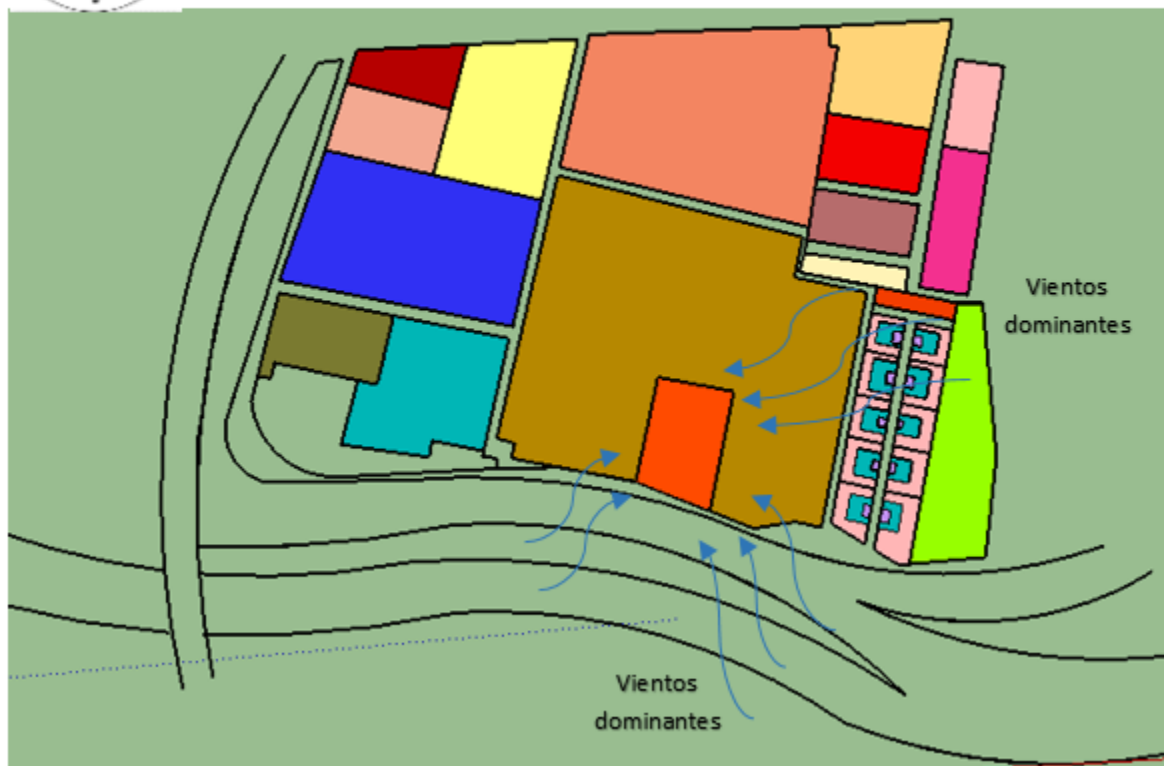


Imagen 61. Vientos dominantes de acuerdo a la ubicación del sitio. Elaboración propia.



Una vez analizado los vientos se llegó a la conclusión que donde se ubica el terreno los vientos no perjudicaran de manera directa al proyecto ni a las edificaciones de su alrededor debido a que los porcentajes del viento son bajos. De manera alusiva se tomara los vientos del lado sur y este dando aprovechamiento al recorrido de los vientos aplicados al proyecto.

3.2.3 Topografía

Dentro de las condiciones del relieve topográfico se caracteriza con pendiente no muy pronunciada (1%) con respecto a las coordenadas $Y = 582611.58$, $X = 2098745.18$ en el punto 1.

Por lo tanto el terreno no presenta grandes inclinaciones o cambios de niveles que se tengan que considerar en el proyecto.

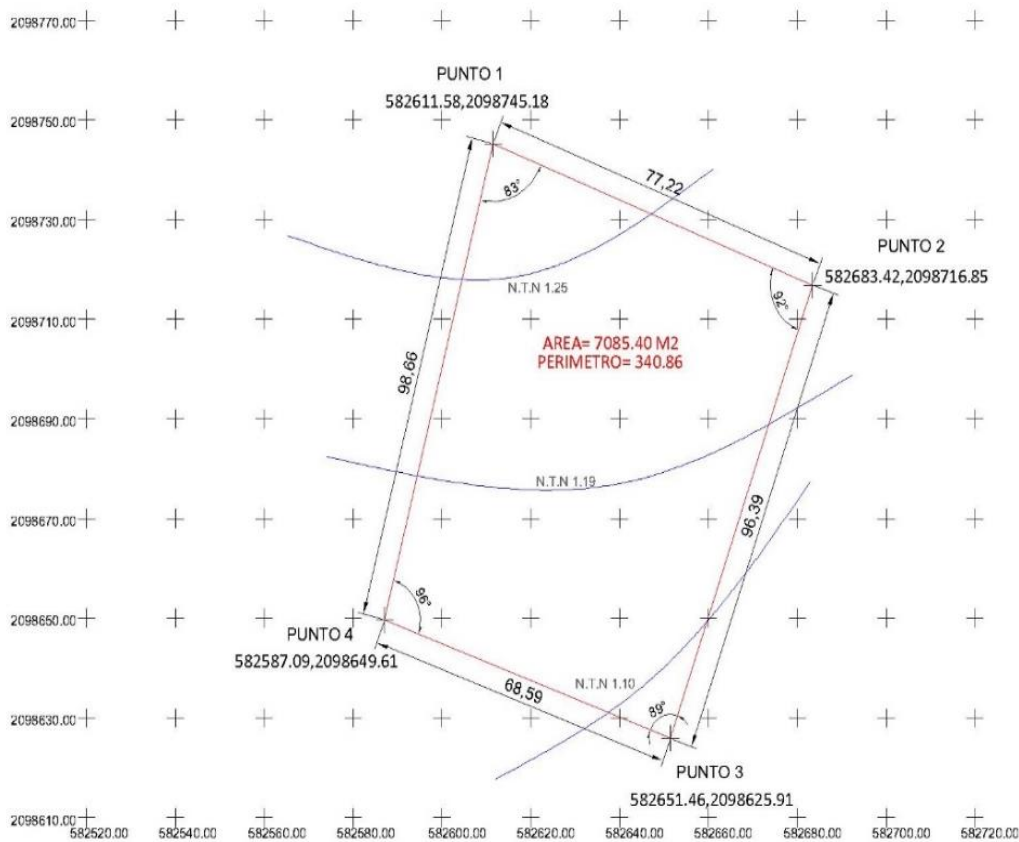


Imagen 60. Asoleamiento de acuerdo a la ubicación del sitio. Elaboración propia.



CUADRO DE CONSTRUCCION PREDIO					
LADO		RUMBO	DISTANCIA	C O O R D E N A D A S	
EST	PV			Y	X
1	2	S 60° E	77.22	582611.58	2098745.18
2	3	S 19° O	96.36	582683.42	2098716.85
3	4	N 70° O	68.59	582651.46	2098625.91
4	1	N 14° E	98.66	582587.09	2098649.61
PERIMETRO (m)			340.86 m		
SUPERFICIE (m ²)			7085.40 m ²		

Imagen 60. Cuadro de construcción del predio. Elaboración propia.

3.2.4 Tipo de suelo

En la zona de estudio del proyecto se conforma por suelos arcillosos y limosos intercalados por arenas y gravas mal graduadas sin presencia de nivel aguas freáticas (NAF).

Por consecuente basado en la información anterior el terreno presenta resultados favorables para ubicar el proyecto, presentando un tipo de suelo idóneo y un nivel de terreno natural con pendiente mínima y con escasa presencia de vegetación.

3.3 USO ACTUAL DEL TERRENO

3.3.1 Plano actual del terreno

El predio se encuentra situado colonia los Tenores, Puebla, actualmente el terreno es baldío, sin ningún tipo de construcción solo se encuentra cercado con malla, cuenta con 7,085.40 m², en la parte trasera del terreno (norte) no tiene ninguna edificación está totalmente sólido, mientras que en el sur se ubica una vialidad importante del lugar siendo la carretera Internacional, al lado Este se encuentra un conjunto habitacional y por último se puede hallar una fábrica de persianas así como también terreno baldío que están del lado oeste del predio.





Imagen 61. Terreno actual del predio. Elaboración propia.

En esta zona se puede acceder desde dos vialidades principales la primera es la carretera Internacional que va en dos sentidos y la segunda es la calle de la Prolongación de la 14 Sur que también abarca dos sentidos, como se muestra en la siguiente imagen.



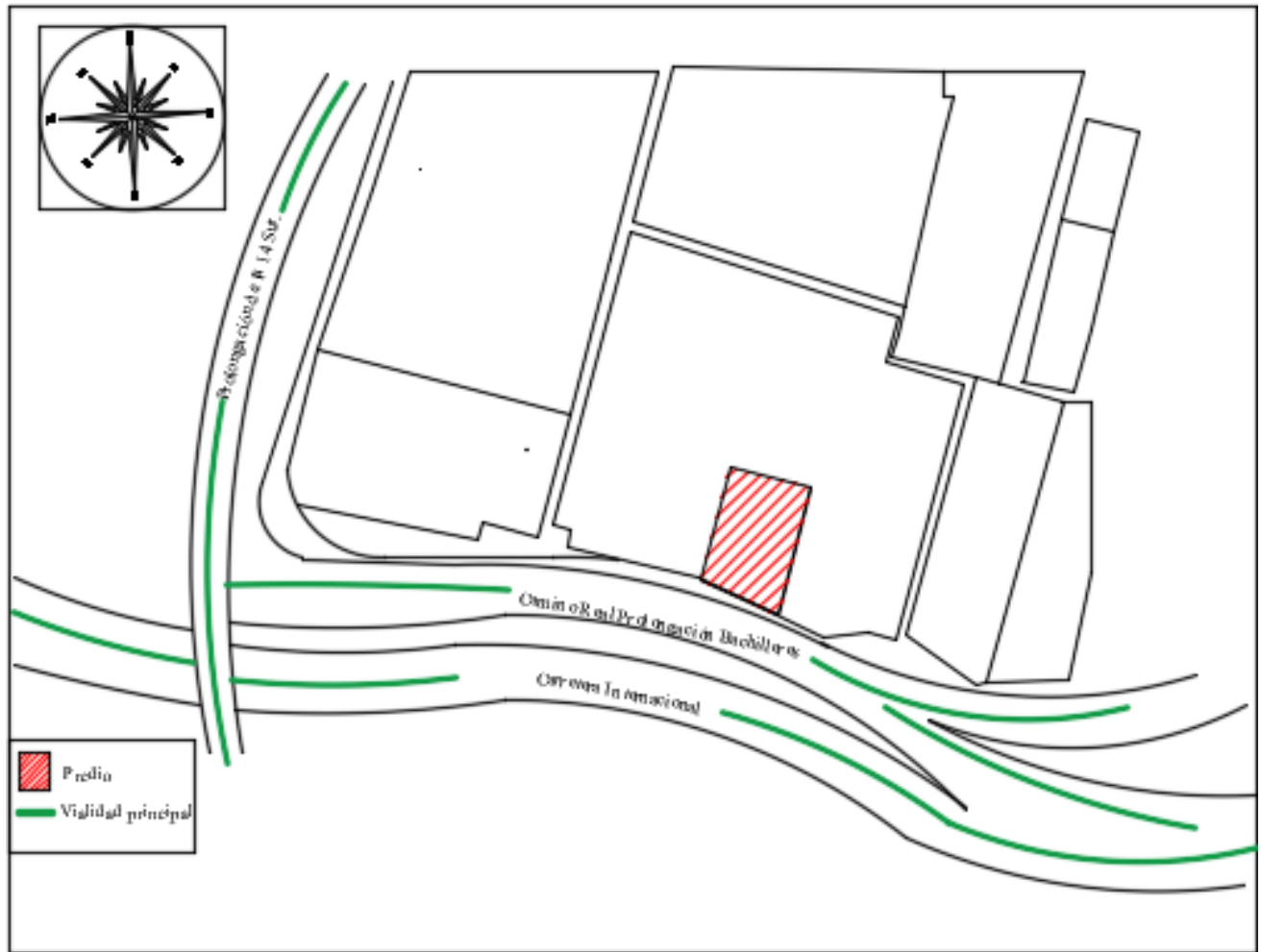


Imagen 62. Ubicación del predio. Elaboración propia.

El objeto de estudio sobre este terreno se puede observar que se tiene una altura promedio de .15 cm arriba de la banqueta y la calle frontal, teniendo una buena inclinación en el predio.

Dentro de la superficie de este lugar no se presenta una vegetación variada ya que solo se puede encontrar pequeños arbustos y matorrales de baja altura al límite del sitio y la malla que lo rodea, así como también está cubierto el 100% de su extensión de pastizal.

El terreno cuenta con caminos que son de fácil acceso tanto peatonal pero más vehicular siendo de uso cotidiano entre la población que predomina alrededor; los cuales el primero comienza en la zona



3.4 VIALIDADES

3.4.1 Vialidad



Imagen 64. Vialidad del predio. Recuperado de Google maps, editado por Cecilia R.


El predio cuenta con 2 vialidades que son de suma importancia ya que es el medio de acceso principal albergando carriles de circulación en ambos sentidos como se muestra en la imagen anterior.

Vialidades primarias:





Imagen 65. Vialidad primaria 1. Elaboración propia.


Carretera Internacional 

Avenida con doble sentido vial, con carga vehicular densa y como peatonal moderada y 2 carriles en ambos sentidos.



Imagen 66. Vialidad primaria 2. Elaboración propia.




Prolongacion de la 14 Sur 

Avenida con doble sentido vial, con carga vehicular moderada y 2 carriles en ambos sentidos.

Vialidades secundarias



Imagen 67. Vialidad secundaria 1. Elaboración propia.


Camino Real Prolongación Bachilleres 

Calle con un sentido vial, con carga vehicular moderada y como peatonal moderada





Imagen 68. Vialidad secundaria 2. Elaboración propia.

Lateral Prolongacion de la 14 Sur 

Calle con un sentido vial, con carga vehicular moderada y como peatonal moderada.

El area de estudio cuenta con 2 accesos viales primarios y 2 secundarios siendo estas vialidades de flujo denso e importante dentro circuito vial de la ciudad, debido a la conexión entre cada una de estas carreteras siendo de facil acceso y contando con camellones y banquetas para adecuado uso peatonal otorgando relevancia a los caminos de la zona.



- Accesando por el lado norte viniendo sobre la Prolongación de la 14 Sur doblando a la derecha incorporandose en la calle 103 Oriente dando vuelta nuevamente con la calle de la 18 Sur hasta volverse a entroncar a la Camino Real Prolongación Bachilleres.

En la zona del proyecto cuenta con algunas rutas de transporte las cuales la mayoría están un poco distantes del predio, a pesar de esto circula una ruta que pasa al frente del terreno teniendo parada autorizada a una longitud mínima, la cual circula la ruta 21, por tanto el usuario logra acceder fácilmente y sin riesgo alguno.

3.5 EQUIPAMIENTO URBANO

3.5.1 Equipamiento Urbano

El equipamiento urbano existente se halla en un estado no tan favorable, la señalética se encuentra a distancias lejanas una de otra así como también la señalética de las calles se encuentran en un estado deplorable debido a la falta de mantenimiento, no cuenta con nomenclatura en la calle frontal del terreno, a pesar de estas observaciones cuenta con una adecuada imagen urbana debido a su ubicación; por último tiene parada de autobuses en la misma calle donde se localiza el predio sobre la calle Camino Real Prolongación Bachilleres frente a la fábrica de persianas.





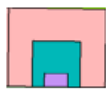


-  Casas Dúplex
-  Alumbrado público
-  Señalética de velocidad (40 km/hr.)

Imagen 69. Equipamiento urbano. Recuperado de Google maps, editado por Cecilia R.

Tomando en cuenta el análisis resulta una condicionante sobre el equipamiento urbano la falta de una apropiada parada de autobuses, así como también se presenta la ausencia de mobiliario en buen estado, por consiguiente se deberá generar una propuesta urbana donde se contemple la incorporación de señalética, cestos de basura, casetas de teléfono, entre otras.



3.5.2 Mobiliario Urbano existente

Reporte de estado del equipamiento urbano existente.

Se puede observar en el perímetro del lugar el estado de las iluminarias en las imágenes 1 y 2 que conforman el alumbrado público se encuentran funcionando solo presenta ausencia de mantenimiento para un mejor uso.

1.)



2.)



Imagen 69. Mobiliario existente en el lugar. Elaboración propia.

En la imagen 3 se nota algunas de la señaléticas verticales que carecen de mantenimiento y la ausencia de más nomenclatura vial.



3.)

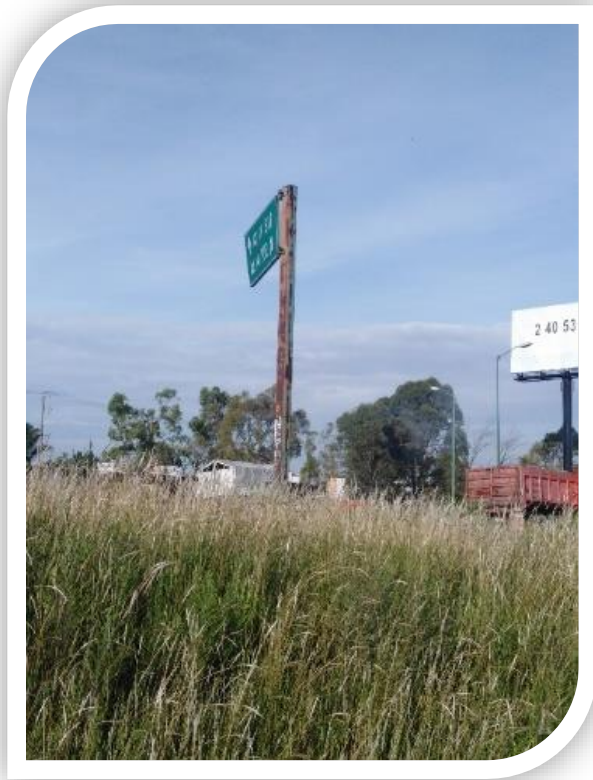


Imagen 70. Mobiliario existente en el lugar. Elaboración propia.

En conclusión de lo anterior dentro del equipamiento urbano el alumbrado es el que se encuentra en mejor estado, por lo cual se deduce que se hará una propuesta que mejore la imagen urbana y el entorno del centro recreativo.

3.5.3 Infraestructura

Haciendo un análisis del sitio, se puede encontrar con una infraestructura suficiente para llevar a cabo la edificación del inmueble, dichos servicios son:



○ Agua potable



Alumbrado público



Imagen 71. Agua potable y alumbrado público. Elaboración propia.

○ Drenaje



Imagen 73. Drenaje. Elaboración propia.



- Sistema de telefonía e internet

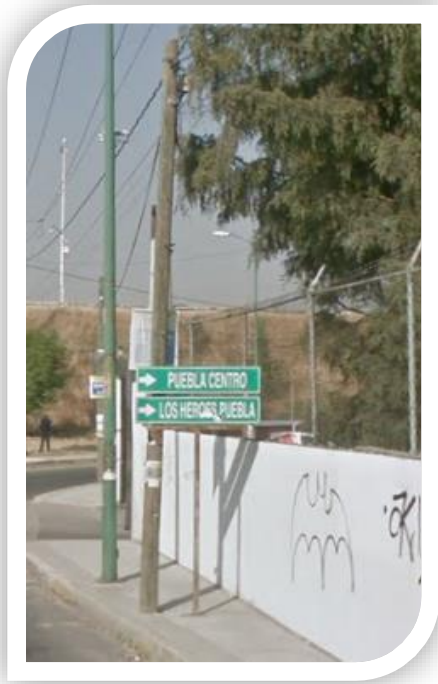


Imagen 74. Sistema de telefonía e internet. Elaboración propia.

Se realizó un estudio del lugar contando con un radio de acción de 3 kilómetros, (ver imagen 11. radio de estudio) se localizan: bodega Aurrera, Mercado Soriana, Coppel, fábricas, iglesias, Laguna de Chapulco, fraccionamientos, bachillerato y escuelas primarias, casa de refugio, parroquias, plazas comerciales, Oxxo, Coppel, farmacias, salones de eventos, restaurantes, tianguis, entre otros más.





Imagen 75. Radio de acción del predio. Recuperado de Google maps, editado por Cecilia R.

3.5.4 Vistas

El sitio se encuentra relacionado con dos predios que afectan las vistas, generando barreras que modifican el recorrido de los vientos; al no contar con un buen estado las instalaciones y el equipamiento urbano manchan la imagen del perímetro del lugar, en los límites del lado este predominan infonavits dúplex de nivel intermedio, encontrándose en un estado adecuado generando una mejor vista del sitio; haciendo referencia a los componentes anteriores cuentan con una tipología



en común en cuanto a tamaño y estilo excepto en la altura, de tal manera que algunas casas cuentan con 2 niveles y otras con tres niveles, dando una diferencia aproximada de 2.60 metros.

Al otro límite del terreno del lado oeste se ubica la fábrica de persianas Gabín de tipo comercial, teniendo una altura no superior a los 5 metros; aparecen elementos que no interactúan de manera directa con el predio pero si prevalecen en las vistas noroeste, así mismo se encuentra un supermercado de soriana también de tipo comercial, contando con una altura no máxima a los 4 metros, esta edificación no rompiendo con la tipología del lugar. Por último la vista frontal y la trasera se encuentran sin ninguna afectación colindante, todo esto beneficio a tener una mejor visibilidad del proyecto.

Por este motivo se deberá aprovechar cada una de las vistas aprovechando los elementos que se encuentra alrededor del terreno, respetando las alturas, diseños y materiales de la zona formando un mismo componente, favoreciendo a la sociedad que predomina en el sitio. Una vez mencionado lo anterior se puede reiterar como se compone cada lado del predio:



Imagen 75. Lado Norte del predio. Elaboración propia.





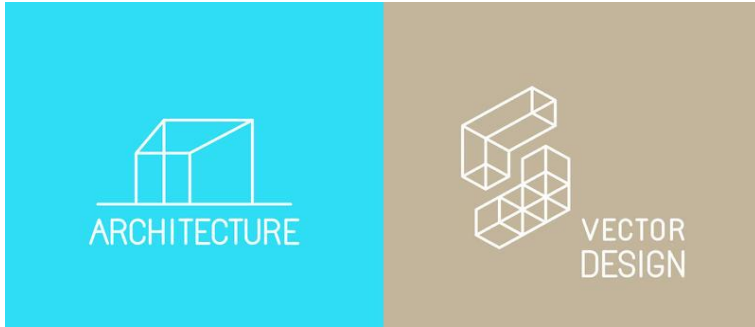
Imagen 75. Lado Este del predio. Elaboración propia.



Imagen 76. Lado Noreste del predio. Elaboración propia.



CAPITULO 4



VARIABLE EXPRESIVA

Se describe cómo surge la idea de la forma y la figura del objeto arquitectónico.



4.1 Idea conceptual del diseño

El Proyecto de Centro Recreativo para adultos mayores localizados en Puebla, Puebla pretende cumplir el objetivo de ser un espacio dedicado al cuidado y atención de las personas mayores satisfaciendo las necesidades de confort y máximo aprovechamientos de espacios arquitectónicos que se personifiquen con su etapa de vida, generando un contraste en el contexto de la zona, todo esto como resultado obtener una configuración orgánica del lugar.

Empleando componentes de valor social, abastecer e incorporarlos a un estilo geométrico con diferente volumen, tomando en cuenta el orden, ritmo, la armonía, composición, y proporción para formar un solo elemento, ocasionando un impacto dentro de la población que se adecuará a él mediante una propuesta arquitectónica que lleve correlación entre ritmo y visibilidad, dirección central y diseño de espacios momentáneo de transición, logrando pasar a formar parte de la identidad de la región.

A continuación se describirá brevemente un diagrama explicando la idea conceptual del diseño:



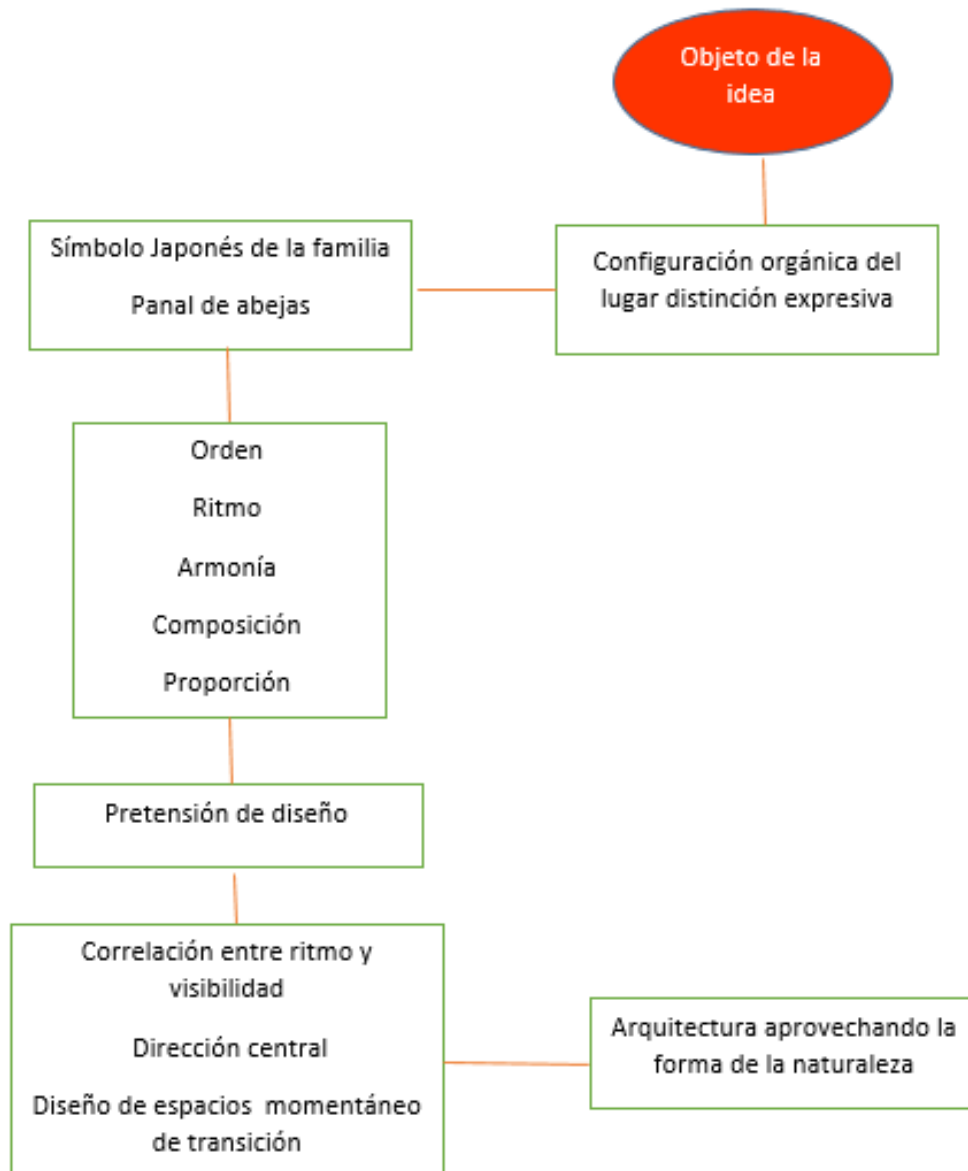


Diagrama 6. Diagrama de funcionamiento zona 3. Elaboración propia

Para llegar a la forma del diseño se inspiró en el símbolo japonés de la familia, en cual se tomaron como referencia los tres semi círculos que está en el interior del círculo principal que rige. Se pensó que el mejor diseño se obtuviera de este símbolo, ya que se pretende al estar dentro de este centro recreativo los usuarios se sientan en máximo confort como si estuviesen en su casa con su familia.



Tomando otro aspecto para el diseño en cuanto a la decoración tanto en interior como exterior fue basado totalmente en la naturaleza, ya que por su forma existe un árbol llamado lápiz, sus ramas son verticales consiguiendo un estilo muy peculiar debido que no tiene hojas en sus ramificaciones lo que hace conseguir un cuerpo geométrico irregular.

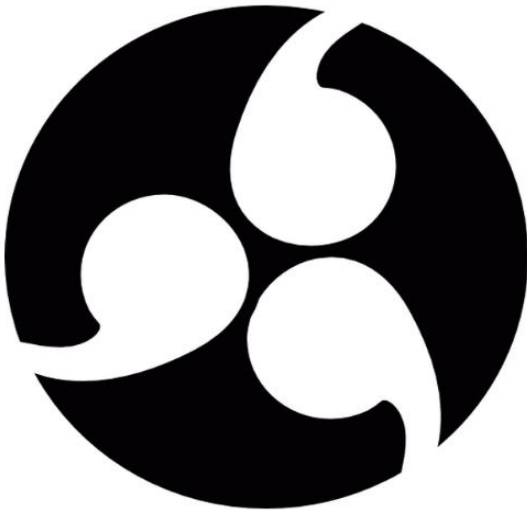


Imagen 77. Símbolo Japonés de la familia.
Recuperado de Elvira Rojas.



Imagen 78. Árbol de lápiz. Recuperado de Manuel G.

4.2 Geometrización y Composición FIGURA/FORMA

La composición y bocetaje proporcionan una representación simbólica de ideas, donde se obtienen dimensiones que guiaran a una conjunción de formas, para así poder llegar al diseño del proyecto.



Imagen 79. Figura y forma. Elaboración propia.



Se hará una descripción breve de los pasos que se fueron dando hasta llegar a la forma del diseño final:

Figura 1

Identificación de elevación a partir del símbolo de la familia japonés para poder empezar a proyectar la base de la planta.

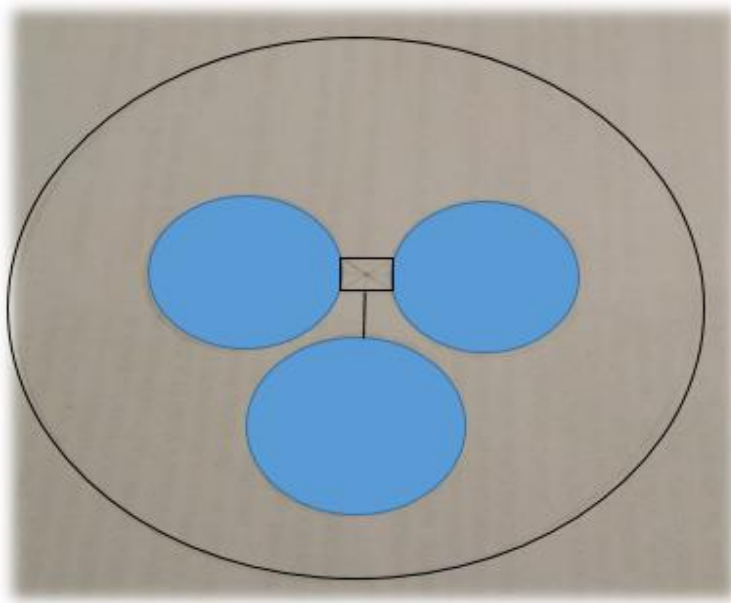


Imagen 80. Proyección de la base arquitectónica. Elaboración propia.

Figura 2

Composición y ordenamiento de los elementos geométricos para lograr las dimensiones referidas a las bases y normativas.



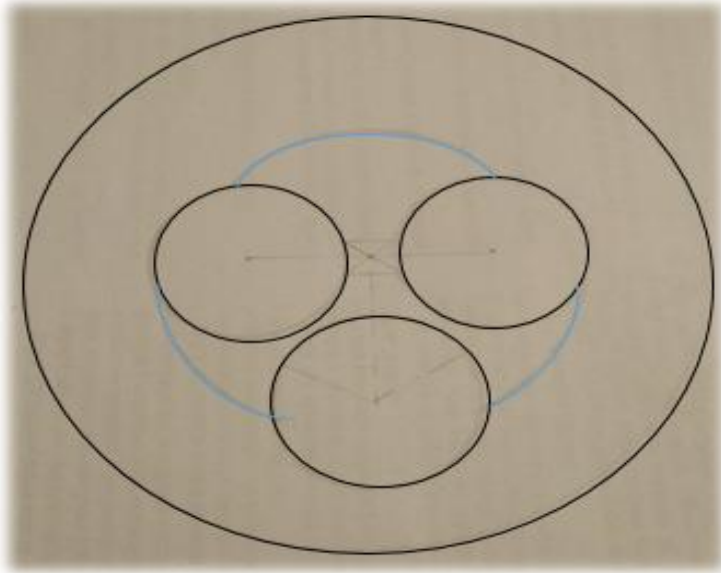


Imagen 81. Composición de elementos geométricos. Elaboración propia.

Figura 3

Elevación de líneas rectas sobre los puntos de partida del círculo obteniendo una simetría en los vértices.

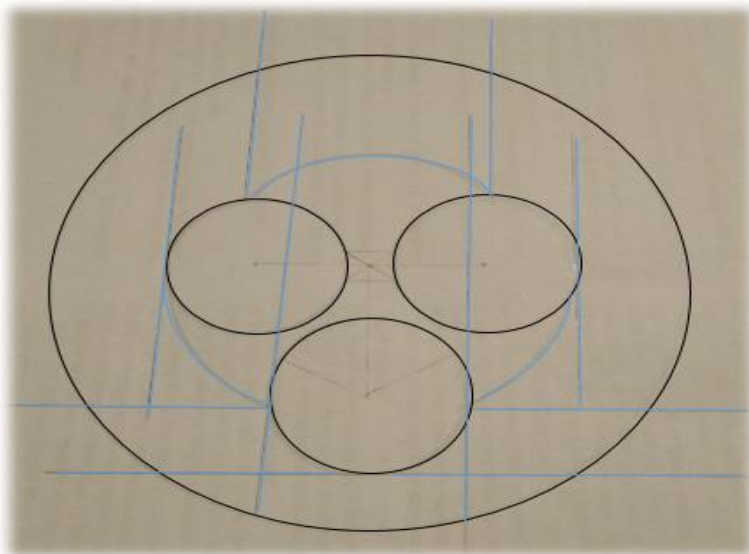


Imagen 82. Elevación de líneas sobre los vértices. Elaboración propia.



Figura 4

Obtención de forma semi cilíndrica al proyectar los círculos, se hace una visualización de volumetría en las aristas curvas del conjunto arquitectónico.

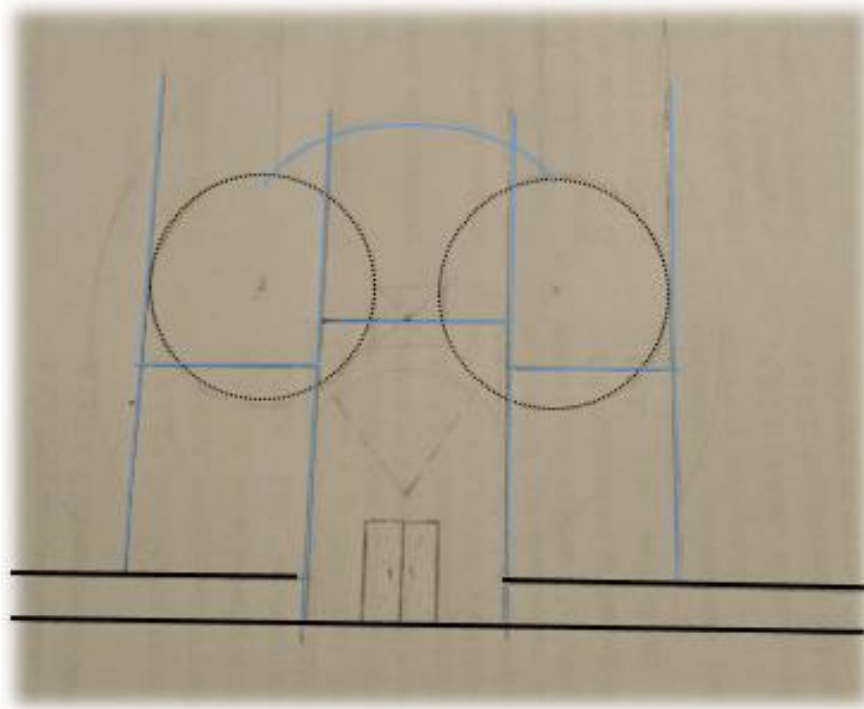


Imagen 82. Visualización de la simetría. Elaboración propia.

Figura 5

Pre visualización de volumetría y dimensión, pretensión de generar un impacto visual con ritmo y conjunción de formas, alcanzando atracción al público e invitando a descubrir su interior.



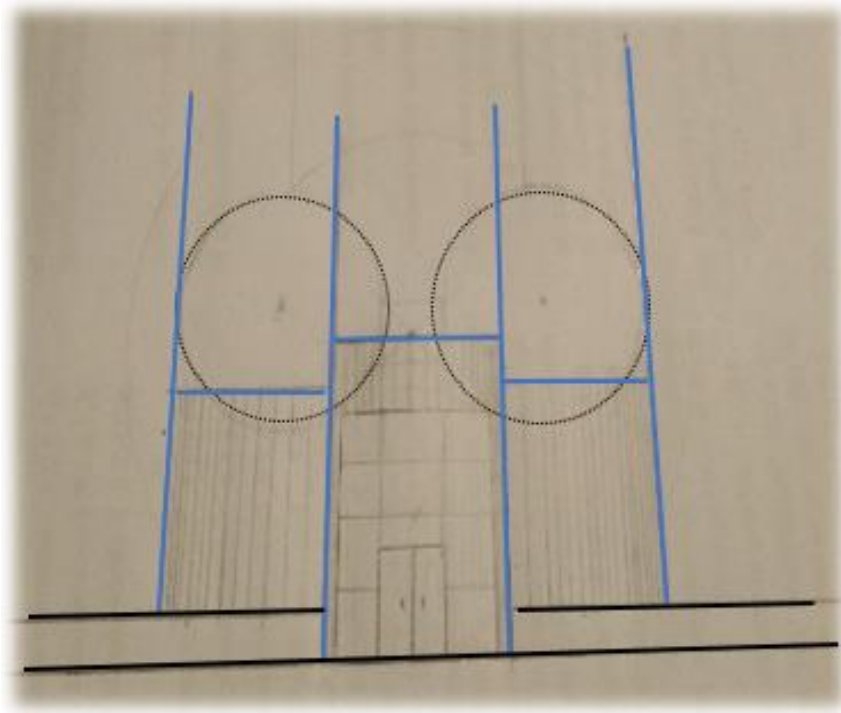


Imagen 83. Visualización de la volumetría. Elaboración propia.

4.3 Ordenamiento

Se realizara una distribución de la zonificación de cada área de acuerdo a su respectivo uso, comenzando con las dos zonas principales (circulo de color anaranjado) que conectan al resto del conjunto, ninguna área se queda intercomunicada ya que se conectan a través de círculos una con otra; en seguida se muestra una ejemplificación del ordenamiento de los espacios:



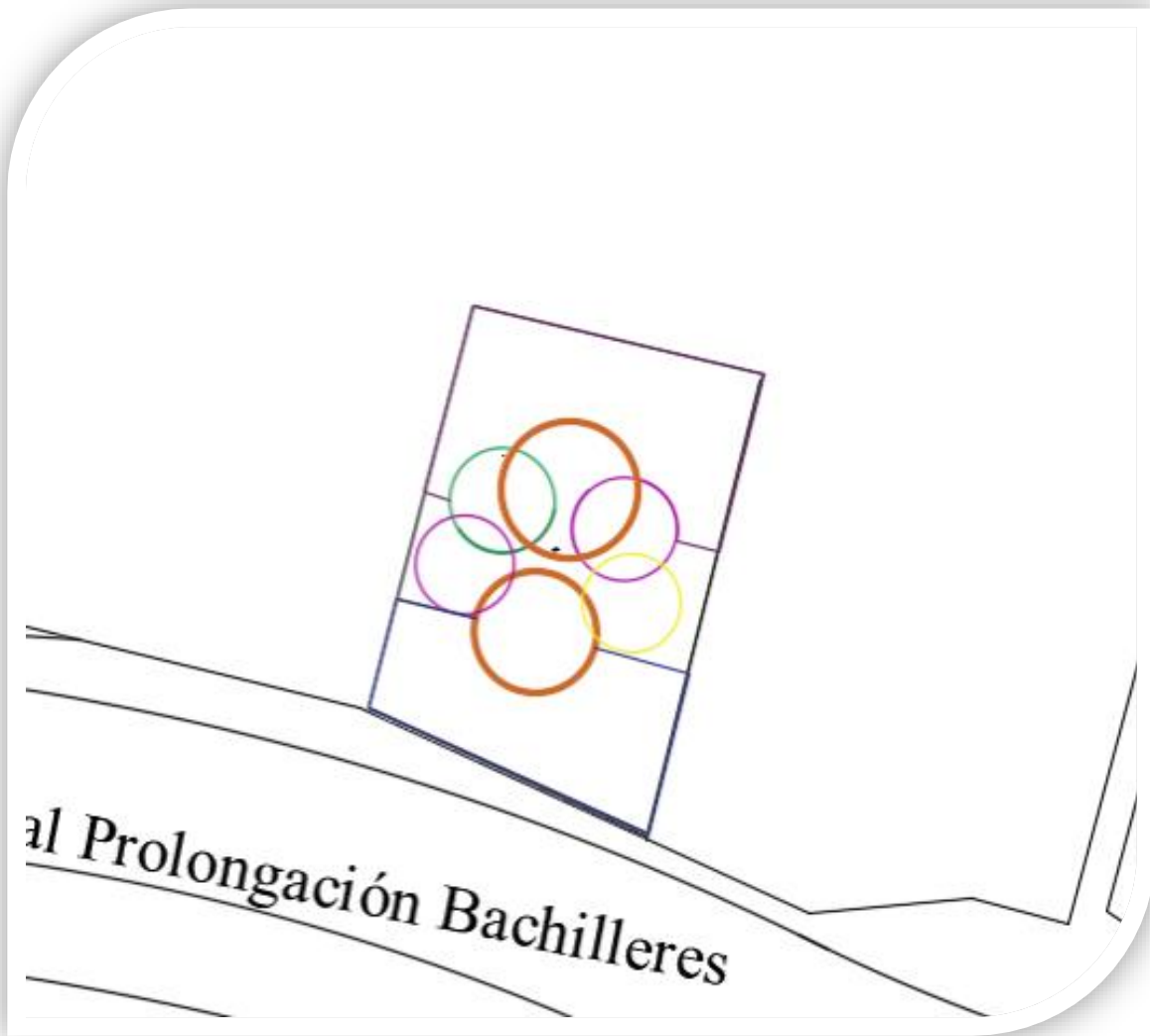


Imagen 84. Base del ordenamiento de espacios. Elaboración propia.

Se inicia limpiando el plano para proseguir la colocación de la zonificación de los espacios generales principales, dando prioridad a que cuenten con una zona apta para recibir a los usuarios otorgando el máximo aprovechamiento del lugar como se describe en la siguiente imagen:



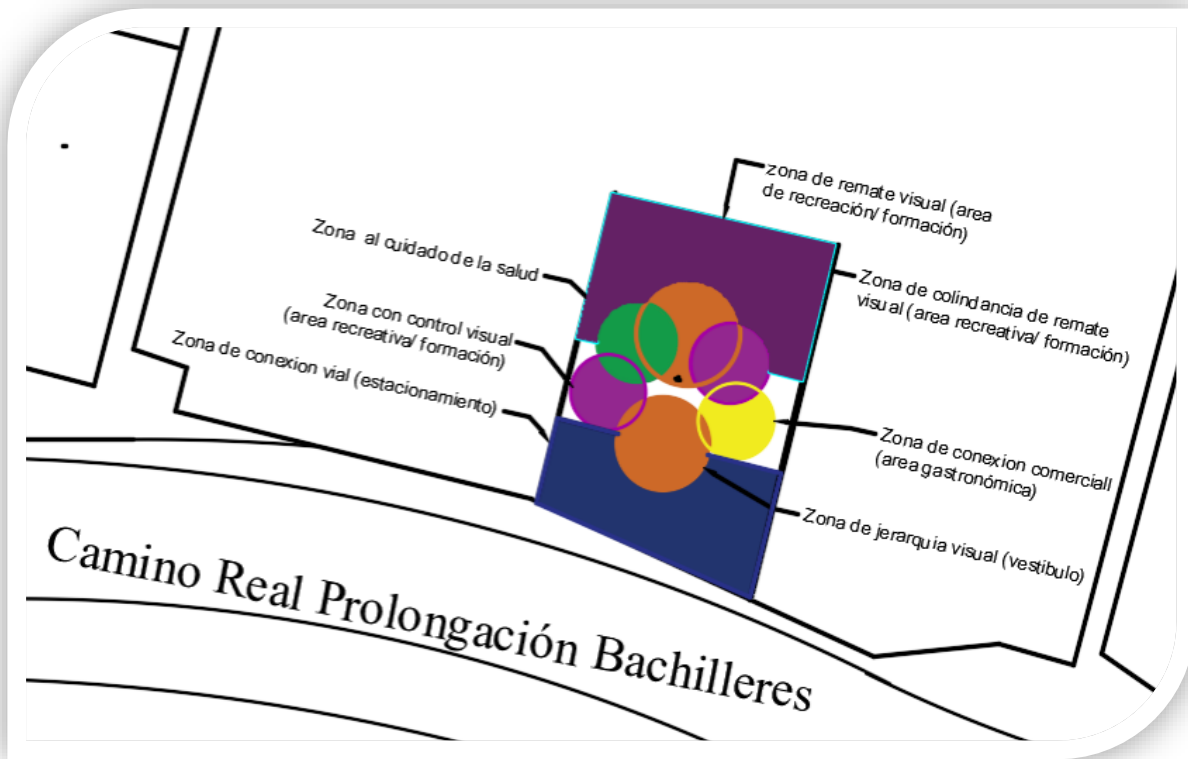


Imagen 85. Zonificación de los espacios arquitectónicos. Elaboración propia.

Zonificación final correspondiente a la propuesta previa de ordenamiento, más ejes, nodos, y circuitos que se interconectan uno con otro, consiguiendo por resultado una zonificación concreta y única que satisfaga las necesidades de los usuarios (ver imagen 86 seguida de su descripción de espacios).



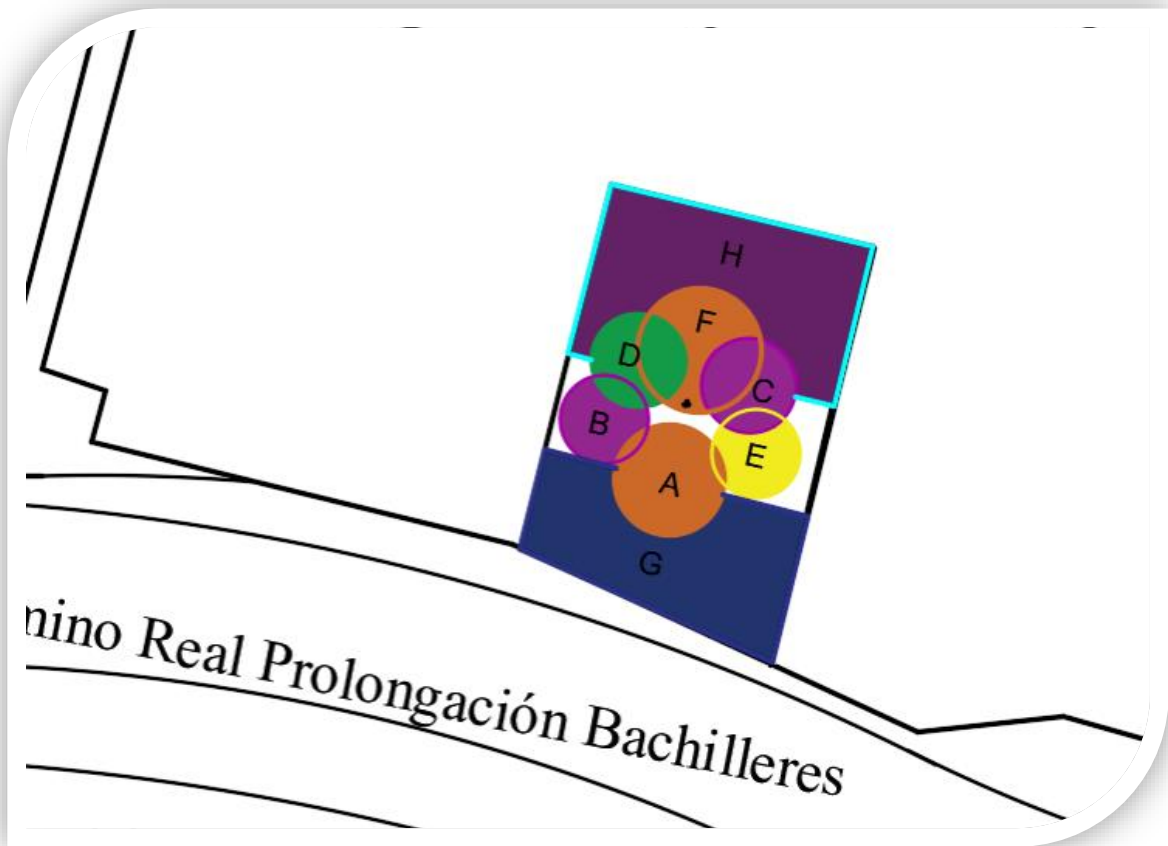


Imagen 86. Zonificación concreta de las áreas. Elaboración propia.

Distribución de áreas por orden jerárquico

A.- Zona Administrativa y de recepción

B.-Zona Recreativa, de Convivencia y Formación 1

C.- Zona Recreativa, de Convivencia y Formación 2

D.- Zona Médica

E.-Zona Gastronómica



- 1) Ordenación de ejes que parte del centro hacia los extremos, por consiguiente se proyectan los ejes de regimiento, equidistantes a las vialidades e intersecciones con los vértices del predio ocasionando nodos conectores.

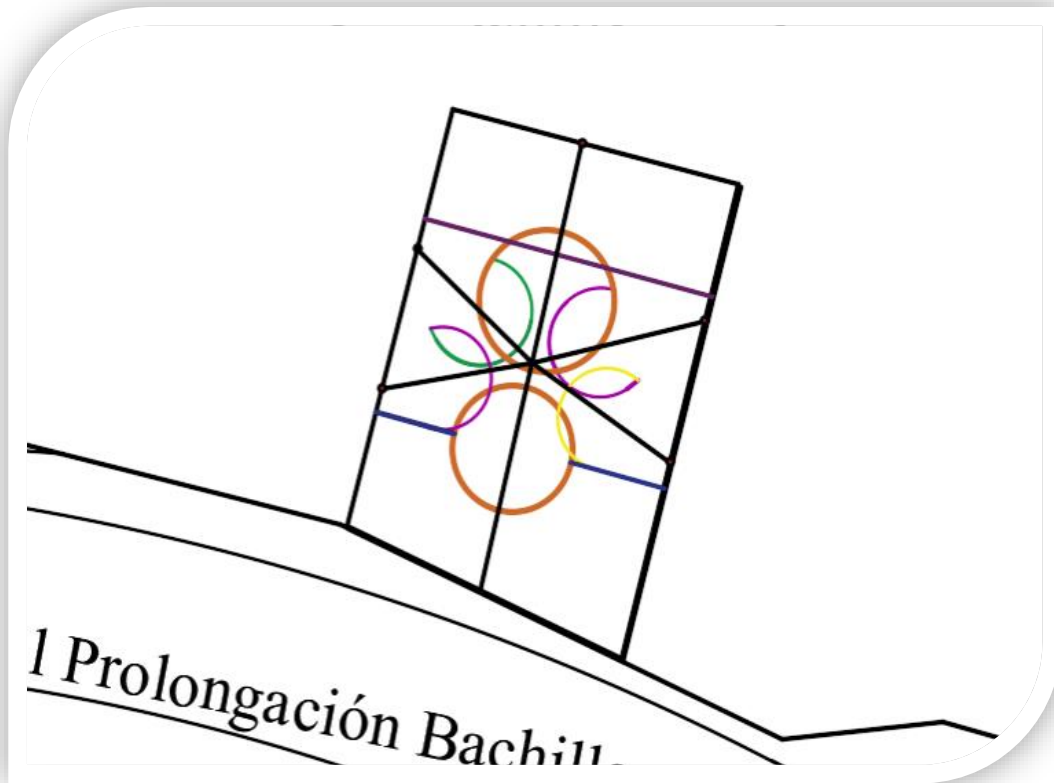


Imagen 88. Relación directa de los espacios arquitectónicos. Elaboración propia.

- 2) Se pretende lograr relaciones directas de la forma y lo visual entre los espacios arquitectónicos, se originan círculos partiendo desde el eje central de las líneas del predio hacia los nodos de la retícula, ocasionando espacios enlazados para regocijarse dentro de lugar y a la espera de las actividades a desarrollar.



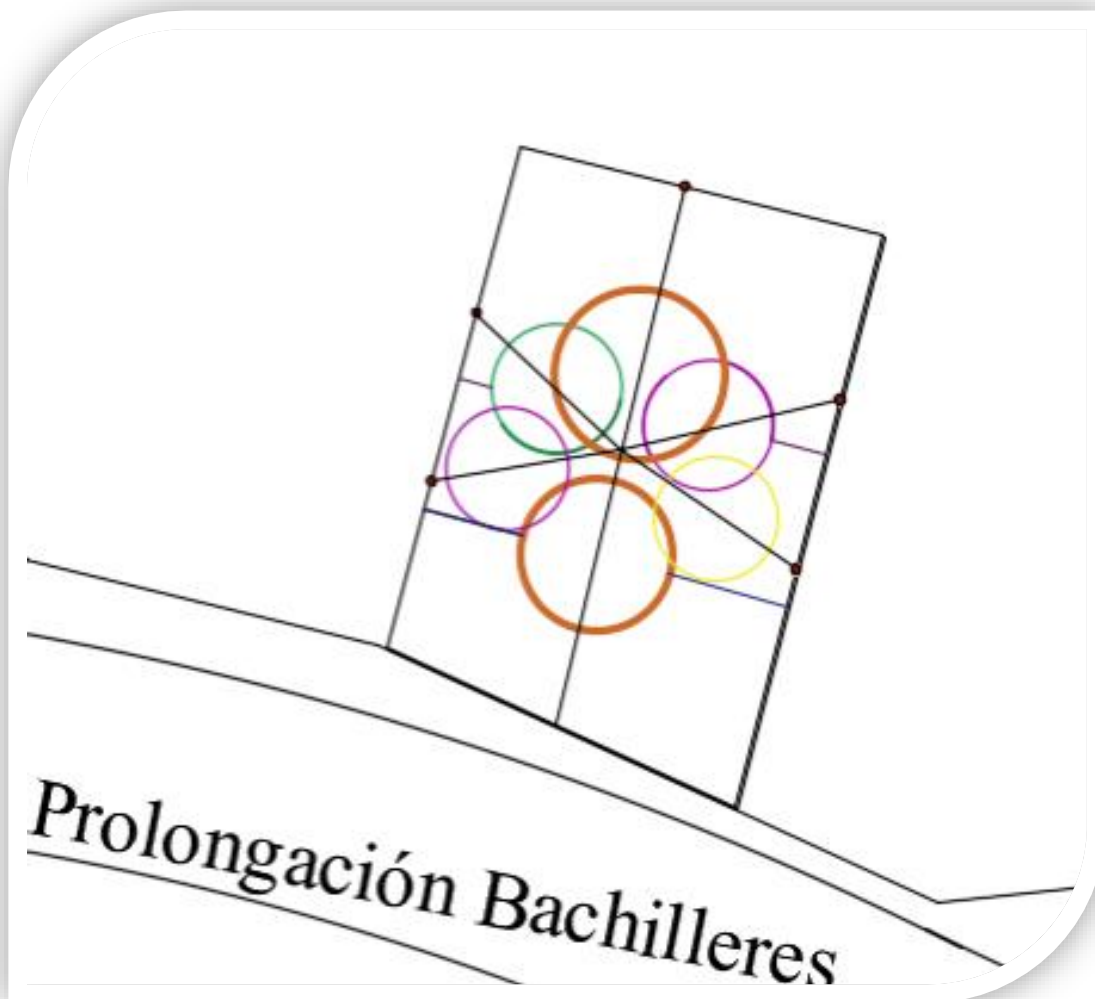


Imagen 89. Configuración final espacial. Elaboración propia.

- 3) Se proyecta los círculos completos partiendo del punto principal con el propósito de direccionar todo el acceso hacia la parte central (vestíbulo principal).



CAPITULO 5



PROPUESTA TIPOLOGICA

Se realizar un estudio sobre el tipo de arquitectura que se proyectara en el diseño.



5.1 Antecedentes del estilo

5.1.1 Estilo high tech

Se trata de un estilo que mezcla lo arquitectónico con la tecnología, comenzándose a desarrollar en la década de los años sesenta, tomando ese nombre del libro: *The Industrial Style and Source Book for The Home*, escrito por Suzanne Sleinn y Joan Kron, en cual se muestran ejemplos de materiales industrializados utilizados en techos, pisos y muros.

Haciendo hincapié a este estilo fue conocido también como tardo modernismo, debido a que surgió en un periodo gris entre el modernismo y posmodernismo.

Los componentes principales de la Arquitectura High Tech son técnicos y funcionales para la construcción, además de usar componentes prefabricados. Lo que destaca más son las paredes de vidrio y estructuras de acero generando una estética industrial, mientras que en lo técnico no solo se toma en cuenta la estética sino también ser funcional.

A pesar de usar la tecnología hace una combinación con la modernidad otorgando carácter a la obra logrando creaciones demasiado funcionalistas, ya que tiende a buscar el utilitarismo (RIVISTA ARQHYS.2012).





Imagen 60. Edificio Cybertecture Eg, Mumbai. Recuperado de Gerardo M.

5.1.2 Estilo eco-tech

A partir del siglo XXI la arquitectura High Tech incorporo la sostenibilidad en sus construcciones, debido a que los recursos del planeta se agotaban a un ritmo superior al que los consumimos. Siendo hasta 1993 en la Conferencia Internacional de Florencia cuando se trató el tema de integrar energías renovables en la arquitectura y el urbanismo. Reuniendo un equipo de varios arquitectos como Norman Foster, Renzo Piano, Thomas Herzog, Richard Roger entre otros, para la creación del grupo Renewable Energies in Architecture and Design (READ Group) intentando reconducir la arquitectura High-Tech donde se pudiese disminuir su impacto al ambiente estableciendo nuevos objetivos en sus proyecciones.



Su principal propósito dentro de la construcción es aprovechar las energías renovables, funcionalismo en sus espacios y el diseño solar pasivo para así crear proyectos amigables con el medio ambiente, optimizando los recursos naturales y minimizando el impacto de los edificios en la tierra y por ende sobre sus habitantes.

Es importante recalcar que este estilo abarca preocupaciones teniendo un carácter más sensible y amplio relacionado con el entorno físico y climático, de la misma forma con el uso eficiente de la energía, la conciencia social, ecológica y económica. Logrando establecer alta tecnología en los edificios aplicados a la forma y a los materiales, obteniendo importante niveles de bienestar naturales.



Imagen 61. Edificio Solaris, Singapur. Recuperado de ARQZON.



5.2 PROPUESTA DE CENTRO RECREATIVO PARA ADULTOS MAYORES EN LA COLONIA DE LOS TENORES, PUEBLA

El centro recreativo es un espacio destinado al sector de la sociedad adulta mayor en donde se busca tener un diseño innovador y único, en la cual se perciba un pensamiento contemporáneo y empírico sobre la percepción del espacio y sus objetivos aprovechando la energía renovable de su alrededor.

Este proyecto adoptara un estilo Eco-Tech mediante su composición funcionalista dando protagonismo a sus vistas, de tal manera que se visualicen los materiales y el diseño geométrico jugando de manera creativa con los espacios otorgando un valor referencial complementado de materiales como vidrio y acero, en la que se añadan elementos decorativos y mobiliario como complemento secundario de la estructura conformando un todo.

El centro recreativo tiene como principal función crear espacios amplios y adecuados que se puedan adaptar a las necesidades y actividades de cada usuario, mediante la presencia de columnas estructurales y muros sólidos y de cristal.

Dentro del aspecto estético se busca generar una imagen atractiva y contemporánea incluyendo un diseño solar pasivo, logrando atraer la atención de las personas para que puedan explorar cada espacio dentro de la edificación y así poder conectarse con las nuevas generaciones

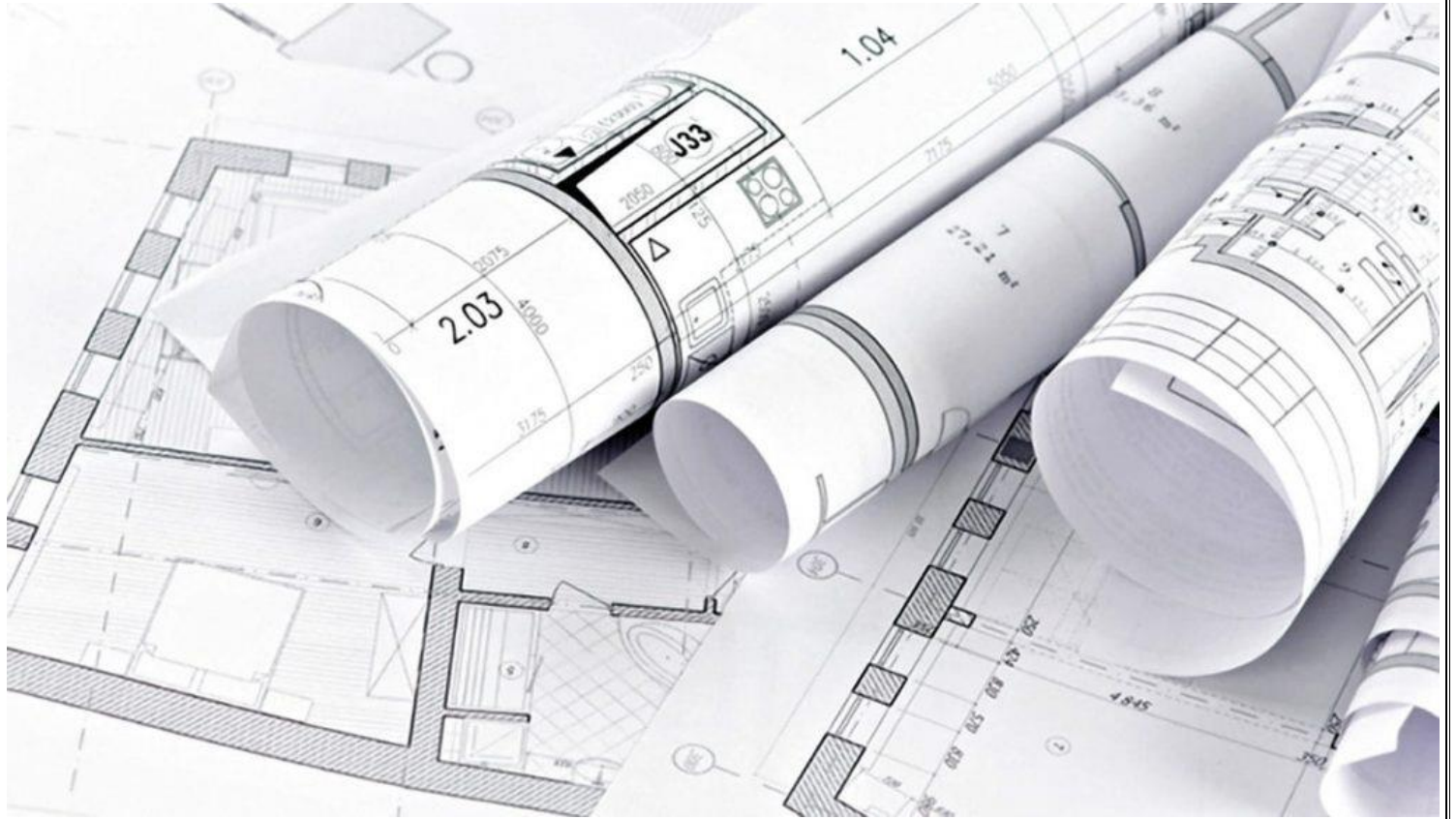
La propuesta del centro recreativo se verá envuelta en la geometría incluyendo desde la planta arquitectónica hasta la decoración, bajo la idea que rige el eco-tech se procurará aprovechar la mayor iluminación natural a través de grandes claros de cristal, además de crear un ambiente que sea amigable con la naturaleza y confortable con la etapa que vive los adultos mayores.



La tendencia que tendrá en su figura será inmersa en 3 círculos que partirán hacia el cuerpo de la edificación elevando su volumetría e imponiéndola en diferentes niveles, otorgando gran relevancia a su cilindro interno conformado por una retícula de hexágonos con forma irregular en diferentes tamaños inspirada en la estructura celular de las plantas. Al introducir un nuevo estilo en la ciudad la población adulta mayor podrán sentir podrán integrarse de manera inherente a la sociedad actual.



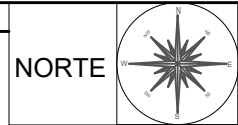
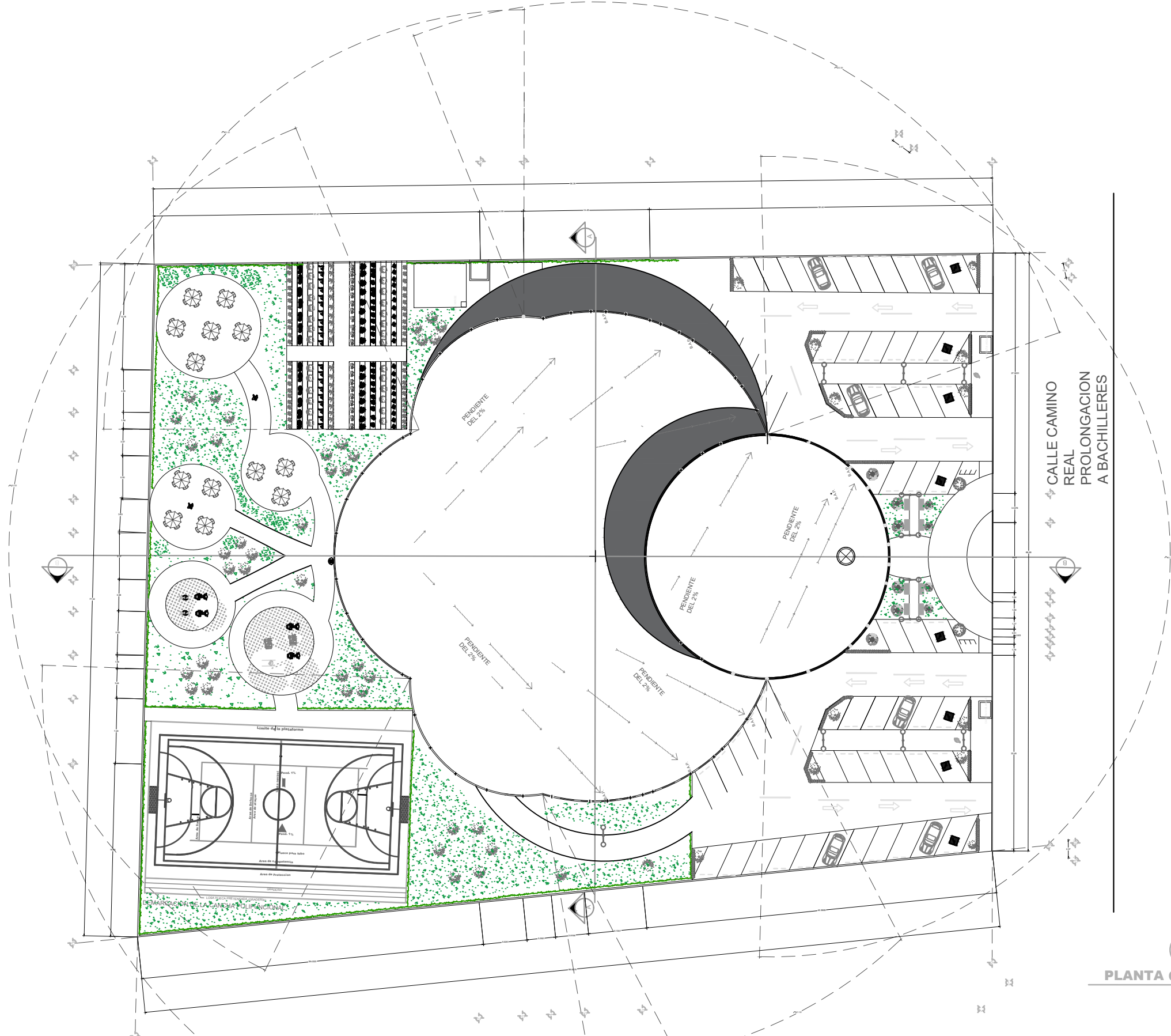
CAPITULO 7



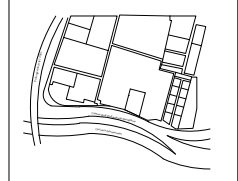
ANTEPROYECTO ARQUITECTONICO

Se hace presentación de la propuesta arquitectónica





CROQUIS DE LOCALIZACION:



SIMBOLOGIA:

- B.A.P. ○ BAJANTE DE AGUA PLUVIAL
- ◆ NPT NIVEL DE PISO TERMINADO
- cota — COTA DE EJE A EJE
- ARBOLES O PLANTAS
- ⊕ INDICA CORTE
- ⊕ INDICA EJE
- LETRERO PARA DISCAPACITADOS
- ↑ SEÑALÉTICA PARA ESTACIONAMIENTO
- INCLINACION DE PENDIENTE
- SOMBRAS

UBICACION:
LOS TENORES
PUEBLA PUE.

PROYECTO:
PROPUESTA DE CENTRO RECREACIONAL PARA
ADULTOS MAYORES EN LOS TENORES, PUEBLA

PLANO:
PLANTA CONJUNTO / AZOTEA

CONTENIDO:
PLANTA CONJUNTO / AZOTEA

ESCALA:
LA QUE INDIQUE EL PLANO

MODIFICACIONES:
Metros

FECHA:
AGOSTO 2019

CLASE:
PL-01

DEBIDO:
ARG CECILIA RIVAS MORALES

ARCHIVO:

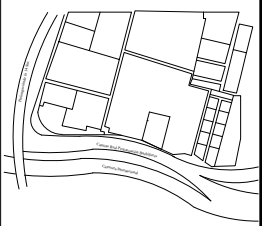
EMPRESA:
RM S.A. DE C.V.



1
PLANTA CONJUNTO
ESC. 1:500



CROQUIS DE LOCALIZACION:



SIMBOLOGIA:

- NIVEL DE BANQUETA
- NIVEL DE PISO TERMINADO
- COTA DE EJE A EJE
- MURO DE OBRA FALSA O QUE NO ES DE CARGA
- MURO BAJO TAMBIEN CONOCIDO COMO MURETE
- MURO CON VENTANA
- ARBOLES O PLANTAS
- INDICA CORTE
- INDICA EJE
- ACCESO PRINCIPAL
- LETRERO PARA DISCAPACITADOS
- SEÑALÉTICA PARA ESTACIONAMIENTO

UBICACION:
LOS TENORES
PUEBLA PUE.

PROYECTO:
PROPUESTA DE CENTRO RECREACIONAL PARA
ADULTOS MAYORES EN LOS TENORES, PUEBLA

PLANO:
PLANTA ARQUITECTONICA

CONTENIDO:
PLANTA ARQUITECTONICA

ESCALA:
LA QUE INDIQUE EL PLANO

ACOTACIONES:
Metros

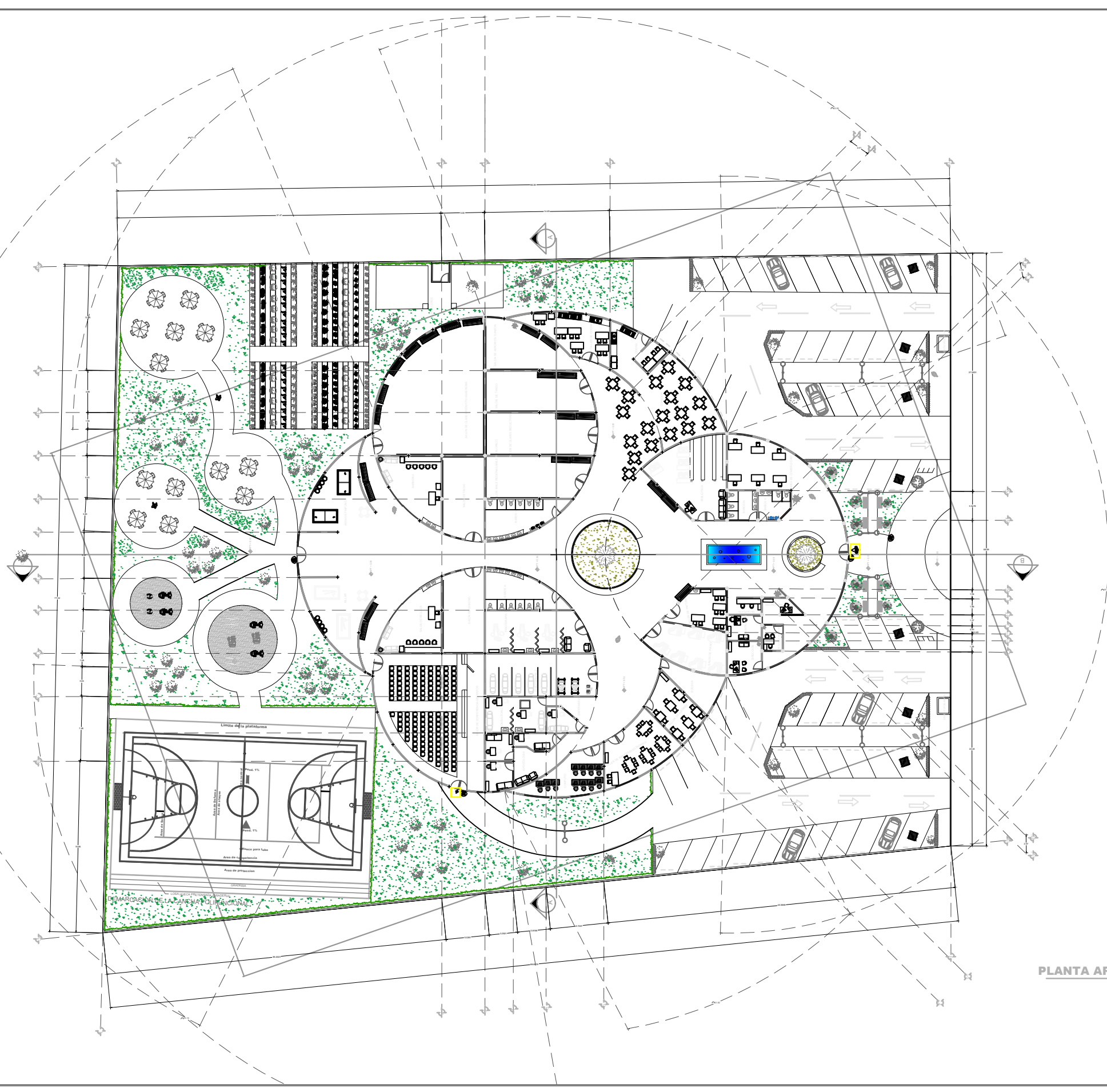
FECHA:
AGOSTO 2019

CLAVE:
PLT-02

DEBIDO:
ARG. CECILIA RIVAS MORALES

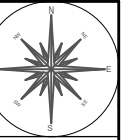
ARCHIVO:

EMPRESA:
RM S.A. DE C.V.

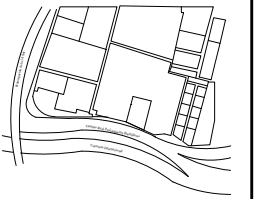


2
PLANTA ARQUITECTONICA
ESC. 1:500

NORTE

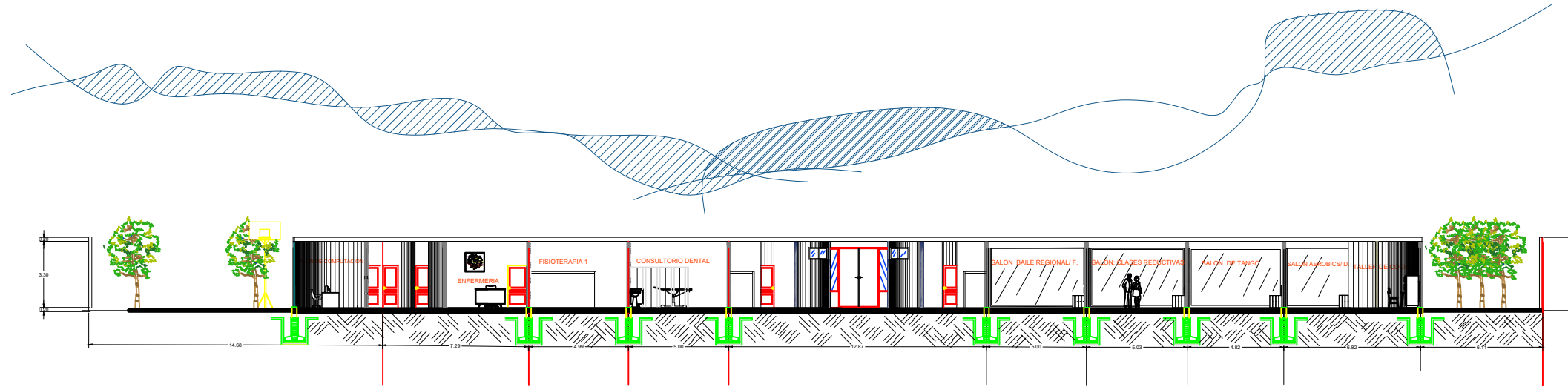


CROQUIS DE LOCALIZACION:

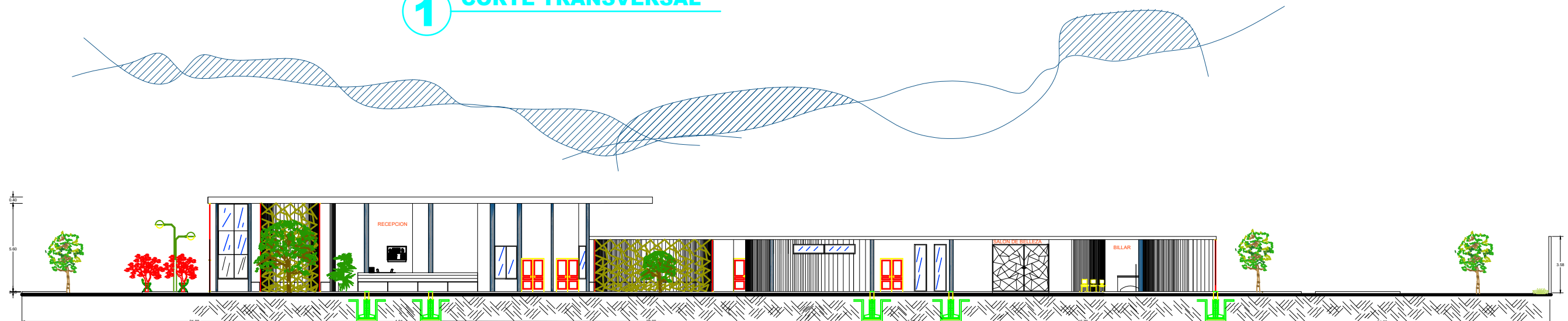


SIMBOLOGIA:

- NIVEL DE PISO TERMINADO
- COTA DE EJE A EJE
- INDICA EJE



1 CORTE TRANSVERSAL



2 CORTE LONGITUDINAL

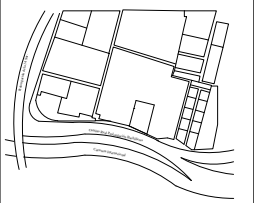
ESC. 1:250

UBICACION LOS TENORES PUEBLA PUE.	
PROYECTO: PROPUESTA DE CENTRO RECREACIONAL PARA ADULTOS MAYORES EN LOS TENORES, PUEBLA	
PLANO: CORTES Y FACHADAS	
CONTENIDO: CORTES TRANSVERSAL Y LONGITUDINAL / FACHADAS	
ESCALA: LA QUE INDIQUE EL PLANO	ACOTACIONES: Metros
FECHA: AGOSTO 2019	
CLAVE: PLT-02	
DIBUJO: ARACIELA RIVAS MORALES	ARCHIVO:
EMPRESA: RM S.A. DE C.V.	



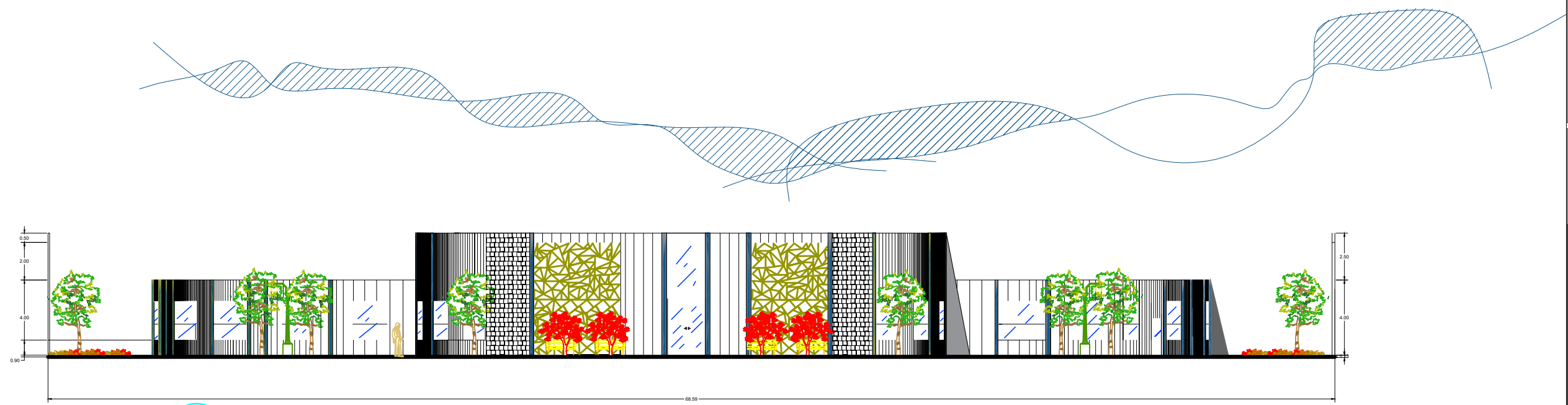


CROQUIS DE LOCALIZACION:

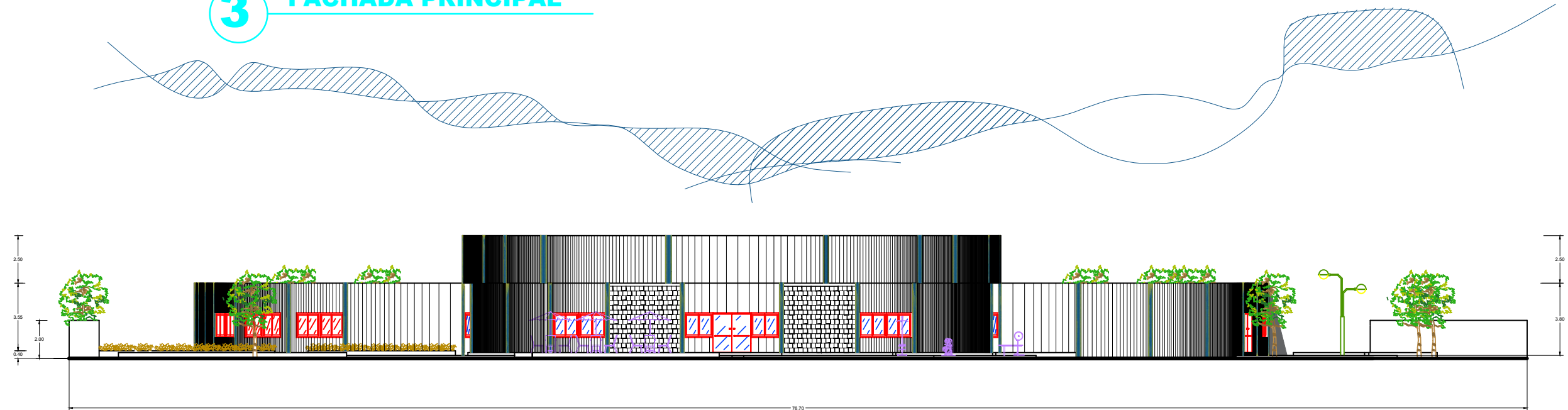


SIMBOLOGIA:

- NIVEL DE PISO TERMINADO
- COTA DE EJE A EJE
- INDICA EJE



3 FACHADA PRINCIPAL



4 FACHADA POSTERIOR

ESC. 1:250

UBICACION:
LOS TENORES
PUEBLA PUE.

PROYECTO:
PROPUESTA DE CENTRO RECREACIONAL PARA
ADULTOS MAYORES EN LOS TENORES, PUEBLA

PLANO:
CORTES Y FACHADAS

CONTENIDO:
CORTES TRANSVERSAL Y LONGITUDINAL / FACHADAS

ESCALA:
LA QUE INDIQUE EL PLANO

ACOTACIONES:
Metros

FECHA:
AGOSTO 2019

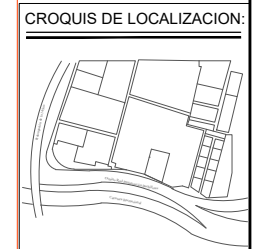
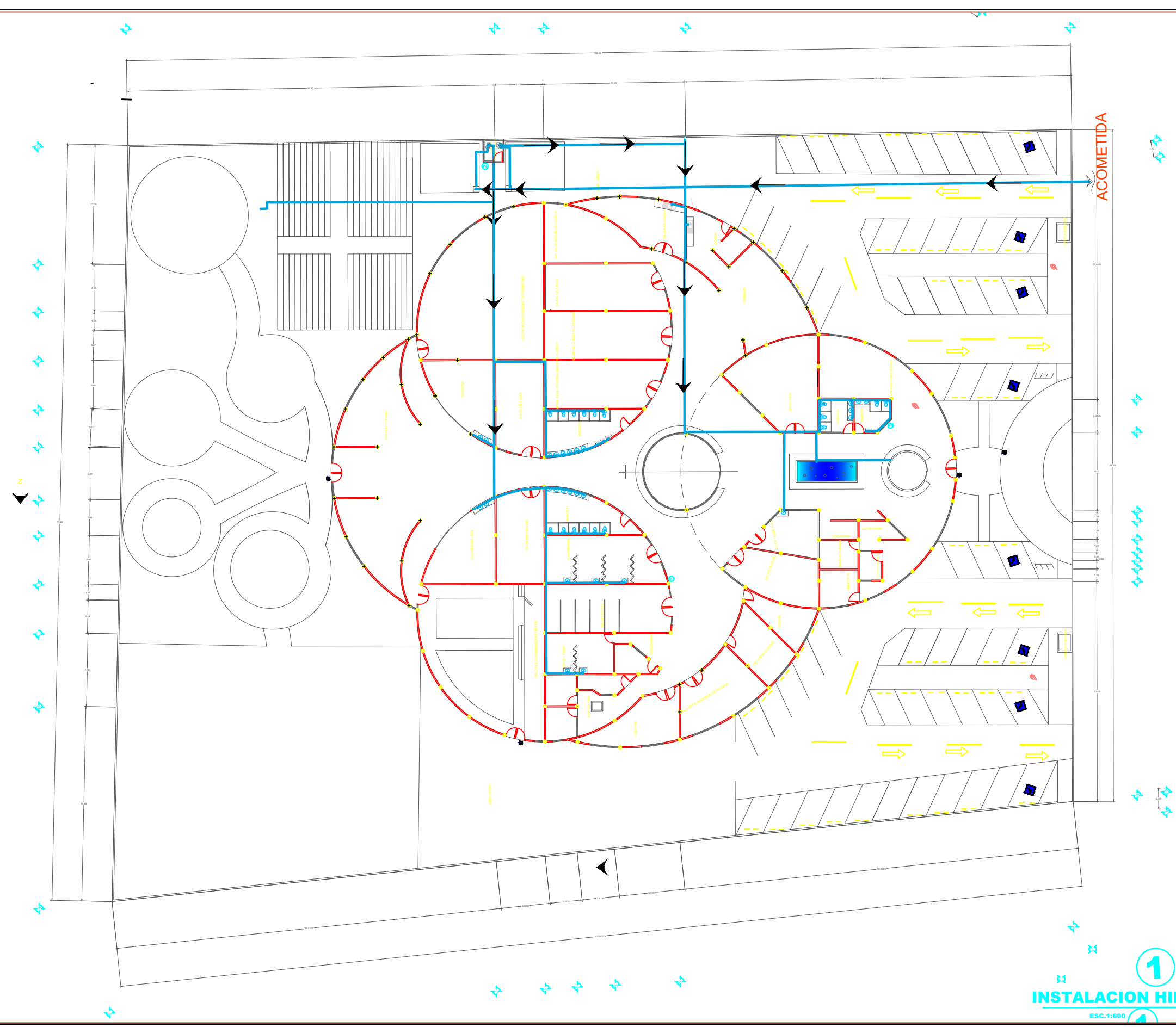
CLAVE:
PLT-02

DRUJO:
ARQUICOLA RIVAS MORALES






ARCHIVO:

EMPRESA:
RM S.A. DE C.V.





SIMBOLOGIA:

-  ACOMETIDA DE RED MUNICIPAL
-  COTA DE EJE A EJE
-  INDICA CORTE
-  INDICA EJE
-  SEÑALÉTICA PARA ESTACIONAMIENTO

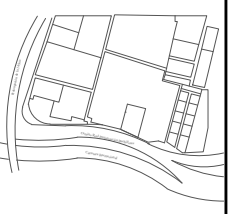
UBICACION: LOS TENORES PUEBLA, PUE.	
PROYECTO: PROPIUESTA DE CENTRO RECREACIONAL PARA ADULTOS MAYORES EN LOS TENORES, PUEBLA	
PLANO: PLANO DE INSTALACION HIDRAULICA	
CONTENIDO: INSTALACION HIDRAULICA Y DETALLES	
ESCALA: LA QUE INDIQUE EL PLANO	ACOTACIONES: Metros
FECHA: AGOSTO 2019	
CLAVE: PLT-01	
DIBUJO: ANG CECILIA RIVAS MORALES	PROYECTO:
EMPRESA: RM S.A. DE C.V.	








1
INSTALACION HIDRAULICA
ESC. 1:600

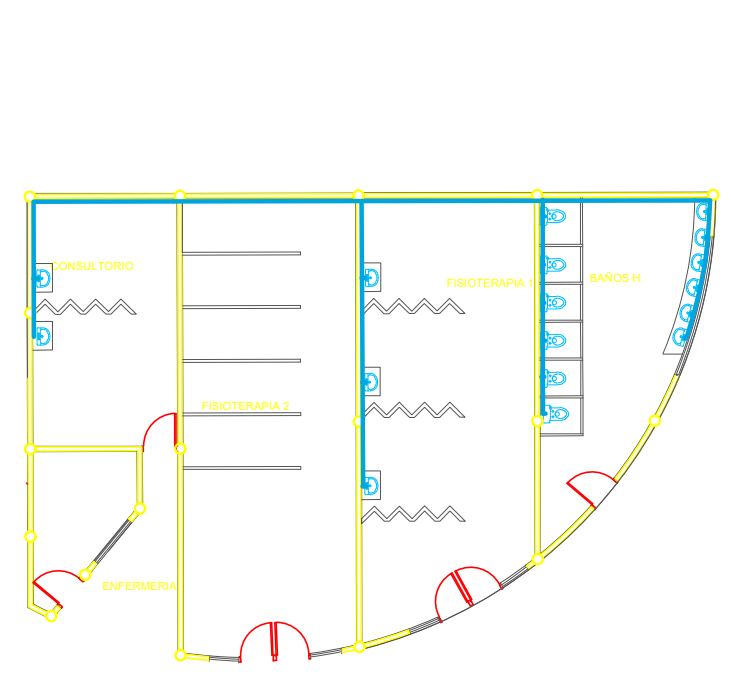


CROQUIS DE LOCALIZACION:

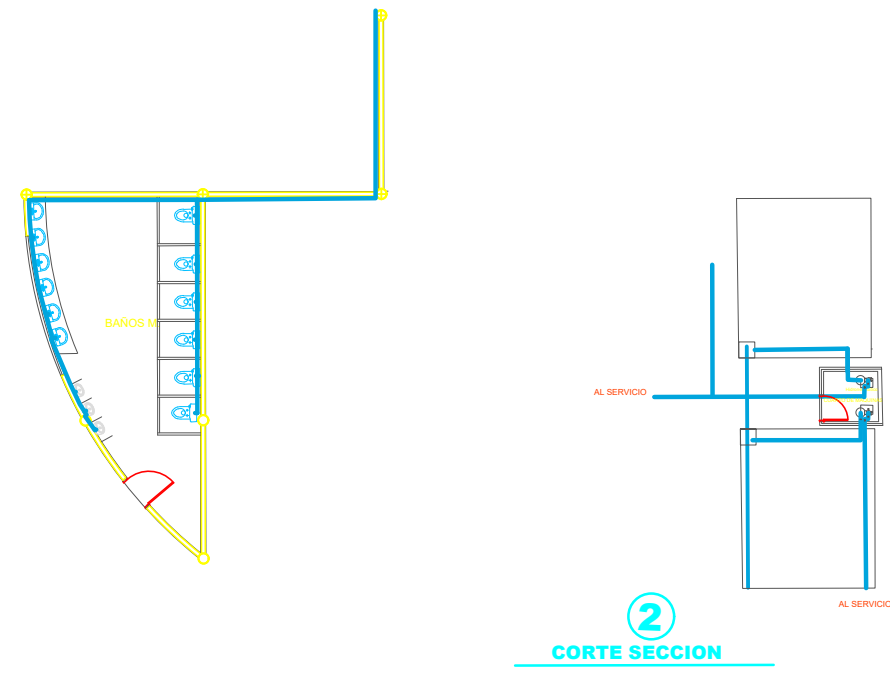


SIMBOLOGIA:

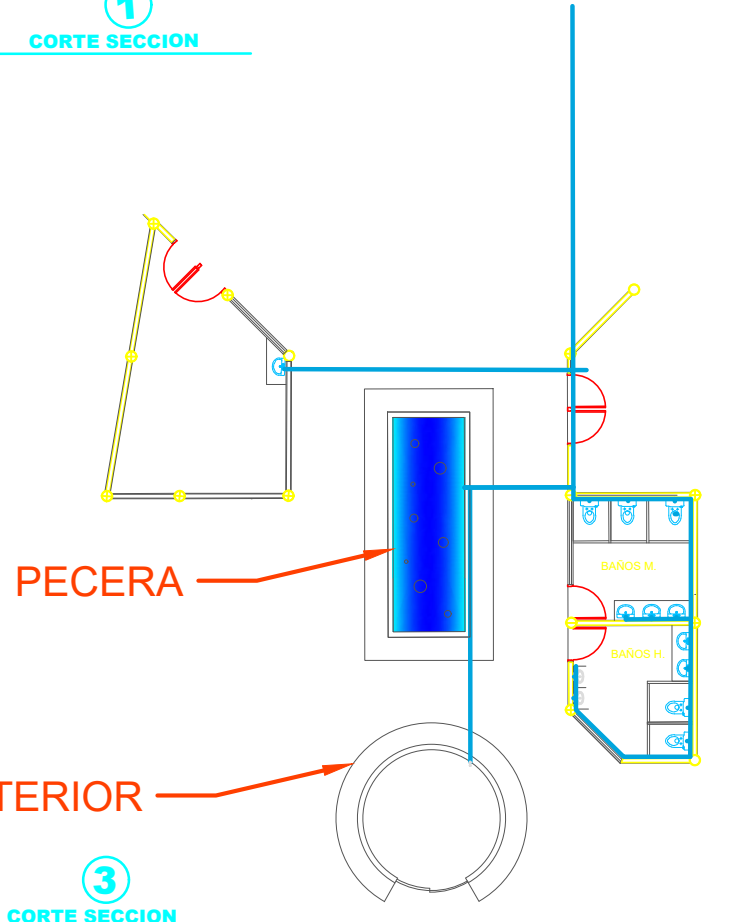
-  ACOMETIDA DE RED MUNICIPAL
-  COTA DE EJE A EJE
-  INDICA CORTE
-  INDICA EJE
-  SEÑALÉTICA PARA ESTACIONAMIENTO



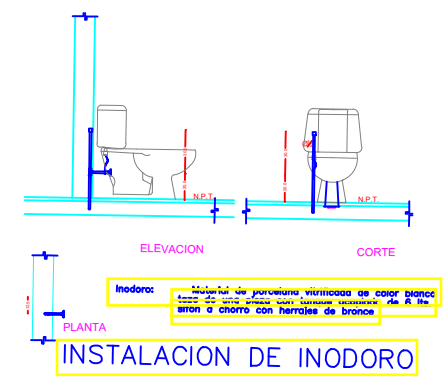
1
CORTE SECCION



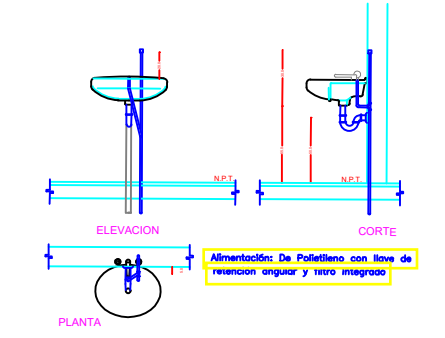
2
CORTE SECCION



3
CORTE SECCION



4
DETALLE

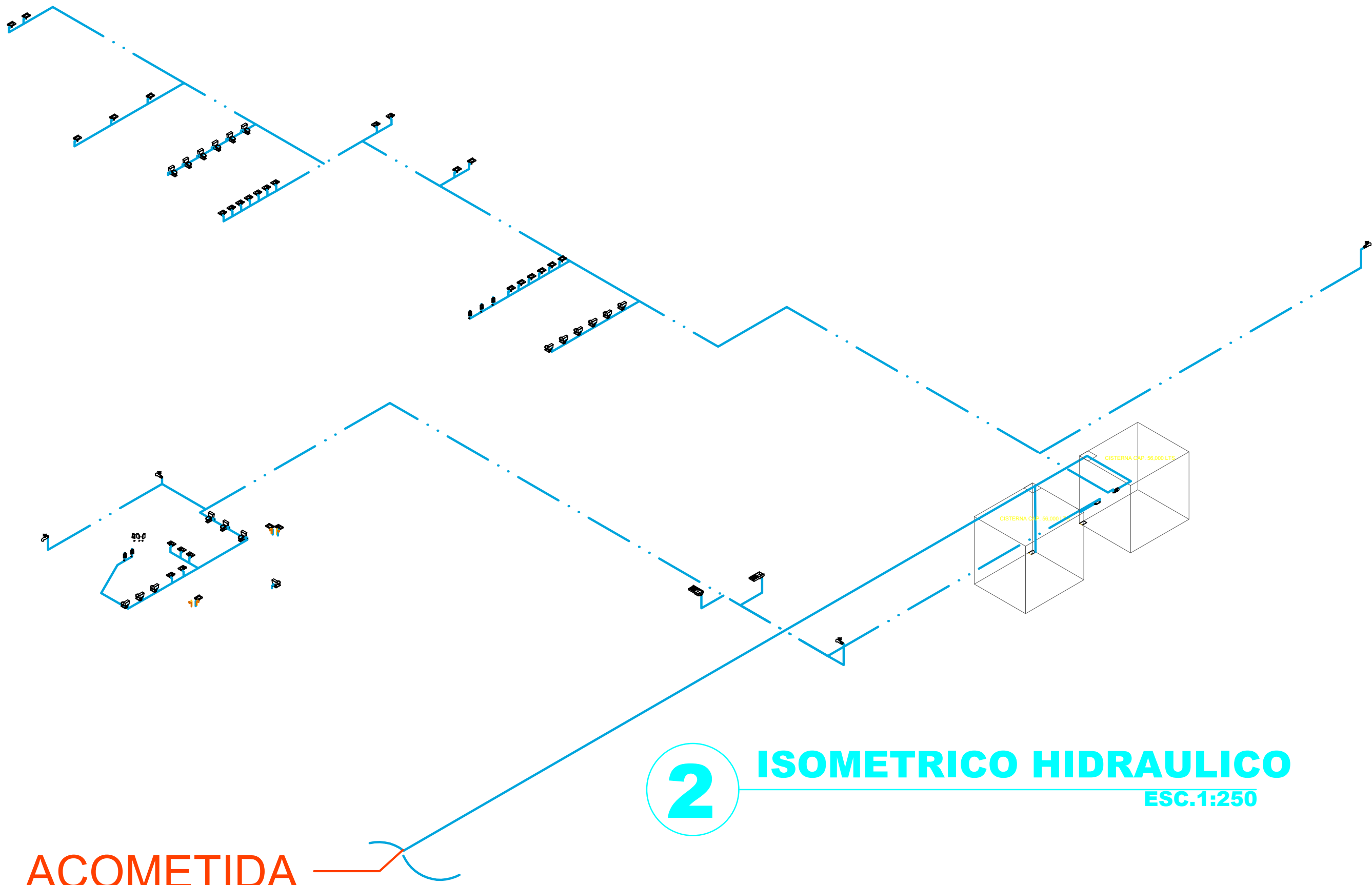


5
DETALLE LAVABO

5
INSTALACION HIDRAULICA
ESC.1:250

UBICACION: LOS TENORES PUEBLA PUE.	
PROYECTO: PROPIETA DE CENTRO RECREACIONAL PARA ADULTOS MAYORES EN LOS TENORES, PUEBLA	
PLANO: PLANO DE INSTALACION HIDRAULICA	
CONTENIDO: INSTALACION HIDRAULICA Y DETALLES	
ESCALA: LA QUE INDIQUE EL PLANO	ACOTACIONES: Metros
FECHA: AGOSTO 2019	
CLASE: PLT-01	
DISEÑO: ANG CECILIA RIVAS MORALES	PROYECTO:
EMPRESA: RM S.A. DE C.V.	





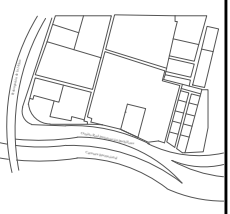
2 ISOMETRICO HIDRAULICO

ESC.1:250






ACOMETIDA



CROQUIS DE LOCALIZACION:



SIMBOLOGIA:

-  ACOMETIDA DE RED MUNICIPAL
-  COTA DE EJE A EJE
-  INDICA CORTE
-  INDICA EJE
-  SEÑALÉTICA PARA ESTACIONAMIENTO

UBICACION:
LOS TENORES
PUEBLA PUE.

PROYECTO:
PROPUESTA DE CENTRO RECREACIONAL PARA
ADULTOS MAYORES EN LOS TENORES, PUEBLA

PLANO:
PLANO DE INSTALACION HIDRAULICA

CONTENIDO:
INSTALACION HIDRAULICA Y DETALLES

ESCALA:
LA QUE INDIQUE EL PLANO

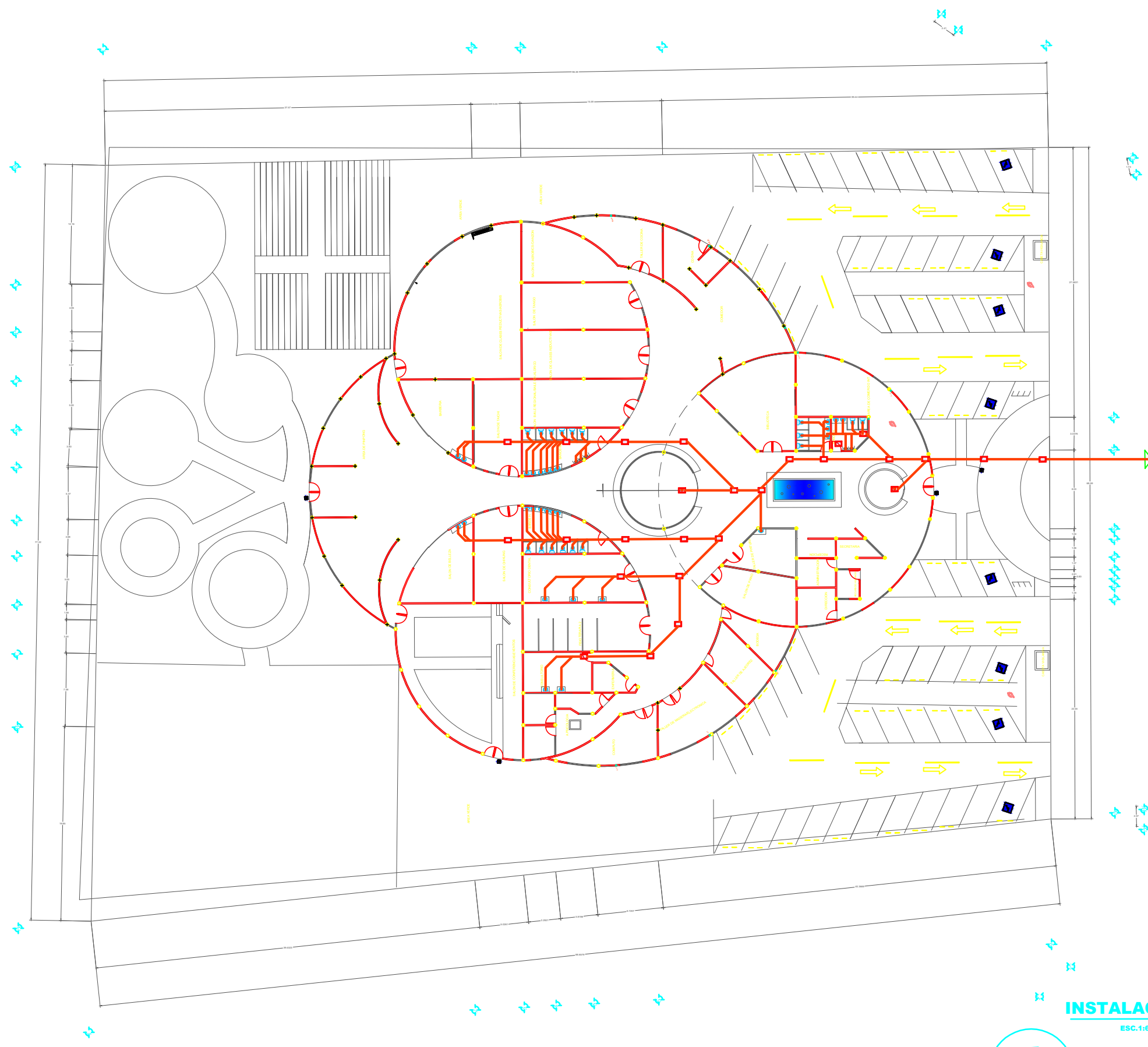
FECHA:
AGOSTO 2019

CLAVE:
PLT-01

DIBUJO:
ANDY CECILIA RIVAS MORALES

EMPRESA:
RM S.A. DE C.V.





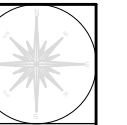
- SIMBOLOGIA:**
- ACOMETIDA DE RED MUNICIPAL.
 - COTA DE EJE A EJE
 - INDICA CORTE
 - INDICA EJE
 - SEÑALÉTICA PARA ESTACIONAMIENTO
 - REGISTRO DE AGUAS NEGRAS

UBICACION: LOS TENORES PUEBLA PUE.	
PROYECTO: PROPUESTA DE CENTRO RECREACIONAL PARA ADULTOS MAYORES EN LOS TENORES, PUEBLA	
PLANO: PLANO DE INSTALACION SANITARIA	
CONTENIDO: INSTALACION SANITARIA Y DETALLES	
ESCALA: LA QUE INDIQUE EL PLANO	ADOTACIONES: Metros
FECHA: AGOSTO 2019	
CLAVE: PLT-01	
DISEÑADO: INGENIERO RIVAS MORALES	ARCHIVO:
EMPRESA: RM S.A. DE C.V.	

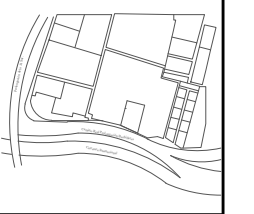


6
INSTALACION SANITARIA
ESC. 1:600

NORTE

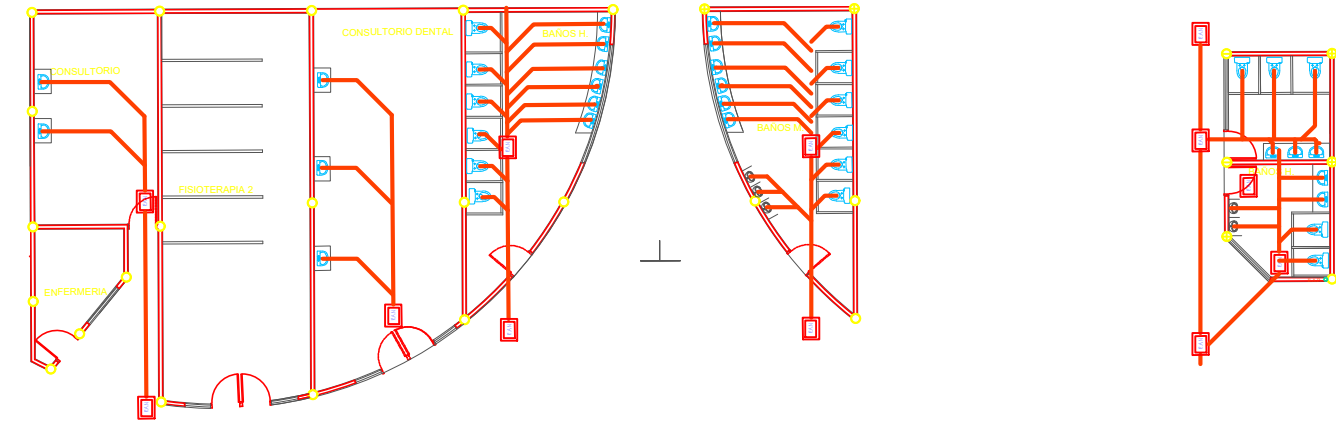


CROQUIS DE LOCALIZACION:



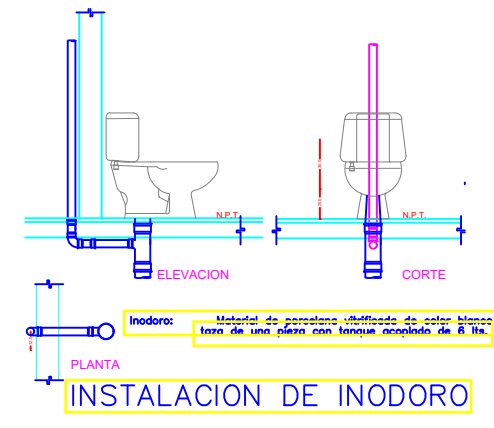
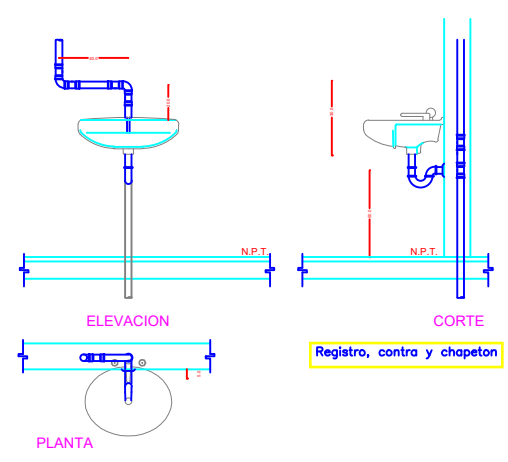
SIMBOLOGIA:

- ACOMETIDA DE RED MUNICIPAL
- COTA DE EJE A EJE
- INDICA CORTE
- INDICA EJE
- SEÑALÉTICA PARA ESTACIONAMIENTO
- REGISTRO DE AGUAS NEGRAS

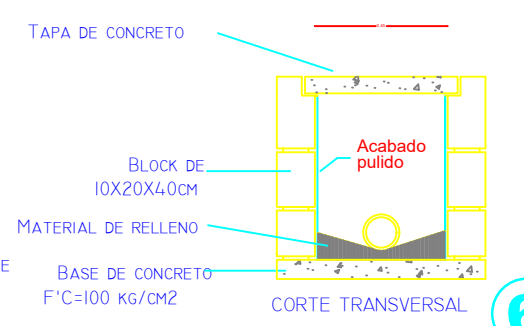
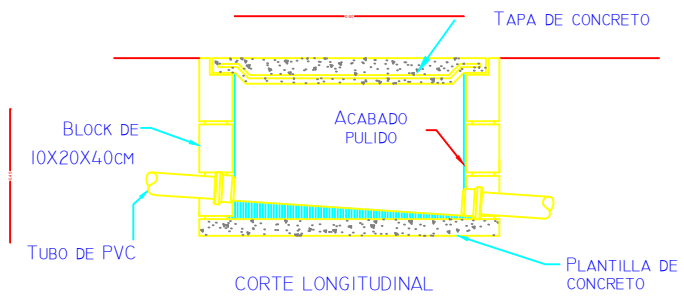
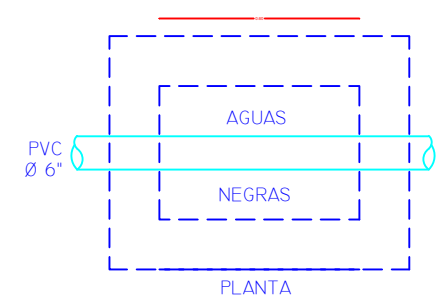


1 CORTE SECCION

1 CORTE SECCION



REGISTRO SANITARIO



6 INSTALACION SANITARIA
ESC.1:500

UBICACION: LOS TENORES, PUEBLA PUE.

PROYECTO: PROPUUESTA DE CENTRO RECREACIONAL PARA ADULTOS MAYORES EN LOS TENORES, PUEBLA

PLANO: PLANO DE INSTALACION SANITARIA

CONTENIDO: INSTALACION SANITARIA Y DETALLES

ESCALA: LA QUE INDIQUE EL PLANO

FECHA: AGOSTO 2019

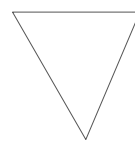
CLAVE: PLT-01

DEBILDO: ANGELOSCALA INHABITANTES

EMPRESA: RM S.A. DE C.V.



TOMA DE RED MUNICIPAL

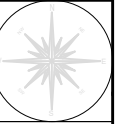


2

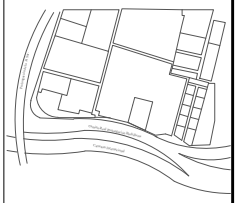
ISOMETRICO SANITARIO

ESC. 1:250

NORTE



CROQUIS DE LOCALIZACION:



SIMBOLOGIA:

- ACOMETIDA DE RED MUNICIPAL
- COTA DE EJE A EJE
- INDICA CORTE
- INDICA EJE
- SEÑALÉTICA PARA ESTACIONAMIENTO
- REGISTRO DE AGUAS NEGRAS

UBICACION:
LOS TENORES
PUEBLA PUE.

PROYECTO:
PROPUESTA DE CENTRO RECREACIONAL PARA
ADULTOS MAYORES EN LOS TENORES, PUEBLA

PLANO:
PLANO DE INSTALACION SANITARIA

CONTENIDO:
INSTALACION SANITARIA Y DETALLES

ESCALA:
LA QUE INDIQUE EL PLANO

ADOTACIONES:
Metros

FECHA:
AGOSTO 2019

CLAVE:
PLT-01

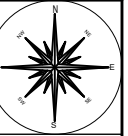
DISEÑADO:
ING. OSCAR RIVAS MORALES

ARCHIVO:

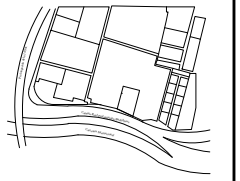
EMPRESA:
RM S.A. DE C.V.



NORTE



CROQUIS DE LOCALIZACION:



SIMBOLOGIA:

- Z-1 ZAPATA 1
- Z-2 ZAPATA 2
- D-1 DADO 1
- CT-1 TRABE 1

NOTAS DE CIMENTACION

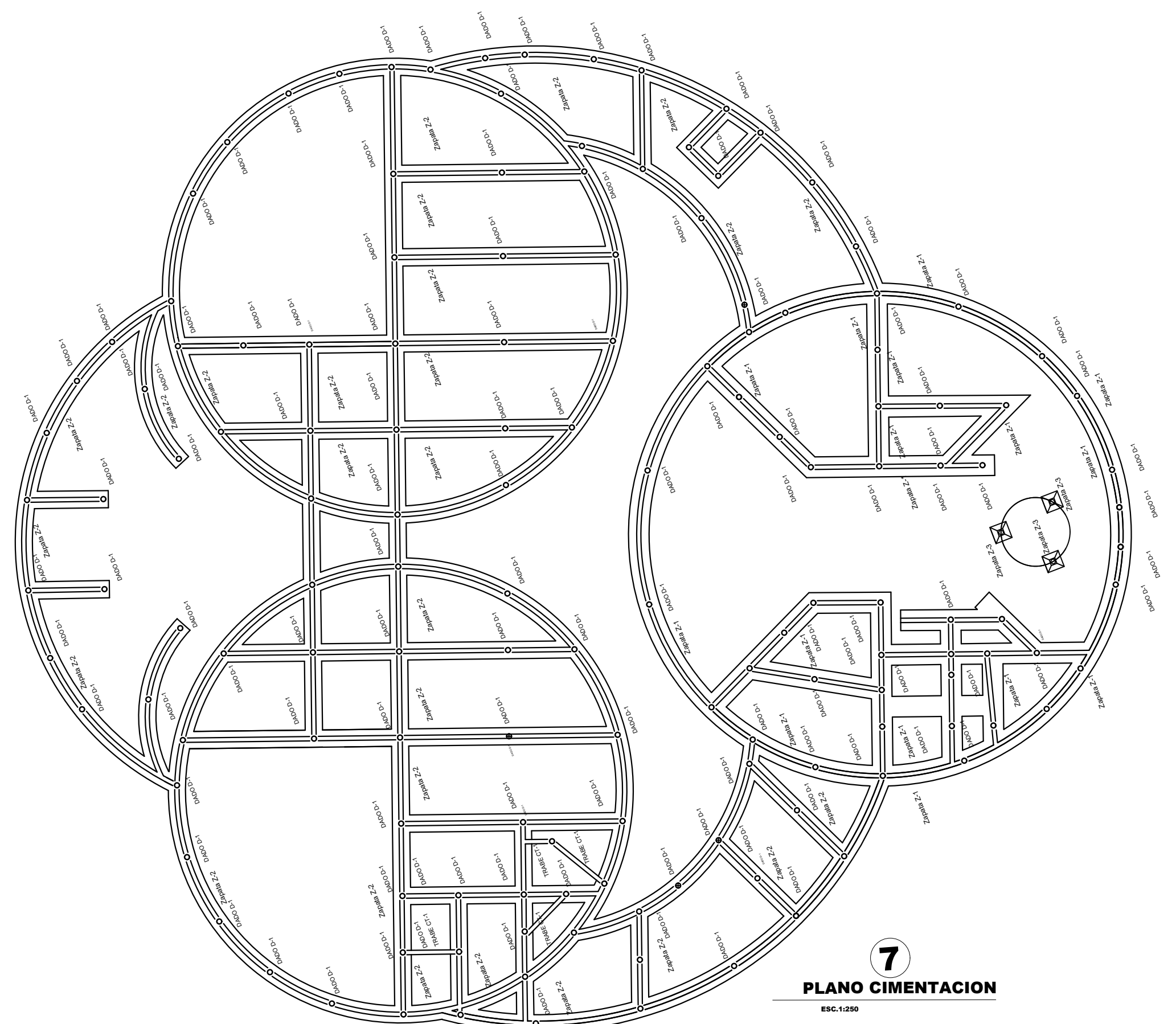
- 1- EL NIVEL DE SUPERFICIE DE LAS ZAPATAS...
- 2- EL CONCRETO PARA ZAPATAS CORRIDAS Y...
- 3- LA EXCAVACION PARA ALCANZAR LA CIMENTACION...
- 4- AL ALCANZAR EL NIVEL DE SUPERFICIE DE COLAR...
- 5- EL REFORZAMIENTO DEBERA SER DE ACUERDO...
- 6- LA CIMENTACION DEBERA SER DE ACUERDO...
- 7- SI SE REQUIEREN REFORZAMIENTOS...
- 8- SI SE REQUIEREN REFORZAMIENTOS...
- 9- SI SE REQUIEREN REFORZAMIENTOS...
- 10- SI SE REQUIEREN REFORZAMIENTOS...

NOTAS GENERALES

- 1- ACCIONES EN METROS EXCEPTO DONDE SE INDIQUE...
- 2- TODAS LAS COTACIONES SON EN METROS...
- 3- LOS ANCHOS DE LOS MUEBLES DEBERAN...
- 4- PARA TODO LO INDICADO EN ESTE PROYECTO...
- 5- ANTES DE EMPEZAR LA CONSTRUCCION DEBERA...
- 6- EL RECOMENDADO MINIMO EN CUALQUIER...

MATERIALES

- 1- CONCRETO NORMAL DE P.V. 2,400 KG/M3...
- 2- HORMIGON DE ACEROS...
- 3- LOS MUROS SERAN DE LADRILLO RECORRIDO...
- 4- MATERIAL TIPO 1 - 1/4 COMBUSTIBLE PARA...



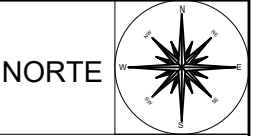
7

PLANO CIMENTACION

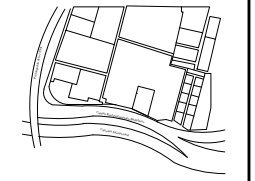
ESC.1:250

UBICACION	LOS TENORES PUEBLA PUE.
PROYECTO	PROPUESTA DE CENTRO RECREATIVO PARA ADULTOS MAYORES EN LA ZONA DE LOS TENORES.
PLANO	CIMENTACION
CONTENIDO	CIMENTACION / DETALLES
ESCALA	LA QUE INDIQUE EL PLANO
FECHA	AGOSTO 2019
CLASE	PLT-01
DRIBJO	ARQUEOLIA RIVAS MORALES
EMPRESA	RM S.A. DE C.V.





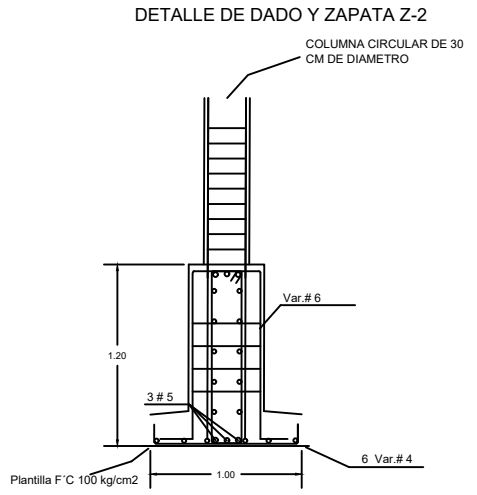
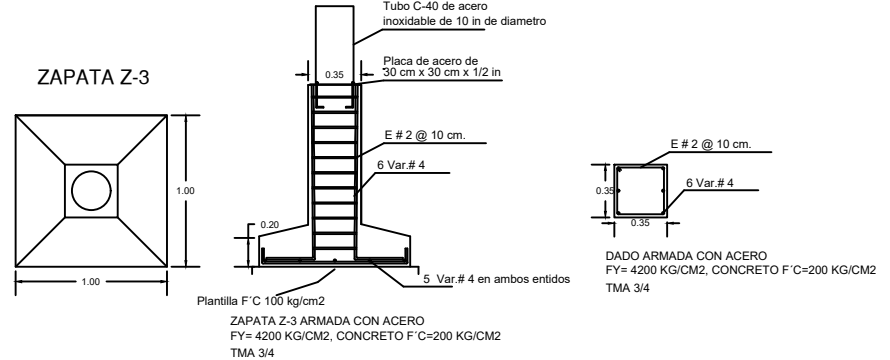
CROQUIS DE LOCALIZACION:



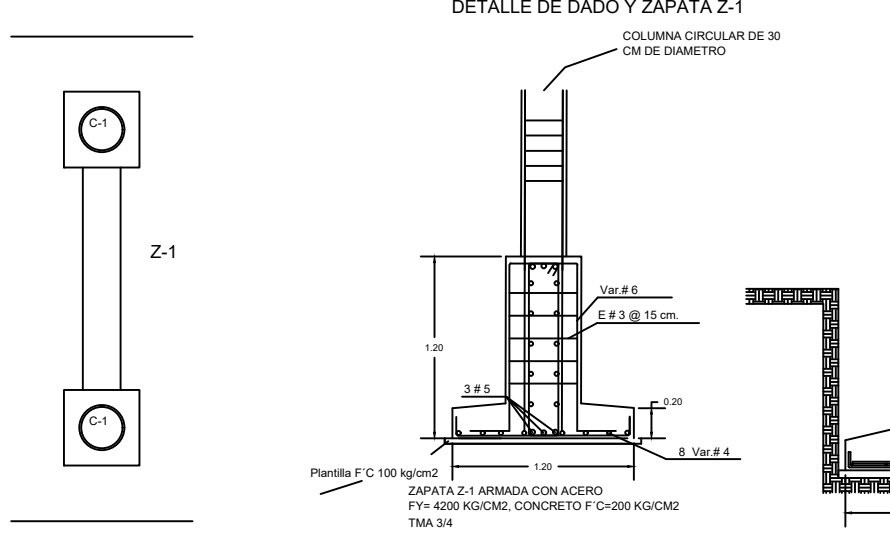
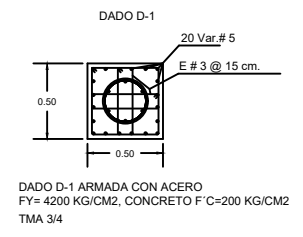
SIMBOLOGIA:

- Z-1 ZAPATA 1
- Z-2 ZAPATA 2
- D-1 DADO 1
- CT-1 TRABE 1

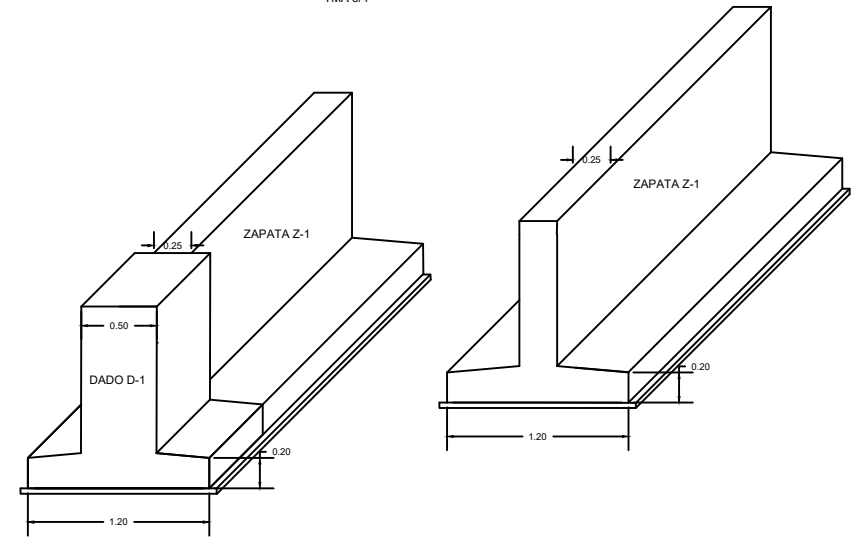
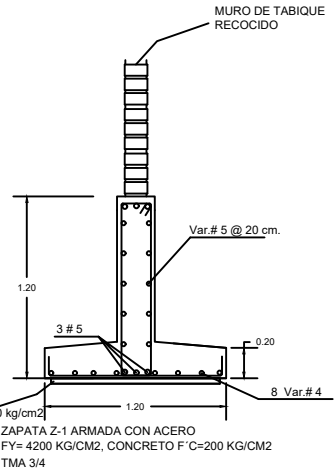
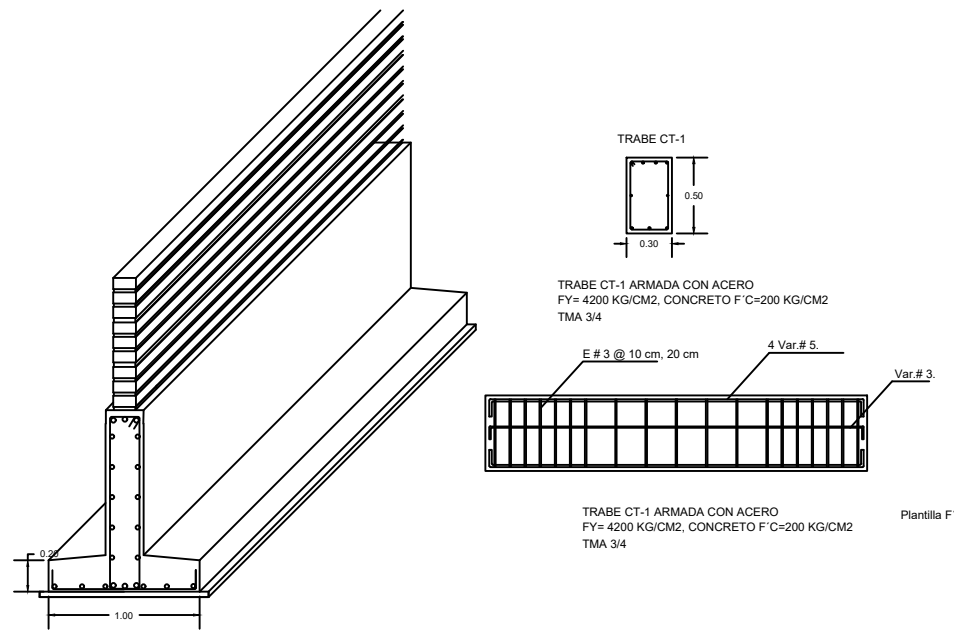
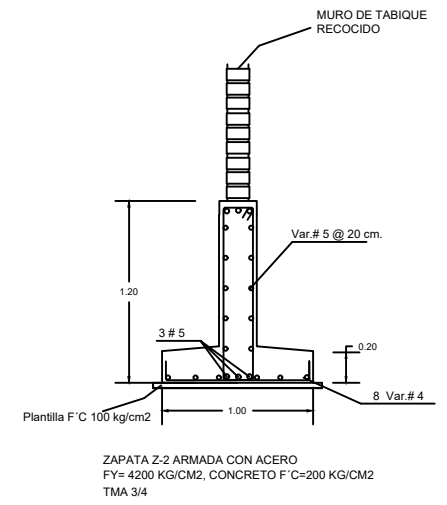
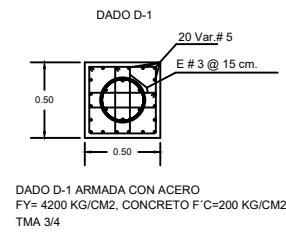
CIMENTACION	
1-	EL NIVEL DE SUPERFICIE DE LAS ZAPATAS
2-	SE CONSIDERÓ UNA RESISTENCIA DE REACCION DEL
3-	EL CONCRETO PARA ZAPATAS CORRIDAS Y
4-	LA EJECUCION PARA ALCANZAR LA CIMENTACION DE
5-	AL LARGADO EL NIVEL DE SUPERFICIE DE COLUANA
6-	LA EJECUCION DE LAS PREDIMENSIONES DE LAS
7-	EL NIVEL DE SUPERFICIE DE LAS ZAPATAS
8-	LA EJECUCION DE LAS PREDIMENSIONES DE LAS
9-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
10-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
11-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
12-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
13-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
14-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
15-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
16-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
17-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
18-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
19-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
20-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
21-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
22-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
23-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
24-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
25-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
26-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
27-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
28-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
29-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
30-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
31-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
32-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
33-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
34-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
35-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
36-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
37-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
38-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
39-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
40-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
41-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
42-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
43-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
44-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
45-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
46-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
47-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
48-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
49-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
50-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
51-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
52-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
53-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
54-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
55-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
56-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
57-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
58-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
59-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
60-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
61-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
62-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
63-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
64-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
65-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
66-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
67-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
68-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
69-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
70-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
71-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
72-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
73-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
74-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
75-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
76-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
77-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
78-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
79-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
80-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
81-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
82-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
83-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
84-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
85-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
86-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
87-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
88-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
89-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
90-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
91-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
92-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
93-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
94-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
95-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
96-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
97-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
98-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
99-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS
100-	SE DEBE BRINDAR LA PROTECCION DE LAS



Zapata Z-2



Zapata Z-1

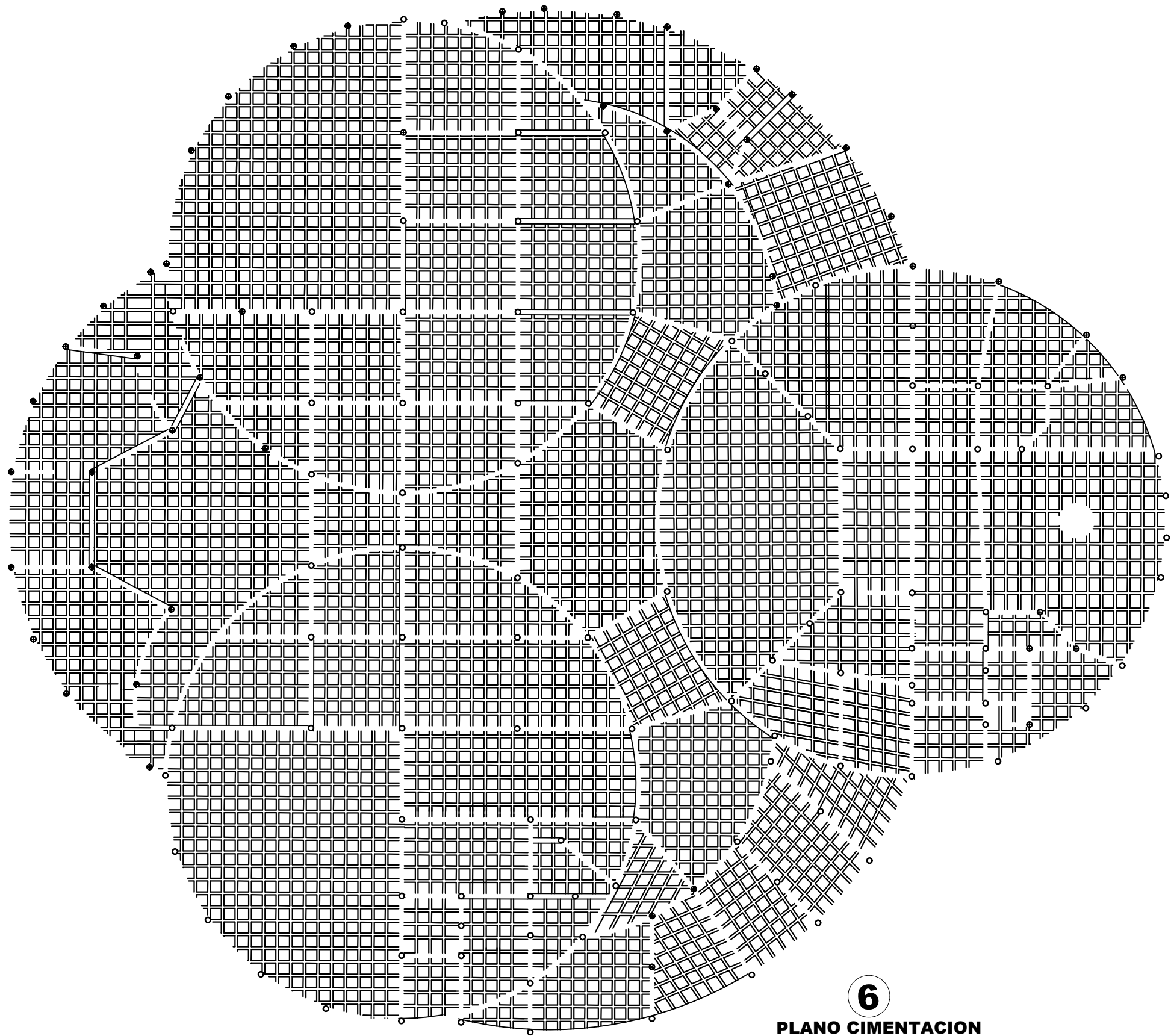


7 PLANO CIMENTACION

ESC. 1:50

UBICACION:	LOS TENORES PUEBLA PUE.
PROYECTO:	PROPUESTA DE CENTRO RECREATIVO PARA ADULTOS MAYORES EN LA ZONA DE LOS TENORES.
PLANO:	CIMENTACION
CONTENIDO:	CIMENTACION / DETALLES
ESCALA:	LA QUE INDIQUE EL PLANO
FECHA:	AGOSTO 2019
CLAVE:	PLT-01
DRIBUJ:	ARACELIA RIVAS MORALES
EMPRESA:	RM S.A. DE C.V.

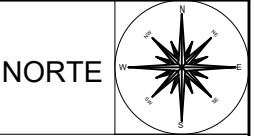




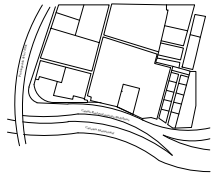
6

PLANO CIMENTACION

ESC.1:250



CROQUIS DE LOCALIZACION:



SIMBOLOGIA:

- C-1** COLUMNA 1
- C-2** COLUMNA 2
- T-1** TRABE 1
- T-2** TRABE 2

UBICACION:
LOS TENORES
PUEBLA PUE.

PROYECTO:
PROPUESTA DE CENTRO RECREATIVO PARA
ADULTOS MAYORES EN LA ZONA DE LOS TENORES.

PLANO:
ESTRUCTURAL

CONTENIDO:
ESTRUCTURAL/DETALLES

ESCALA:
LA QUE INDIQUE EL PLANO

ACOTACIONES:
Metros

FECHA:
AGOSTO 2019

CLAVE:
PLT-01

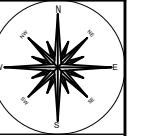
DRUJO:
ANGELICA RIVAS MORALES

ARCHIVO:

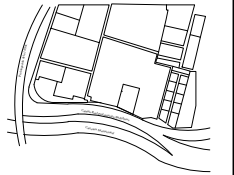
EMPRESA:
RM S.A. DE C.V.



NORTE

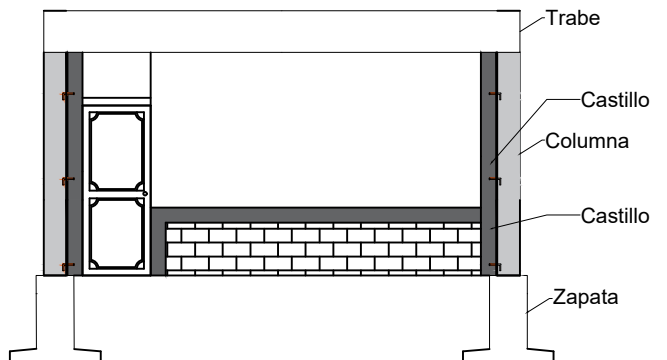
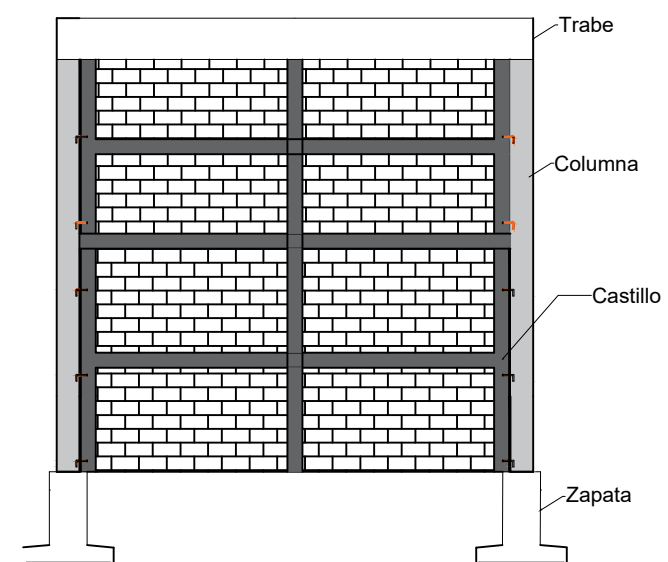
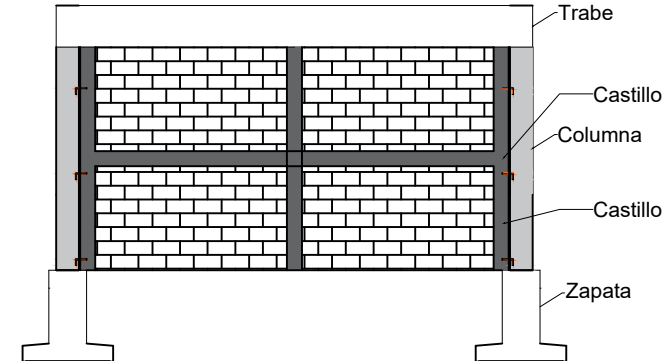
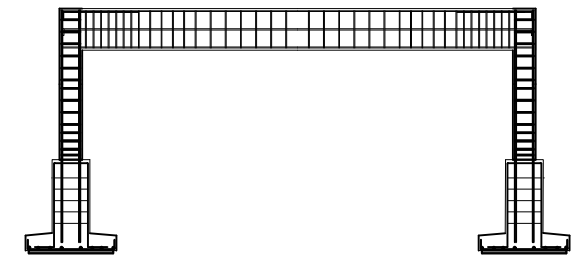
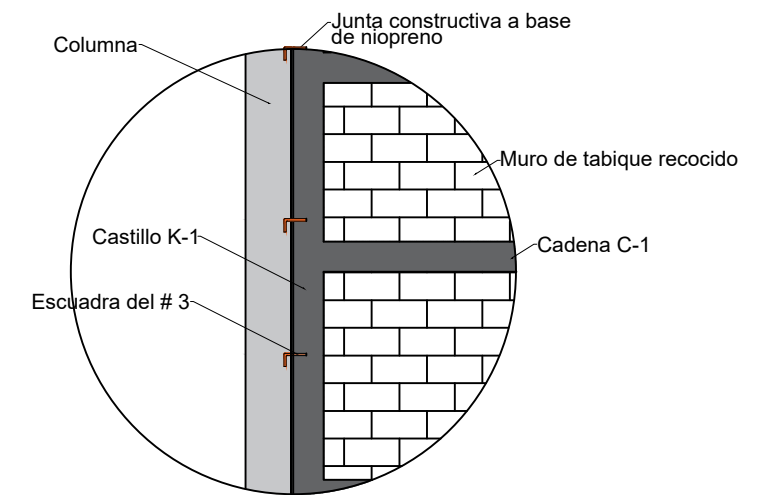
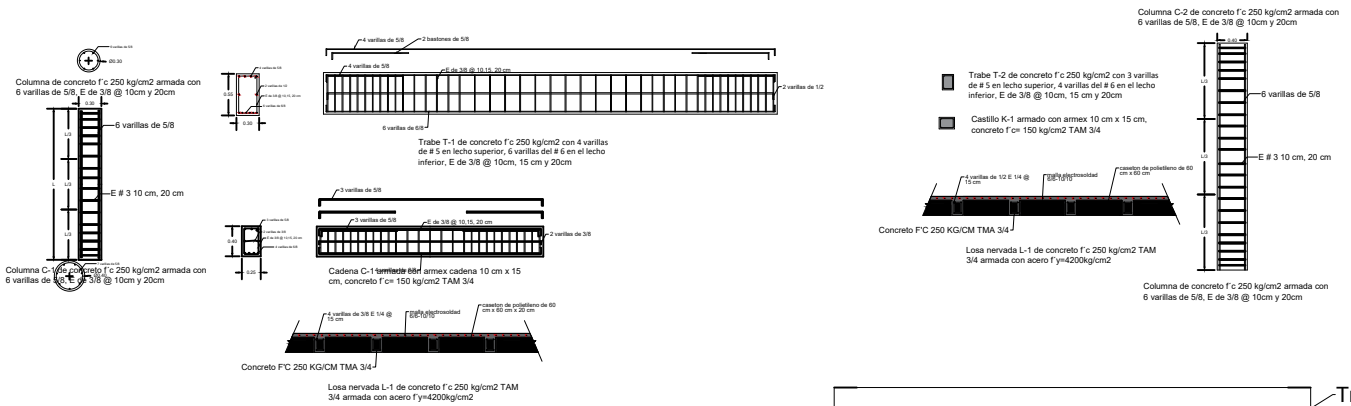


CROQUIS DE LOCALIZACION:



SIMBOLOGIA:

C-1	COLUMNA 1
C-2	COLUMNA 2
T-1	TRABE 1
T-2	TRABE 2



6

PLANO ESTRUCTURAL

ESC.1:100

UBICACION: LOS TENORES PUEBLA PUE.

PROYECTO: PROPUESTA DE CENTRO RECREATIVO PARA ADULTOS MAYORES EN LA ZONA DE LOS TENORES.

PLANO: ESTRUCTURAL

CONTENIDO: ESTRUCTURAL/DETALLES

ESCALA: LA QUE INDIQUE EL PLANO

ACOTACIONES: Metros

FECHA: AGOSTO 2019

CLAVE: PLT-01

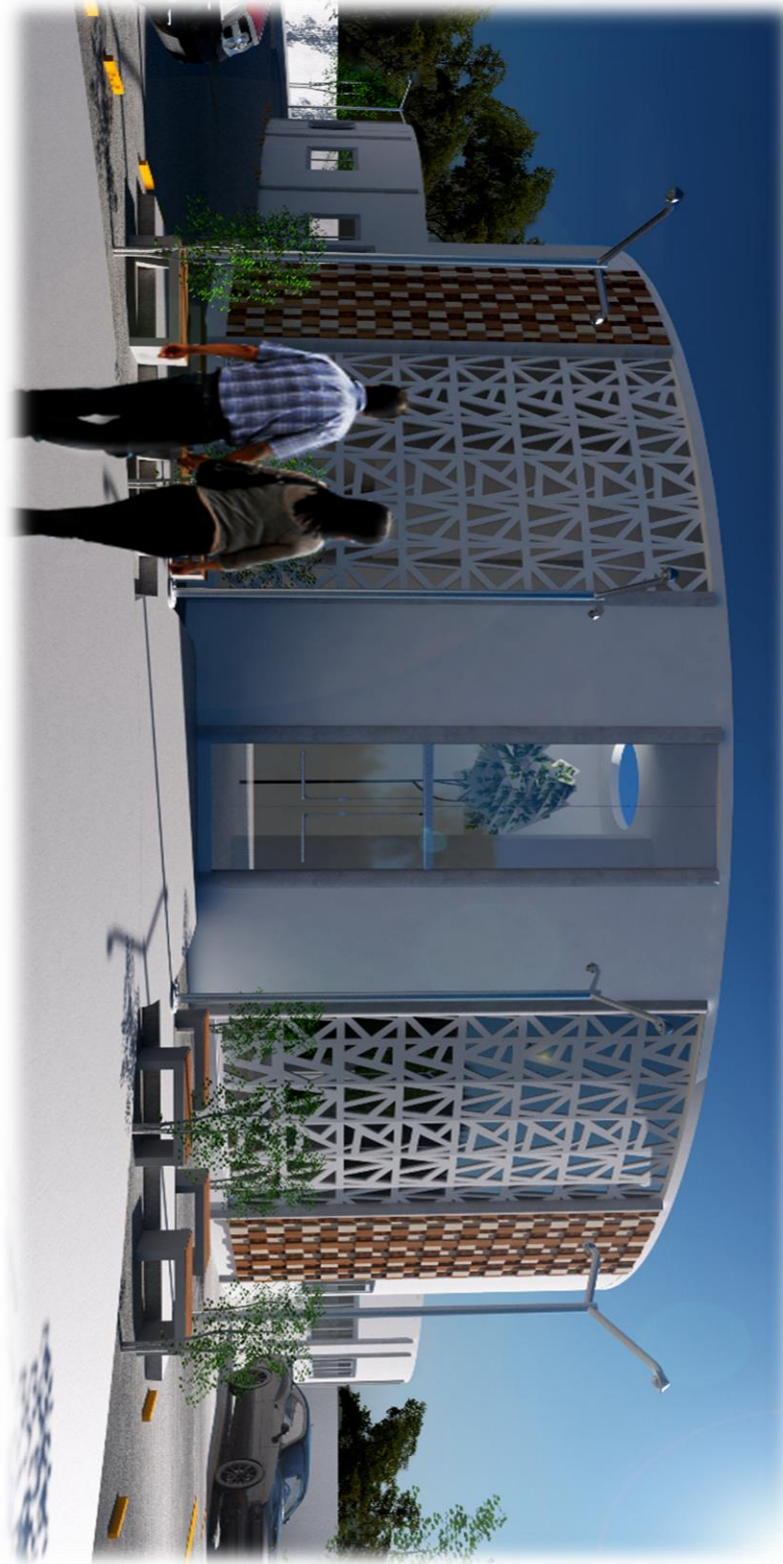
DEBUC: ARQUEOLA RIVAS MORALES

ARCHIVO:

EMPRESA: RM S.A. DE C.V.



FACHADA PRINCIPAL



FACHADA LATERAL PRINCIPAL



FACHADA POSTERIOR PRINCIPAL



FACHADA LATERAL TRASERA



Bibliografía

Perfil sociodemográfico Estados Unidos Mexicanos Censo de Población y Vivienda 2010.
file:///D:/TESIS/inegi%202010%20adultos%20mayores%20poblacion.pdf

Perfil sociodemográfico Estados Unidos Mexicanos Censo de Población y Vivienda 2010.
file:///D:/TESIS/inegi%202010%20adultos%20mayores%20poblacion.pdf

Situación de las personas adultas mayores en México. Página 25 (2015)
file:///G:/TESIS/pdf%20adultos%20mayores/Situación%20de%20las%20personas%20mayores%20en%20mexico.pdf

Solominos J, 1989, p.25

“Perspectivas de la geriatría en México”, Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social, vol.27, num.4, jul-ago., México 1989.

Acera, Marina (2015, 5 mayo). Conociendo las etapas de la tercera edad [Publicación en un blog]. Recuperado de <https://www.deustosalud.com/blog/telesistencia-dependencia/conociendo-etapas-tercera-edad>.

Gonzales, Victoria (s.f.). Conceptos Básicos de Gerontología y Geriatría. Recuperado 31 mayo, 2019, de https://clea.edu.mx/biblioteca/1_conceptos_basicos_gerontologia_geriatria.pdf

Flores A., 1998, p.26.La sexualidad en el adulto mayor, Lumen-Humanitas, Buenos Aires, 1998

Austad S., 1998, p.27

Por qué envejecemos, Paidós, España, 1998.

Braconnier, A., El sexo de las emociones, Editorial Andrés Bello, España, 1996.

Ibor López, J. M., Lefrancois G., 1992, p.30

Psicología práctica, espacio y tiempo ediciones, España, 1992

María luz Polo, 2001, p.16

Visión histórica del concepto de vejez en las sociedades antiguas, Madrid, Barcelona, 2001

https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/4906/1/CC_10_05.pdf

María luz Polo, 2001, p.17



Visión histórica del concepto de vejez en las sociedades antiguas, Madrid, Barcelona, 2001

https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/4906/1/CC_10_05.pdf



https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/4906/1/CC_10_05.pdf

María luz Polo, 2001, p.18

Visión histórica del concepto de vejez en las sociedades antiguas, Madrid, Barcelona, 2001

https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/4906/1/CC_10_05.pdf

María luz Polo, 2001, p.18

Visión histórica del concepto de vejez en las sociedades antiguas, Madrid, Barcelona, 2002

https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/4906/1/CC_10_05.pdf

María luz Polo, 2001, p.44

Visión histórica del concepto de vejez en las sociedades antiguas, Madrid, Barcelona, 2002

https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/4906/1/CC_10_05.pdf

Diario oficial de la federación. (2012, 13 septiembre). NORMA Oficial Mexicana NOM-031-SSA3-2012, Asistencia social. Prestación de servicios de asistencia social a adultos y adultos mayores en situación de riesgo y vulnerabilidad. Recuperado de http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5267965&fecha=13/09/2012

Revista ARQHYS. 2012, 12. Estilo High Tech. Equipo de colaboradores y profesionales de la revista ARQHYS.com.

Anexos 1

Norma oficial mexicana **NOM-031-SSA3-2012**, asistencia social. Prestación de servicios de asistencia social a adultos y adultos mayores en situación de riesgo y vulnerabilidad

Para la correcta aplicación de esta Norma es necesario consultar las siguientes Normas Oficiales Mexicanas o las que las sustituyan:

- Norma Oficial Mexicana NOM-168-SSA1-1998, Del expediente clínico



- Norma Oficial Mexicana NOM-233-SSA1-2003, Que establece los requisitos arquitectónicos para facilitar el acceso, tránsito, uso y permanencia de las personas con discapacidad en establecimientos de atención médica ambulatoria y hospitalaria del Sistema Nacional de Salud.

5.1. Para el funcionamiento de los establecimientos de asistencia social permanente y temporal a que se refiere esta Norma, se requiere de:

5.1.1. Aviso de funcionamiento y aviso de responsable sanitario;

5.1.2. Reglamento Interno;

5.1.3. Manuales técnico administrativos;

5.1.4. Programa de trabajo;

5.1.5. Programa interno de protección civil, mismo que deberá cumplir con lo establecido en la Ley General de Protección Civil, sin perjuicio de lo que establezcan otras disposiciones en la materia;

5.1.6. Programa Nutricional de acuerdo al perfil del usuario, cuando se proporcione el servicio al interior del establecimiento;

5.1.7. Expedientes administrativos de la persona adulta y adulta mayor;

5.1.8. Incorporación al Directorio Nacional de Instituciones de Asistencia Social del Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia y a los registros que otros ordenamientos jurídicos así lo determinen;

5.1.9. Mecanismos de atención de quejas y sugerencias de usuarios y familiares;

5.1.10. Tener a su disposición números de emergencia debidamente actualizados: policía, bomberos, ambulancia, hospitales, centros toxicológicos, Protección Civil, Cruz Roja Mexicana, todos ellos de la localidad.

5.2. La prestación de los servicios y apoyos de asistencia social en establecimientos de estancia permanente para personas adultas y adultas mayores comprende:

5.2.1. Alojamiento;

5.2.2. Alimentación;

5.2.3. Vestido;

5.2.4. Actividades de trabajo social;

5.2.5. Atención médica;

5.2.6. Atención psicológica;

5.2.7. Apoyo jurídico;

5.2.8. Actividades de autocuidado, físicas, recreativas, ocupacionales, culturales y productivas.



5.3. La prestación de los servicios y apoyos de asistencia social en establecimientos de estancia temporal para personas adultas y adultas mayores comprende:

5.3.1. Alojamiento temporal;

5.3.2. Alimentación de acuerdo al Modelo de Atención;

5.3.3. Actividades de prevención, de promoción de la salud, cultural, deportiva, recreativa, productiva y de estimulación.

5.4. La prestación de servicios de asistencia social temporal y permanente estarán orientados a:

5.4.1. Promover el bienestar presente y futuro de la persona adulta y adulta mayor;

5.4.2. Otorgar con oportunidad la prestación de servicios de asistencia social;

5.4.3. Favorecer la interacción de la persona adulta y adulta mayor con la familia y la sociedad;

5.4.4. Promover la participación social;

5.4.5. Realizar acciones que promuevan la participación en actividades educativas, físicas, ocupacionales, productivas y recreativas;

5.4.6. Realizar acciones de referencia y contra-referencia para la resolución de urgencias médico quirúrgicas;

5.4.7. Fomentar una cultura de respeto y reconocimiento de los derechos humanos;

5.4.8. Otorgar vigilancia, protección y seguridad.

5.5. Alimentación

5.5.1. La alimentación que se proporcione a la persona adulta y adulta mayor en establecimientos permanentes y temporales, debe elaborarse con medidas higiénicas, además de contar con los aportes calóricos y nutrientes necesarios, de acuerdo al estado de salud del usuario y ser controlado a través de consulta médica programada cada seis meses como mínimo;

5.5.2. El usuario tendrá derecho a recibir tres alimentos al día, con un intervalo de seis a siete hrs. entre un alimento y otro, para la persona adulta mayor se dará colación en caso de ser necesario y por indicaciones médicas;

5.5.3. La alimentación debe ser de buen sabor y aspecto, en cantidad y calidad acorde a su estado de salud y actividad física, para una adecuada nutrición y servida en utensilios decorosos.

5.6. Vestido

El vestido y calzado para establecimientos de asistencia social permanente para personas adultas y adultas mayores deben proporcionarse en buen estado, limpias, desinfectadas, cómodas y adecuadas a las necesidades de los usuarios, dependiendo de las condiciones climáticas del lugar.

5.7. Atención Médica



5.7.1. La atención médica que se proporcione a las personas adultas y adultas mayores debe estar sustentada en principios científicos, éticos que orientan la práctica médica y social; comprende actividades preventivas, curativas y de rehabilitación, que se llevan a cabo por el personal de salud;

5.7.2. De acuerdo al modelo de atención, puede ser proporcionada en el establecimiento, por un servicio externo para casos de urgencia o atención programada.

5.7.2.1. Si la atención médica es dentro del establecimiento, se debe contar con equipo médico indispensable que incluya:

5.7.2.1.1. Botiquín de primeros auxilios;

5.7.2.1.2. Estetoscopio biauricular;

5.7.2.1.3. Esfingomanómetro;

5.7.2.1.4. Estuche de diagnóstico con oftalmoscopio, rinoscopio y otoscopio;

5.7.2.1.5. Aspirador de secreciones para el caso de la persona adulta mayor;

5.7.2.1.6. Tanque de oxígeno para el caso de la persona adulta mayor.

5.7.3. Las actividades de salud de acuerdo al modelo de atención, deberán considerar las siguientes acciones:

5.7.3.1. Apertura del expediente clínico, conforme lo establece la norma citada en el numeral 3.1. del apartado de referencias;

5.7.3.2. Elaboración de la historia clínica y la Evaluación Geriátrica Integral, para la persona adulta mayor;

5.7.3.3. Valoración clínica del caso y elaboración de la nota correspondiente;

5.7.3.4. Elaboración del diagnóstico, evaluación funcional, pronóstico y tratamiento;

5.7.3.5. Estudios de laboratorio y gabinete;

5.7.3.6. Referencia/traslado en su caso, a una unidad de atención médica de mayor capacidad resolutive, conforme lo establece la norma citada en el numeral 3.1. del apartado de referencias;

5.7.3.7. Estudio psicosocial;

5.7.3.8. Las señaladas en la Norma Oficial Mexicana correspondiente de acuerdo al padecimiento que se trate.

5.7.4. Las actividades preventivas comprenderán las acciones siguientes:

5.7.4.1. Educación y promoción de la salud de la persona adulta y adulta mayor;

5.7.4.2. Fomento de una cultura de dignificación de las personas adultas y adultas mayores, para estas últimas, implicando la difusión de preceptos gerontológicos que permitan conocer y comprender el proceso de envejecimiento;



5.7.4.3. Para la persona adulta mayor se hará la detección oportuna de factores de riesgo y enfermedades, para prevenir secuelas discapacitantes, mantener y prolongar la funcionalidad y autonomía física, mental, emocional y social del individuo, conservando un estado de salud biopsicosocial, considerando entre otras las siguientes:

- 5.7.4.3.1.** Hipertensión arterial;
- 5.7.4.3.2.** Diabetes mellitus;
- 5.7.4.3.3.** Enfermedad del sistema músculo esquelético;
- 5.7.4.3.4.** Aterosclerosis;
- 5.7.4.3.5.** Problemas de nutrición;
- 5.7.4.3.6.** Cáncer;
- 5.7.4.3.7.** Otras enfermedades cardiovasculares;
- 5.7.4.3.8.** Depresión;
- 5.7.4.3.9.** Deterioro cognoscitivo;
- 5.7.4.3.10.** Enfermedades respiratorias;
- 5.7.4.3.11.** Enfermedades visuales;
- 5.7.4.3.12.** Enfermedades auditivas;
- 5.7.4.3.13.** Enfermedades estomatológicas;
- 5.7.4.3.14.** Enfermedades dermatológicas.

5.7.4.4. Procurar que el diseño y aplicación de programas sean orientados a la atención de la persona adulta y adulta mayor con acciones relativas a:

- 5.7.4.4.1.** Orientación nutricional;
- 5.7.4.4.2.** Prevención de caries y enfermedad periodontal, para la persona adulta mayor;
- 5.7.4.4.3.** Prevención de alteraciones psicoafectivas, para la persona adulta mayor;
- 5.7.4.4.4.** Prevención de caídas y accidentes;
- 5.7.4.4.5.** Prevención de adicciones;
- 5.7.4.4.6.** Prevención de hábitos nocivos para la salud;
- 5.7.4.4.7.** Fomento de la actividad física;
- 5.7.4.4.8.** Actividades culturales, recreativas, ocupacionales y productivas;
- 5.7.4.4.9.** Promover la interacción familiar y social mediante el aprovechamiento de sus conocimientos y experiencias.

5.7.5. Rehabilitación integral para la persona adulta mayor



5.7.5.1. Las actividades de rehabilitación se desarrollarán de acuerdo a las necesidades particulares de los usuarios, con la participación interdisciplinaria de los trabajadores de la salud, la familia y la comunidad en general, en la esfera cognoscitiva, afectiva y psicomotora.

5.7.5.2. Para el diseño, ejecución, seguimiento y evaluación de los programas de rehabilitación física, psicológica, ocupacional, de entrenamiento laboral, culturales y recreativas, se incluyen las siguientes actividades:

5.7.5.2.1. Coordinación psicomotriz, gruesa y fina;

5.7.5.2.2. Prevención y atención de deformidades físicas;

5.7.5.2.3. Mantenimiento de la conciencia de su esquema corporal;

5.7.5.2.4. Mantenimiento de la conciencia de espacio;

5.7.5.2.5. Funcionalidad de sus sentidos;

5.7.5.2.6. Elaboración de trabajos manuales;

5.7.5.2.7. Actividades sociales;

5.7.5.2.8. Actividades de autocuidado;

5.7.5.2.9. Actividades ocupacionales y recreativas;

5.7.5.3. Los establecimientos de asistencia social permanentes para personas adultas y adultas mayores deben estar vinculadas y promover el desarrollo de programas de la comunidad, para facilitar al usuario su reincorporación a la vida familiar, productiva, laboral y social.

5.7.5.4. Los establecimientos de asistencia social temporales para personas adultas y adultas mayores deben incluir en los programas de atención las acciones de ejecución, evaluación y seguimiento que favorezcan la incorporación de la persona adulta y adulta mayor a la vida productiva.

5.8. Actividades de Trabajo Social

5.8.1. Las actividades de Trabajo Social para establecimientos de asistencias sociales temporales y permanentes para personas adultas y adultas mayores, contemplarán:

5.8.1.1. Elaborar el estudio social de ingreso;

5.8.1.2. Seguimiento del caso en relación con el núcleo familiar para, en su caso, propiciar su reintegración social;

5.8.1.3. Apoyar la referencia a unidades de atención médica;

5.8.1.4. Apoyar trámites legales y administrativos;

5.8.1.5. Apoyar las actividades recreativas y culturales;

5.8.1.6. Gestionar descuentos y concesiones;



5.8.1.7. Apoyar en trámites en instituciones de seguridad social.

6. Recursos Humanos

6.1. En establecimientos de asistencia social permanentes para personas adultas y adultas mayores se debe contar preferentemente con el siguiente personal: responsable sanitario del establecimiento, médico, psicólogo, terapeuta ocupacional, enfermera, cuidador, trabajador social, dietista, cocinera, intendente y vigilante, éste las 24 hrs. del día;

6.2. En establecimientos de asistencia social temporal para personas adultas y adultas mayores se debe contar preferentemente con el siguiente personal: responsable sanitario del establecimiento, trabajador social, terapeuta ocupacional, promotor de la salud, cocinera, intendente, cuidador y vigilante, éste las 24 hrs. del día;

6.3. El servicio de trabajo social sólo opera para los establecimientos de los sectores público y social, los privados no están obligados a contratar este personal de salud;

6.4. Las instituciones de asistencia social de los sectores público, social y privado, por medios propios o a través de terceros, serán responsables de capacitar al personal en temas relacionados con el proceso de envejecimiento y la vejez y educación continua en la materia, preferentemente una vez al año.

7. Infraestructura

7.1. Para ofrecer servicios de asistencia social de calidad, se debe contar con infraestructura e instalaciones planeadas y diseñadas con los espacios requeridos por las personas adultas y adultas mayores, que les permitan llevar una vida digna, segura y productiva. Su diseño y construcción deberá incluir los elementos necesarios para lograr un ambiente confortable en las diferentes áreas que lo integran, de acuerdo a la función, mobiliario, equipo y condiciones climáticas de la región, con materiales y distribución adecuados para adaptarse al medio ambiente, como a continuación se indica:

7.1.1. Área física con dimensiones suficientes, ventilada e iluminada para albergar el área administrativa que comprende dirección, recepción, vestíbulo, acceso y sanitarios de acuerdo a la capacidad del establecimiento y su estructura; así como área de descanso, área para artículos de aseo y depósito de basura;

7.1.2. Áreas físicas necesarias para la atención de las personas adultas y adultas mayores, que comprenderán lo siguiente:

7.1.2.1. Acceso principal que brinde seguridad y protección al público usuario;

7.1.2.2. Acceso al área de servicios generales independiente del acceso principal;

7.1.2.3. Consultorios médicos para la atención de la salud;

7.1.2.4. Sala de T.V.;

7.1.2.5. Sala de usos múltiples;

7.1.2.6. Dormitorios: podrá tener cuartos individuales, grupales o matrimoniales.



7.1.2.6.1. Deben tener pasamanos próximos a la cama de cada uno de ellos, así como sistemas de alarma de emergencia contra incendios y médica;

7.1.2.7. W.C., lavabos y regaderas suficientes de acuerdo al número de usuarios, tomando en cuenta las disposiciones jurídicas que resulten aplicables en la materia de construcción vigente en cada entidad federativa;

7.1.2.7.1. Los baños tendrán excusados y regaderas con pasamanos tubulares de 5 cm de diámetro y los lavabos estarán asegurados con ménsulas metálicas;

7.1.2.7.2. Los pisos deben ser uniformes, con material antiderrapante de fácil limpieza, con iluminación y ventilación natural.

7.1.2.8. En plazas de acceso de 1.50 m evitar, en lo posible, los escalones, utilizar materiales antiderrapantes, y donde hay escaleras utilizar barandales a una altura de 0.90 m con pasamanos tubular redondo de 5 cm de diámetro y rampas de 1.50 m de ancho con declive no mayor al 8%;

7.1.2.9. En áreas comunes de usos múltiples evitar desniveles en el piso y pasillos; para el adulto mayor colocar pasamanos tubulares de 5 cm de diámetro en muros a una altura de 75 cm sobre el nivel de piso terminado;

7.1.2.10. En guarniciones y banquetas, se deben prever rampas de desnivel con un ancho mínimo de 1 m y 8% máximo de pendiente;

7.1.2.11. En puertas o cancelas con vidrios que limiten diferentes áreas, utilizar elementos como bandas anchas de 20 cm de color, a una altura de 1.40 m sobre el nivel del piso, que indiquen su presencia;

7.1.2.12. Paredes, techos y puertas con acabados lisos, de preferencia elaborados con materiales existentes en la región;

7.1.2.13. En pisos interiores, en áreas de alto flujo como vestíbulos y salas de espera, deben emplearse materiales resistentes, antiderrapantes y de fácil limpieza;

7.1.2.14. En pisos exteriores, se deben utilizar materiales resistentes naturales o artificiales;

7.1.2.15. Las instalaciones hidráulicas, eléctricas, contra incendios, de gas, intercomunicación y especiales deben proyectarse de acuerdo a las disposiciones jurídicas vigentes de cada entidad federativa.

7.1.2.16. La instalación hidráulica debe reunir las características físicas, químicas y bacteriológicas para consumo humano y ser suficiente tomando en cuenta los siguientes elementos:

7.1.2.16.1. Toma de agua con tubería apropiada según el consumo y equipo de medición de flujo;

7.1.2.16.2. Cisterna de almacenamiento de agua; si la provisión es únicamente por tinacos, éstos deben contener dos veces el volumen de consumo diario;



7.1.2.16.3. Equipo de bombeo a tinacos;

7.1.2.16.4. Red de agua caliente para baños en general, y

7.1.2.16.5. Calentadores de agua.

7.1.2.17. Instalación eléctrica controlada por áreas a través de circuitos de alumbrado y contactos, con interruptores tipo magnético polarizado, luces de emergencia a base de batería eléctrica en lugares estratégicos y luces de emergencia en los cuartos;

7.1.2.18. Ventilación, el diseño arquitectónico, altura y tipo de construcción debe permitir una ventilación adecuada para mantener un eficiente intercambio de aire y una temperatura agradable; en caso extremo debe equiparse con acondicionadores de aire que aseguren una temperatura estable en verano e invierno;

7.1.2.19. Iluminación natural o de acuerdo a las disposiciones jurídicas vigentes en cada entidad federativa;

7.1.2.20. Seguridad, se deben considerar los siguientes factores:

7.1.2.21. Diseño arquitectónico para desalojo del inmueble en caso de siniestro;

7.1.2.22. Prevención contra incendios de acuerdo a las disposiciones en materia de seguridad y siniestros, vigentes en la entidad federativa o localidad.

7.1.2.22.1. Contar con la capacidad necesaria de agua almacenada para el uso en caso de siniestros, atendiendo a lo que establezcan las disposiciones jurídicas vigentes sobre la materia;

7.1.2.22.2. Detectores de humo instalados en el techo y conectados a un tablero con indicadores luminosos, accesible para el personal del establecimiento;

7.1.2.22.3. Extintores colocados en lugares estratégicos;

7.1.2.22.4. Sistema de alarma de emergencia sonoro, que se pueda activar mediante interruptor, botón o timbre estratégicamente colocado y accesible al personal del establecimiento;

7.1.2.22.5. Disponer de un sistema de iluminación de emergencia en las áreas de tránsito del personal y los usuarios;

7.1.2.22.6. Ubicación de señalamientos apropiados de tamaño mayor que el usual, para que orienten al usuario en caso de desalojo;

7.1.2.22.7. Puertas de salida de emergencia con la dimensión necesaria y dispositivos de fácil operación;

7.1.2.22.8. Los muros no deben ser construidos con materiales inflamables o que produzcan gases y humos tóxicos.

7.1.2.23. En caso de personas discapacitadas, se seguirán los criterios establecidos en la norma citada en el numeral 3.2. Del apartado de referencias.

8. Registro e información



Toda institución que brinde servicios de asistencia social para personas adultas y adultas mayores, debe llevar para sus controles un expediente administrativo por cada usuario, o en su caso expediente clínico; así como los índices de mortalidad, reporte de enfermedades infectocontagiosas a la Secretaría de Salud en términos de las disposiciones aplicables.

9. Concordancia con normas internacionales y mexicanas

Esta Norma no tiene concordancia con normas internacionales ni mexicanas

