

CENTRO VIDA:

ADULTO MAYOR COMO SUJETO VITAL EN SAN JOSÉ DE PARE, BOYACÁ

Erika Gizeth Valero Rodríguez



UNIVERSIDAD
La Gran Colombia

Vigilada MINEDUCACIÓN

Arquitectura, Facultad de Arquitectura

Universidad La Gran Colombia

Bogotá

2025

Centro Vida:

Adulto mayor como sujeto vital en San José de Pare, Boyacá

Erika Gizeth Valero Rodríguez

Trabajo de Grado presentado como requisito para optar al título de Arquitecto

Arq. José Alcides Ruiz

Director



Arquitectura, Facultad de Arquitectura

Universidad La Gran Colombia

Bogotá

2025

Dedicatoria

Dedico este trabajo a mi familia y a mi esposo Oscar Daniel Briceño Poveda, por su cariño, apoyo incondicional, amor constante y fe depositada durante este proceso académico.

DEDICATORIA	3
RESUMEN	9
ABSTRACT	10
INTRODUCCIÓN	11
OBJETIVOS	12
OBJETIVO GENERAL	12
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	12
FORMULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	13
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	13
PREGUNTA PROBLEMA	14
JUSTIFICACIÓN	15
MARCO REFERENCIAL	23
MARCO TEÓRICO	23
<i>Centros Vida / Dia</i>	23
<i>Envejecimiento activo</i>	27
<i>Teoría Biofílica</i>	30
<i>Sociología del adulto mayor</i>	33
<i>Teoría del color</i>	34
<i>Gerontología</i>	36
<i>Normativa</i>	37
MARCO CONCEPTUAL	40
<i>Envejecimiento</i>	40
<i>Vitalidad</i>	44

CENTRO VIDA: ADULTO MAYOR COMO SUJETO VITAL	5
<i>Calidad de Vida</i>	47
METODOLOGÍA	49
TIPO DE LA INVESTIGACIÓN	49
ALCANCE DEL DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	49
DISEÑO METODOLÓGICO	50
MODELO DE INVESTIGACIÓN	50
INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN	50
CONDICIONES GENERALES	51
LUGAR DE INTERVENCIÓN	51
CRITERIOS DE DISEÑO	53
CONCEPTO ARQUITECTÓNICO APLICADO	56
ORGANIZACIÓN ESPACIAL Y FUNCIONAL	58
ESTRATEGIAS BIOCLIMÁTICAS Y SOSTENIBILIDAD	62
PROPUESTA FORMAL Y MATERIAL	64
IMPLANTACIÓN Y RELACIÓN CON EL ENTORNO	67
ESTRUCTURA	68
IMÁGENES FINALES DEL PROYECTO	70
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	73
LISTA DE REFERENCIA O BIBLIOGRAFÍA	76

Lista de Figuras

<i>Figura 1. Árbol de Problemas.....</i>	<i>14</i>
<i>Figura 2. Proyecciones de la Aceleración del Aumento de Envejecimiento en Colombia.....</i>	<i>16</i>
<i>Figura 3. Porcentaje de Población Adultos Mayores Según Departamento.....</i>	<i>17</i>
<i>Figura 4. Localización.....</i>	<i>18</i>
<i>Figura 5. Mapa de Boyacá. Centros de Atención al Adulto Mayor.....</i>	<i>19</i>
<i>Figura 6. Centro Dia para el Adulto Mayor.....</i>	<i>23</i>
<i>Figura 7. Análisis espacial del centro vida.....</i>	<i>24</i>
<i>Figura 8. Centro Para La Tercera Edad - Vivienda Colectiva.....</i>	<i>25</i>
<i>Figura 9. Relación de Espacios y entorno.....</i>	<i>27</i>
<i>Figura 10. Modelo Integral del Bienestar en el Envejecimiento Activo.....</i>	<i>28</i>
<i>Figura 11. Impacto de la Naturaleza y la Actividad Física en Adultos Mayores.....</i>	<i>31</i>
<i>Figura 12. Criterios Arquitectónicos Implementando la Teoría Biofílica.....</i>	<i>32</i>
<i>Figura 13. Ancho de Senderos.....</i>	<i>39</i>
<i>Figura 14. Iglesia de la luz.....</i>	<i>42</i>
<i>Figura 15. Casa de Vidrio de Lina Bo Bardi.....</i>	<i>46</i>
<i>Figura 16. Diagrama de calidad de vida.....</i>	<i>47</i>
<i>Figura 17. Ubicación de Lote.....</i>	<i>52</i>
<i>Figura 18. Patios Internos.....</i>	<i>54</i>
<i>Figura 19. Marco Conceptual.....</i>	<i>57</i>
<i>Figura 20. Zonificación por orientación.....</i>	<i>58</i>
<i>Figura 21. Planta de Bloques de Acceso y Salud.....</i>	<i>59</i>
<i>Figura 22. Planta de Bloque de Actividades.....</i>	<i>60</i>
<i>Figura 23. Planta de Bloque de Servicio y Culto.....</i>	<i>60</i>
<i>Figura 24. Programa Arquitectónico.....</i>	<i>61</i>
<i>Figura 25. Incidencias Climáticas.....</i>	<i>62</i>

Figura 26. Memoria de Diseño	64
Figura 27. Proyecto Bodega Pictograma	65
Figura 28. Axonometría Proyecto	66
Figura 29. Implantación	68
Figura 30. Corte Fachada	70
Figura 31. Patio Central - Bloque Actividades	70
Figura 32. Acceso Principal	71
Figura 33. Baños	71
Figura 34. Cafetería	72

Lista de Tablas

Tabla 1 *simbología, uso y sensaciones del color*.....35

Resumen

El presente trabajo aborda la necesidad de crear espacios arquitectónicos que atiendan de manera integral a la población adulta mayor en el municipio de San José de Pare, Boyacá, en un contexto donde el envejecimiento demográfico es cada vez más evidente. El proyecto reconoce al adulto mayor como un sujeto vital y activo en la sociedad, cuyo bienestar depende tanto de condiciones físicas como emocionales y sociales. A partir del diagnóstico territorial y social del municipio, se identifica la carencia de equipamientos especializados para esta población, lo cual limita su participación comunitaria y genera riesgos de aislamiento y deterioro en su calidad de vida.

Con base en este análisis, se propone el diseño de un Centro Vida, entendido como un espacio comunitario que promueve el envejecimiento activo, la interacción social y el desarrollo de actividades recreativas, culturales, pedagógicas y productivas. La propuesta se fundamenta en los principios del diseño biofílico, la accesibilidad universal y la integración sensible con el entorno natural, buscando fortalecer el bienestar emocional, físico y cognitivo de los adultos mayores.

La investigación adopta un enfoque metodológico mixto que integra análisis de referentes arquitectónicos, revisión documental y estudio del contexto territorial y demográfico. El resultado es una propuesta arquitectónica que contribuye al desarrollo social local y promueve la dignificación del adulto mayor a través de espacios que estimulan la autonomía, la participación y el sentido de propósito.

Palabras clave: Centro Vida, Adulto Mayor, Envejecimiento Activo, Diseño Biofílico, Calidad de Vida.

Abstract

This study addresses the need to create architectural spaces that provide comprehensive care for the older adult population in the municipality of San José de Pare, Boyacá, within a context of increasing demographic aging. The project recognizes the older adult as an active and vital subject in society, whose well-being depends on physical, emotional, and social conditions. The territorial and social diagnosis of the municipality reveals a lack of specialized facilities for this population, limiting their community participation and increasing the risk of isolation and deterioration in their quality of life.

In response, the design of a Centro Vida is proposed as a community space that promotes active aging, social interaction, and the development of recreational, cultural, educational, and productive activities. The proposal is based on the principles of biophilic design, universal accessibility, and a sensitive integration with the natural environment, aiming to strengthen the emotional, physical, and cognitive well-being of older adults.

The research adopts a mixed methodological approach, incorporating architectural reference analysis, documentary review, and a study of the territorial and demographic context. The resulting architectural proposal contributes to local social development and promotes the dignity of older adults by fostering autonomy, participation, and sense of purpose.

Keywords: Centro Vida; Older Adult; Active Aging; Biophilic Design; Quality of Life.

Introducción

El envejecimiento poblacional es uno de los fenómenos sociales más relevantes en el contexto contemporáneo, especialmente en Colombia, donde el aumento de la esperanza de vida y la disminución de la natalidad han generado una transformación en la estructura demográfica. Esta situación plantea nuevos retos en materia de salud, bienestar, integración social y, particularmente, en el diseño de espacios arquitectónicos que respondan a las necesidades específicas del adulto mayor.

En el municipio de San José de Paré, Boyacá, la atención a esta población enfrenta limitaciones significativas, tanto en infraestructura como en programas que favorezcan su inclusión y participación en la vida comunitaria. La carencia de espacios adecuados para la recreación, el cuidado integral y la interacción social repercute directamente en su calidad de vida y en su percepción de autonomía.

Este trabajo de grado propone el diseño de un Centro Vida, concebido como un espacio arquitectónico y social que dignifique al adulto mayor, promueva su integración y fortalezca los lazos comunitarios. La investigación parte del reconocimiento del adulto mayor como sujeto vital y activo dentro de la sociedad, reivindicando su papel en la construcción cultural, social y familiar. A través de un enfoque multidisciplinar, se analizan aspectos sociales, culturales, demográficos y urbanos que fundamentan la propuesta.

Objetivos

Objetivo General

Diseñar un centro vida en el perímetro urbano de san José de pare, Boyacá, que reconozca al adulto mayor como participante vital de la sociedad, promoviendo un envejecimiento activo e integrando elementos del diseño biofílico.

Objetivos Específicos

1. Identificar las condiciones físicas del lote ubicado en la vereda San Isidro de san José de pare, Boyacá, determinando las oportunidades y limitaciones para el diseño del centro vida.
2. Recopilar información sobre las características específicas de los adultos mayores de san José de pare Boyacá, para orientar el diseño del centro vida.
3. Analizar los conceptos de la teoría biofílica y envejecimiento activo, determinando su impacto en el bienestar integral de los adultos mayores de san José de Pare Boyacá.
4. Diseñar un centro día que, a través de la integración de la teoría biofílica y la implementación del concepto de envejecimiento activo, reconozca al adulto mayor como participante vital de la sociedad.

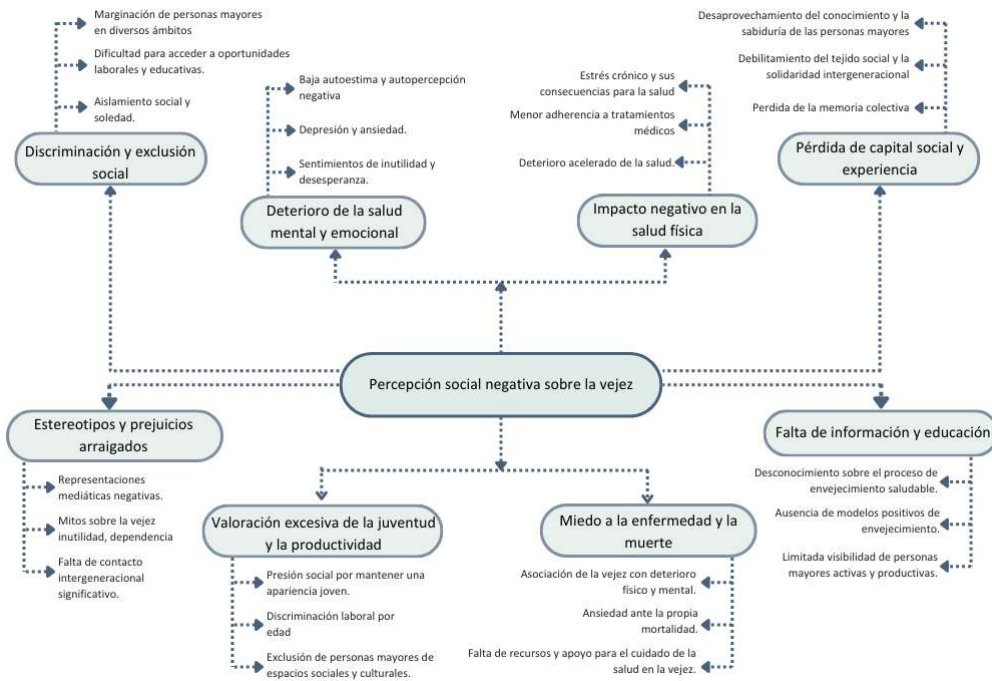
Formulación de la Investigación

Planteamiento del Problema

Actualmente Colombia está experimentando una transformación demográfica significativa, lo que antes era una pirámide poblacional con una base amplia de jóvenes, se está convirtiendo en una figura con una cima cada vez más robusta de adultos mayores de 60 años o más. De acuerdo con el CEPAL (2017), este grupo etario está creciendo a un ritmo acelerado mostrando un incremento del 3% anual, lo cual sugiere que el aumento de esta población pasara del 12% en el 2015 al 21% para el 2050. El envejecimiento de la población es consecuencia de la evolución de los componentes del cambio demográfico (fecundidad y mortalidad) según el documento ASP COLOMBIA (2023). Ante este panorama, resulta crucial reconocer y fomentar activamente la inclusión del adulto mayor en la actividad productiva como una estrategia fundamental para mitigar este fenómeno.

Según (el Departamento Administrativo Nacional de Estadística, en adelante DANE) DANE (2018) en el documento *“Personas mayores en Colombia, hacia la inclusión y la participación”*, dentro de los departamentos con más personas adulto mayor son Quindío 19.7%, Caldas (19,3%), Risaralda (18,4%), Tolima (17.6%) y Boyacá (16.8%) ocupando el quinto lugar. Actualmente el municipio de San José de Pare, (en adelante SJP) ubicado en el departamento de Boyacá, ha experimentado un notable aumento en su población de adultos mayores, incrementando del 23.7% en 2021 al 24.5% en 2023, según datos del DANE (2021). Este crecimiento es atribuible a dos factores principales: la migración de jóvenes hacia otras regiones y el envejecimiento general de la población.

Figura 1. Árbol de Problemas



Nota: Problemáticas presentes relacionadas al Adulto mayor. Elaboración propia.

Pregunta Problema

¿Cómo puede el diseño arquitectónico de un centro vida en la vereda San Isidro de San José de Pare, Boyacá, reconocer al adulto mayor como sujeto vital de la sociedad por medio del envejecimiento activo integrando conceptos de biofilia?

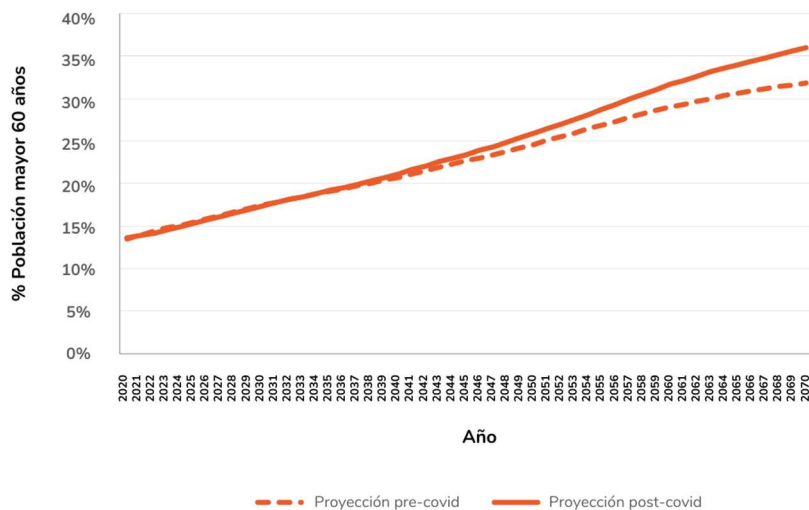
Justificación

Según la Organización Mundial de la Salud en adelante OMS (OMS,2024), “la vejez se concibe como una construcción social y biográfica que marca la última etapa del curso vital, abarcando las décadas finales de la vida de un individuo”. Este concepto se encuentra estrechamente vinculado al aumento de la esperanza de vida, impulsado significativamente por las mejoras en las condiciones de vida, la higiene y la salud a lo largo del tiempo. Convencionalmente, la OMS establece el inicio de esta etapa a partir de los 60 años, denominándola adulto mayor, y propone una categorización interna basada en rangos de edad: adulto mayor o anciano joven (60-74 años), anciano (75-90 años) y anciano longevo (a partir de los 90 años), sin embargo, la forma en la que cada persona envejece es influenciada por factores ambientales, genéticos y de estilos de vida. Por lo general en la primera categoría mencionada, los adultos mayores o ancianos jóvenes experimentan una disminución gradual de capacidades físicas, pero conservan autonomía (OMS, 2021, p. 15). Sin embargo, enfrentan desafíos emocionales ligados a la jubilación que pueden afectar su bienestar psicológico y social, como la pérdida de identidad y propósito, que el trabajo les brinda, este resulta ser un pilar central de identidad y autoestima; al retirarse del mercado laboral experimentan una crisis de significado, sintiendo que han perdido su rol social. En un estudio citado por Baltes & Smith (2003) se menciona que los “adultos mayores jóvenes (60-74 años) en transición de jubilación reportaron pérdida de identidad laboral y dificultad para redefinir su propósito vital, describiéndose a sí mismos como invisibles o sin dirección”.

El aislamiento social y la soledad es otro factor asociado a la jubilación ya que reduce las interacciones sociales, lo que puede llevar a experimentar ansiedad por la incertidumbre económica y el tiempo no estructurado pueden llegar a generar ansiedad, según Rowe & Kahn (2015) vincula la falta de actividades significativas post - jubilación con un aumento del 20% en síntomas depresivos.

En Colombia, el panorama demográfico actual revela un rápido crecimiento de la población adulta mayor, con un incremento anual del 3% según la CEPAL (2017). Este cambio es resultado de la disminución de la fecundidad y la mortalidad, junto con el aumento de la esperanza de vida.

Figura 2. Proyecciones de la Aceleración del Aumento de Envejecimiento en Colombia.



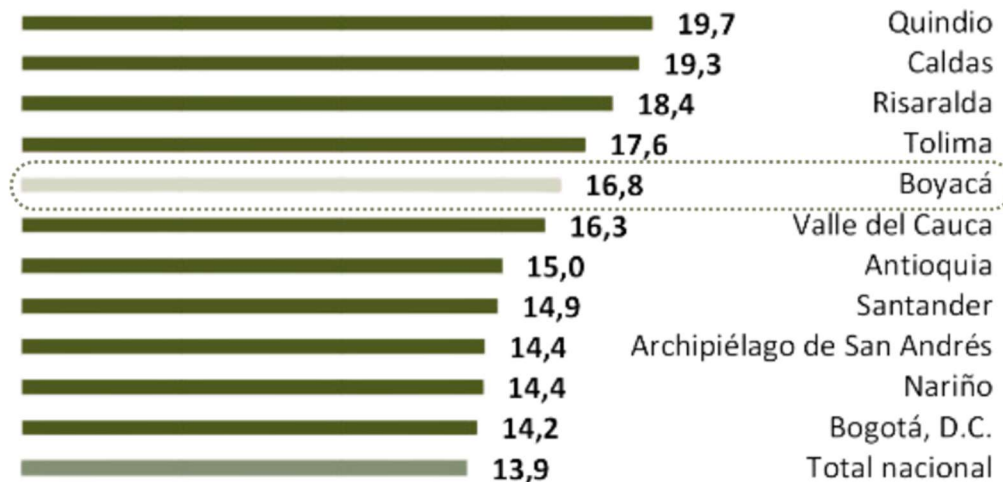
Nota: Proyecciones de la aceleración del envejecimiento en Colombia pre y post COVID. Tomado: https://colombia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/3.3_envejecimiento.pdf

El documento ASP (2023) enfatiza esta tendencia en su capítulo 3.3 sobre envejecimiento y derechos de las personas mayores, estimando que "para 2023, la población mayor de 60 años en Colombia representa el 14% de la población (7.6 millones), y para 2050 llegará a ser la cuarta parte del total de la población, 25%". Este dato subraya la aceleración del envejecimiento en el país. Adicionalmente, el mismo documento indica que en 2023 las mujeres de 60 años y más constituían el 55.4% de este grupo, superando al 44.5% de los hombres, y se proyecta que para 2043 estos porcentajes ascenderán a un 13% y un 10% respectivamente.

Por otro lado, el informe del DANE (2018) en el documento "*Personas mayores en Colombia, hacia la inclusión y la participación*", los departamentos con mayor población adulto mayor son Quindío 19.7%, Caldas (19,3%), Risaralda (18,4%), Tolima (17.6%) y Boyacá (16.8%) ocupando el quinto lugar.

Para 2021, el ASP (2023) estima que esta población se distribuye geográficamente con un 22.7% en áreas rurales y un 77.3% en áreas urbanas o cabeceras municipales, evidenciando un desplazamiento hacia los centros urbanos.

Figura 3. Porcentaje de Población Adultos Mayores Según Departamento.



Nota: Personas mayores en Colombia, hacia la inclusión y la participación. (2018). Adaptado (<https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/notas-estadisticas/nov-2021-nota-estadistica-personas-mayores-en-colombia.pdf>)

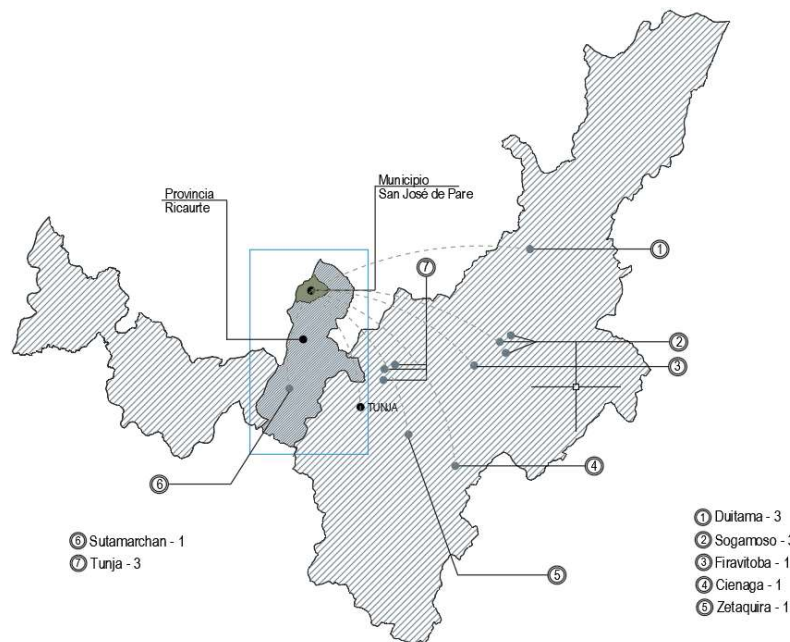
Dentro del departamento de Boyacá, la provincia de Ricaurte, conformada por 13 municipios, alberga a SJP en su sector nororiental. Este municipio experimenta un notable envejecimiento poblacional, con proyecciones del DANE (2021) que indican un crecimiento sostenido del 23.7% en 2021 al 24.5% en 2023. El mismo censo revela una disminución de la población joven, atribuida a factores como la migración, la violencia y la búsqueda de educación superior en otras ciudades.

Figura 4. Localización

Adaptado: Ubicación del proyecto. Planos página web IGAC. Diagramación propia software canva 2025

Esto ha generado un desequilibrio demográfico, contribuyendo al aumento proporcional de la población adulta mayor. Pese a este crecimiento demográfico, el municipio carece de centros especializados cercanos que puedan satisfacer las necesidades integrales de este grupo etario, incluyendo salud, actividades recreativas, culturales y productivas. La urgencia de estos espacios fue reiteradamente manifestada durante las mesas de trabajo para la elaboración del Plan de Desarrollo Municipal (PDM, 2024).

Figura 5. Mapa de Boyacá. Centros de Atención al Adulto Mayor.



Nota: En la imagen se evidencian los centros de atención para el adulto mayor presentes en los municipios del departamento de Boyacá. Elaboración propia.

Como se ilustra en la figura anterior, la ubicación de los centros de atención para adultos mayores dentro del departamento plantea un desafío significativo para los residentes de San José de Pare; la opción más cercana es un asilo en Sutamarchán, situado a una distancia de 63.5 km, lo que se traduce en un tiempo de viaje de aproximadamente 1 hora y 35 minutos. Por otro lado, el centro día/vida más accesible se encuentra en Sáchica, a una 2 horas y 23 minutos del casco urbano del municipio. En los municipios circundantes, existen otros centros de atención, pero estos ofrecen servicios que no se alinean con los objetivos de este proyecto. Esta carencia de espacios adecuados para la población de adultos mayores en San José de Pare tiene como consecuencia una limitación en su participación social, lo que a su vez fomenta el aislamiento y deteriora su calidad de vida.

Frente al crecimiento demográfico mencionado en el municipio de San José de Pare, el Plan de Desarrollo Municipal en adelante PMD (PMD, 2024) reconoce que los adultos mayores aún desempeñan

un rol activo en la economía local. Dentro del mismo plan, se destacan los resultados de un trabajo colaborativo realizado mediante mesas de trabajo con participación de las nueve veredas del territorio. En estos espacios, la población manifestó sus principales necesidades, entre las cuales se identificaron temas críticos para los adultos mayores, como falta de acceso oportuno a servicios de salud, limitada vinculación a proyectos productivos, escasez de actividades agrícolas, culturales y deportivas que promuevan su inclusión.

De acuerdo con el informe *Personas mayores en Colombia* del DANE (2021), el desempleo en los adultos mayores supera al registrado en la población entre 10 y 59 años. El documento revela que “entre 2019 y 2020, la tasa de desempleo de las mujeres mayores pasó de 4,0% a 7,8%, y la de los hombres mayores pasó de 6,3% a 9,5%”. Estas cifras evidencian una clara vulnerabilidad económica en la vejez, ya que reflejan las dificultades de este grupo para acceder o mantener empleo, incrementando su dependencia de pensiones y subsidios. Además, ponen de manifiesto que las estrategias laborales actuales no están diseñadas para integrar efectivamente a esta población en el mercado de trabajo. Como menciona Zapata (2001), “la persona mayor pierde el principal referente de identificación que generalmente es el rol que entrega el puesto laboral”. Esta idea se refuerza con la perspectiva de Freud, quien señala que “mientras en la infancia los roles están definidos por actividades lúdicas y el estudio, y en la adultez por la familia y el ambiente laboral, en la vejez estos roles se desconocen” Zapata (2001), si bien es cierto que todos envejecen, no todas las personas que llegan a esa etapa de la vida cuentan con las mismas características en términos intelectuales y físicos, ya que estas dependen de las actividades y labores realizadas de cada individuo. Se han creado mitos que han servido como excusa para apartar a los adultos mayores del resto de la sociedad, como la pasividad asociada a esta edad y la idea de que ya es muy tarde para iniciar una vida saludable, sin embargo, esto no es directamente proporcional con las expectativas, necesidades y aspiraciones que pueda llegar a tener estas personas, además esto demuestra lo poco preparada que se encuentra la sociedad para acoger a estos adultos como parte

activa de la misma. Según lo mencionado en FOSIS (1995), las causas que más afectan la calidad de vida de los adultos mayores son el abandono y el aislamiento.

Estas percepciones que se tienen del envejecimiento han resultado en un pensamiento generalizado de que el envejecimiento está relacionado con algo negativo; según la Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez 2022-2031 de 2022 el envejecimiento es un “proceso continuo, multifacético e irreversible de múltiples transformaciones biopsicosociales a lo largo del curso vital, que no son lineales ni uniformes y sólo se asocian vagamente con la edad de una persona en años”, teniendo en cuenta esto se pretende aportar al cambio de esta percepción por medio de espacios que permitan vincular a los adultos mayores en actividades que no solo los hagan sentir útiles, sino que también sea reconocidos dentro de la sociedad como seres capaces e importantes.

Lehr (2008) citado por Limón (2018) existen una serie de factores que contribuyen notablemente en el envejecimiento activo y a la longevidad de la población, como “el estado de ánimo positivo, el contacto social, la actividad física y el humor”, esto acompañado de un espacio físico adecuado donde puedan realizar estas actividades, permite una mejor calidad de vida ya que esta población logra desenvolverse de una manera más tranquila y natural, contando con espacios adaptados y pensados a sus necesidades. Según la OMS (2002), el envejecimiento activo conlleva 4 factores importantes la salud, la participación, la seguridad, y el aprendizaje permanente, esta también señala que envejecer activamente es continuar participando en el mercado laboral, realizar otras actividades productivas y vivir de forma independiente y saludable. Además, (Pinazo et al., 2010), el término activo se refiere a “la participación de las personas en las cuestiones sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, sin centrarse sólo en la capacidad para estar física o laboralmente activo”.

Considerando que el envejecimiento activo promueve la salud, y la participación y teniendo en cuenta que esta población tiene unas necesidades particulares en cuanto a los espacios en los cuales

puedan realizar sus actividades, es importante reconocer que unos de los factores que más influye no solo en su salud si no también en su calidad de vida, es la cercanía con la naturaleza, como lo cita (Velarde & Llanos, 2024) según (Moreno & Sánchez, 2018), investigaciones realizadas han demostrado que el contacto con la naturaleza genera salud y bienestar en la población y particularmente las personas de este grupo etario, presentan una inclinación sobre los espacios naturales, así mismo “aplicar los principios biofílicos en los espacios arquitectónicos para adultos mayores mejora su calidad de vida, su seguridad y su confort emocional, al permitirles interactuar socialmente, a través de diversas actividades en entornos construidos con un diseño de arquitectura biofílica” (Failoc & Ojeda, 2022).

Dado el crecimiento sostenido de la población adulta mayor activa en San José de Pare y la evidente carencia de centros de atención especializados que ofrezcan servicios y actividades para su participación activa en la sociedad, se propone el diseño de un centro vida. Definido por la LEY 1276 DE 2009 (artículo 7) como un "conjunto de proyectos, procedimientos, protocolos e infraestructura física, técnica y administrativa orientada a brindar una atención integral, durante el día, a los Adultos Mayores, haciendo una contribución que impacte en su calidad de vida y bienestar", este proyecto busca integrar los conceptos previamente mencionados. El objetivo es garantizar a este grupo etario actividades de disfrute y proporcionarles una atención integral que abarque alimentación, salud, interacción social, deporte, cultura y actividades productivas. Estos factores no solo contribuirán a mejorar su calidad de vida, sino que también facilitarán su vinculación con la sociedad, generando una identidad y un reconocimiento como sujetos vitales dentro de la misma.

Marco Referencial

Marco Teórico

En la actualidad, la creciente población de adultos mayores demanda un enfoque innovador en el diseño arquitectónico. Los Centros Vida/Día se presentan como una solución fundamental para satisfacer integralmente sus necesidades, abarcando desde la atención médica y social hasta la promoción de la interacción y el bienestar. Para lograr un diseño óptimo, es crucial analizar proyectos existentes que sirvan como referentes y nos permitan identificar los elementos clave para su configuración.

Centros Vida / Día

Para diseñar un centro vida que atienda integralmente las necesidades del adulto mayor, es fundamental considerar factores y espacios diversos, que abarcan desde la atención médica y la interacción social hasta la configuración espacial y las actividades recreativas. En consecuencia, se requiere un análisis arquitectónico-espacial de referentes, con el fin de determinar los aspectos clave que puedan guiar el diseño, como.

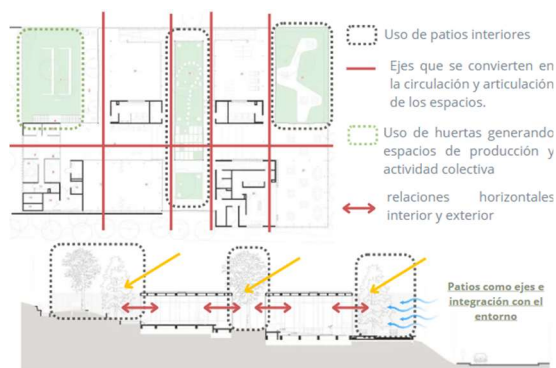
Figura 6. Centro Día para el Adulto Mayor



Nota: La figura representa la materialidad, escala y relaciones horizontales, uso de la luz y elementos naturales del entorno. Tomado de "ArchDaily" Centro día para el adulto mayor, Niro Arquitectura + OAU. [Centro de día para el adulto mayor / Niro Arquitectura + OAU | Oficina de Arquitectura y Urbanismo | ArchDaily Colombia](#)

El Centro Vida, ubicado en el barrio 20 de Julio de Bogotá, se integra sensiblemente con su contexto inmediato. La abundante masa arbórea circundante se convierte en un elemento central para el diseño y la disposición de sus espacios, dando origen a tres patios centrales. Estos patios, concebidos como lugares para la contemplación y la interacción social, cuentan con vegetación que estimula la experiencia sensorial y la conexión con la naturaleza; rodeados por una estructura acristalada que evoca una "cápsula vegetal", los patios facilitan una relación visual horizontal entre las distintas áreas del proyecto, fomentando así la integración y la sensación de proximidad. A su vez, estos patios definen los pasillos del centro, brindando una mayor sensación de apertura gracias al uso de fachadas transparentes. Esta configuración maximiza la relación interior-exterior y aprovecha la luz natural, contribuyendo significativamente a la reducción del consumo energético artificial. El centro Vida es un ejemplo de cómo la naturaleza puede ser el eje del diseño. La creación de tres patios actúa como articuladores espaciales que organizan el flujo y la percepción del edificio. La transparencia de sus cerramientos acristalados disuelve los límites entre el interior y el exterior, permitiendo una ininterrumpida continuidad visual con la masa arbórea circundante, lo que enriquece la experiencia del usuario con un constante contacto sensorial y visual con la naturaleza.

Figura 7. Análisis espacial del centro vida



Nota: Elementos rescatados del proyecto, que sirve de base y guía para utilización e implementación en el centro vida propuesto. Tomado de "ArchDaily" Centro día para el adulto mayor, Niro Arquitectura + OAU. [Centro de día para el adulto mayor / Niro Arquitectura + OAU | Oficina de Arquitectura y Urbanismo | ArchDaily Colombia](#)

Espacialmente, el diseño promueve una sensación de apertura y conexión, donde la luz natural y la vegetación se convierten en elementos configuradores del ambiente. La disposición de los pasillos alrededor de estos patios genera recorridos dinámicos y luminosos, eliminando la sensación de encierro. Esta interconexión entre los volúmenes, lograda a través de la transparencia y la permeabilidad, no solo facilita la orientación y el tránsito, sino que también crea una atmósfera que promueve la interacción social y el bienestar.

Figura 8. Centro Para La Tercera Edad - Vivienda Colectiva



Nota: La figura representa la importancia de los patios como elemento articulador, y el bloque horizontal que funciona como eje separador y organizador en el proyecto. Tomado de "ArchDaily" Centro para la tercera edad vivienda colectiva, Estudio Cordeyro & Asociados. [Centro integral para adultos mayores Sentidos / Estudio Cordeyro & Asociados | ArchDaily Colombia.](#)

Este proyecto se concibe en torno a un eje central que actúa como conector y distribuidor de tres bloques. En esta área pivotal se ubican espacios de convivencia y uso común como gimnasio, sala de fisioterapia y salón de belleza, los cuales se integran armoniosamente con espacios privados. Esta combinación estratégica busca fomentar la vinculación y la interacción. Dos patios centrales emergen como elementos clave, funcionando como conexiones que aseguran una óptima iluminación natural y ventilación cruzada en los interiores. Estos patios potencian el valor terapéutico de la vegetación que albergan, creando un ambiente estimulante. A través de ellos, se diseñan senderos que invitan al

encuentro y la interacción, revalorizando estos espacios como fuentes de bienestar y promotores de una vida activa e independiente para los residentes.

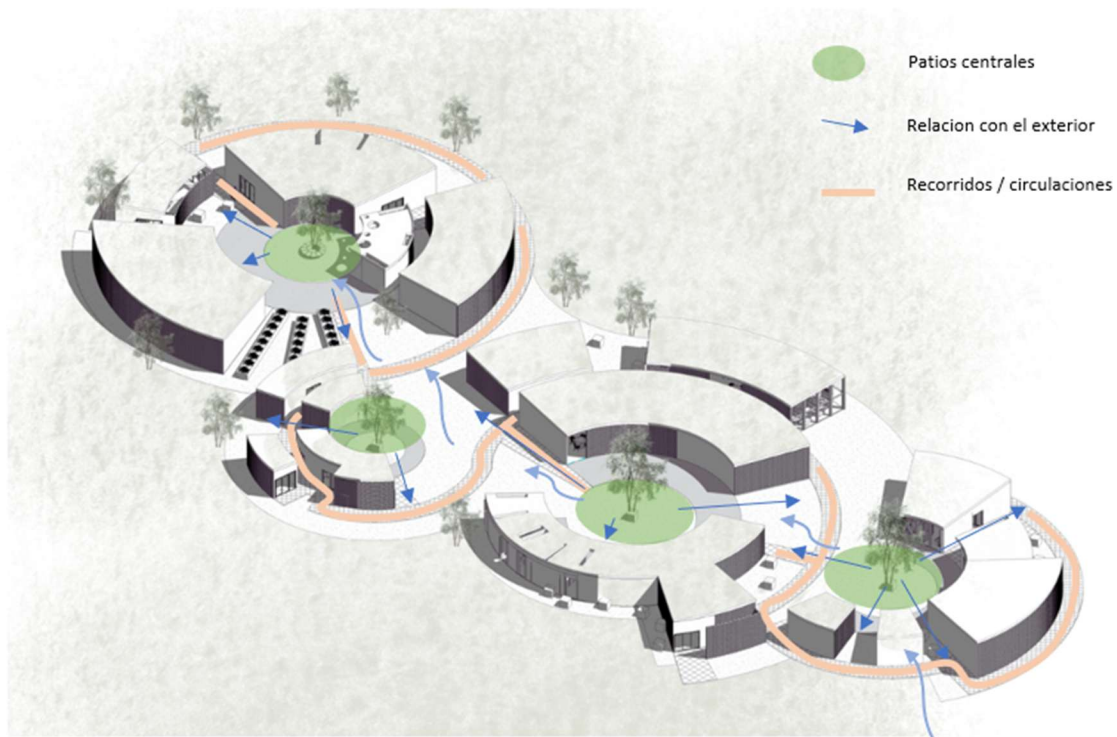
El diseño se destaca por la fuerte vinculación entre el interior y el exterior, logrando una cohesión espacial a través de recorridos que fomentan el flujo continuo y la interconexión. Los senderos no solo sirven como vías de tránsito, sino que también actúan como catalizadores sociales, invitando a la exploración y al descubrimiento de puntos de encuentro. La arquitectura de este proyecto se distingue por su estructura modular y la centralidad de un eje conector, que no solo organiza funcionalmente los espacios, sino que también establece una jerarquía de interacción. La integración de áreas comunes y privadas fomenta una dinámica social activa sin comprometer la privacidad individual.

Desde una perspectiva espacial, la inclusión estratégica de dos patios centrales es fundamental. Estos no solo cumplen una función bioclimática al optimizar la entrada de luz y aire, sino que también se transforman en pulmones verdes con valor terapéutico. La red de senderos que los atraviesa redefine la circulación, pasando de ser meros pasillos a catalizadores de encuentro y movimiento, priorizando la estimulación sensorial y el bienestar.

A partir del análisis de los referentes y de las cualidades espaciales identificadas, el Centro Vida propuesto integrará patios centrales como ejes articuladores del diseño. Estos espacios, asociados a la masa arbórea existente, se consolidarán como lugares de encuentro e interacción social, al tiempo que organizarán la distribución interior y facilitarán la orientación de los usuarios. La disposición de fachadas transparentes alrededor de los patios permitirá una continuidad visual con la vegetación circundante, promoviendo el contacto permanente con la naturaleza y reforzando la experiencia sensorial del adulto mayor. Asimismo, la incorporación de luz natural y ventilación cruzada reducirá la dependencia de sistemas artificiales, aportando a la sostenibilidad del edificio mediante estrategias pasivas de confort ambiental. La configuración en un solo nivel garantizará recorridos accesibles, fluidos y seguros,

eliminando barreras físicas y visuales, mientras que la disposición de pasillos luminosos alrededor de los patios transformará los trayectos en experiencias dinámicas que estimulan la movilidad y la interacción cotidiana.

Figura 9. Relación de Espacios y entorno



Nota: La figura muestra como la forma del proyecto se relaciona con el entorno por medio de recorridos, patios, y fraccionamiento en su volumen. Elaboración Propia realizado en el software Revit editado en canva 2025

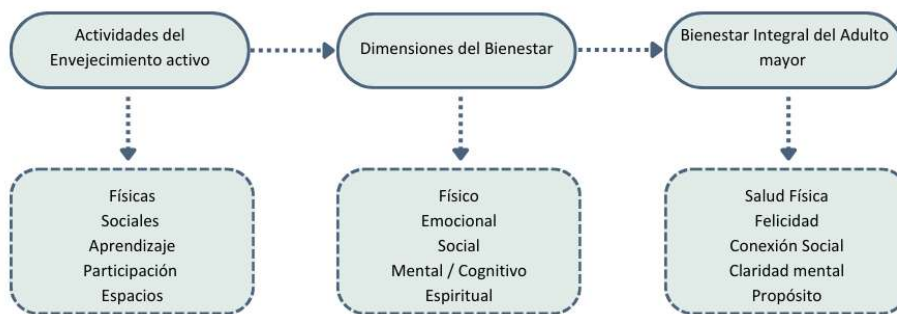
Envejecimiento activo

El concepto de envejecimiento activo, acuñado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) a finales de los años 90, promueve una visión integral y positiva de la vejez. Su objetivo es optimizar las oportunidades de bienestar físico, psicológico y social de las personas mayores, extendiendo así la esperanza de vida saludable y su participación productiva en la sociedad. La promoción de la salud emerge como un pilar fundamental de este enfoque; esto implica fomentar un estilo de vida saludable, que se traduce en una alimentación equilibrada y la práctica regular de actividad física. Asimismo, es

crucial garantizar el acceso a servicios de salud de calidad y promover la autonomía e independencia de las personas mayores.

La participación constituye otro elemento esencial, involucrar a los adultos mayores en actividades sociales, culturales y económicas fortalece su independencia y reduce el riesgo de enfermedades y discapacidad. Todo esto, en conjunto con entornos seguros y accesibles, facilita la inclusión social y mejora significativamente su calidad de vida.

Figura 10. Modelo Integral del Bienestar en el Envejecimiento Activo.



Nota: Relación entre las actividades del envejecimiento activo, las dimensiones del bienestar y el bienestar integral del adulto mayor, representa un flujo secuencial, donde las actividades del envejecimiento activo influyen en las dimensiones del bienestar, que a su vez conducen al bienestar integral del adulto mayor. Elaboración propia.

Según Ramos et al. (2016), como lo señala Fernández-Ballesteros “la promoción del envejecimiento activo es ciertamente la respuesta más inteligente a la revolución demográfica que supone un mundo envejecido, y también una manera óptima de prevenir la discapacidad en la vejez”. Este enfoque representa una transformación en la concepción tradicional de la vejez, que la asocia únicamente con el deterioro y la dependencia, para convertirla en una etapa llena de oportunidades.

El envejecimiento activo busca que las personas mayores mantengan un papel activo en la sociedad, lo cual no solo contribuye a reducir los estereotipos negativos asociados a la vejez, sino que también fomenta una convivencia intergeneracional más inclusiva y enriquecedora, reforzando el sentido de pertenencia, la autoestima, el propósito de vida, y disminuyendo el riesgo de depresión y

deterioro cognitivo. Otro factor importante es el aprendizaje permanente y desarrollo personal de esta población, estos dos factores son fundamentales para el bienestar y la plena participación de los adultos mayores en la sociedad, promover oportunidades de participación y aprendizaje garantiza la equidad e inclusión, eliminando barreras como falta de acceso o discriminación por edad. Estos dos factores pueden incluir la adquisición de nuevas habilidades tanto para el empleo como para el ocio, permitiendo mantener la dignidad y la autonomía de estos y fortaleciendo sus capacidades y talentos, Huenchuan (2018). Se menciona también que el aprendizaje no solo proporciona conocimiento, sino que contribuye a la salud física y mental, previniendo el deterioro cognitivo y reduciendo el riesgo de depresión, además, señala que el aprendizaje permanente puede ayudar a mantener la conexión con la sociedad Cisterna et al. (2022). Actualmente en el país existe algunas organizaciones que promueven este tipo de iniciativas, como lo son el Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA), el cual cuenta con programas de formación técnica, tecnológica y complementaria, aportando al aprendizaje constante y a la empleabilidad de esta población, y Porvenir que junto con la universidad del rosario, los cuales crearon un observatorio de empleabilidad y emprendimiento enfocado en el adulto mayor, estos pretende fomentar el envejecimiento activo, enfrentar el desempleo, valorar los conocimientos y experiencias, maximizar y potencializar las habilidades de este grupo etario Acosta (2023).

El enfoque de envejecimiento activo plantea un cambio sustancial en la manera de comprender la vejez, al reconocerla como una etapa de oportunidades para el bienestar integral, la autonomía y la participación social. En este sentido, el Centro Vida se proyecta como un espacio que trasciende la atención asistencial, para convertirse en un escenario que fomente la salud física y mental, la interacción social y el aprendizaje permanente de los adultos mayores. Incorporar estos principios en el diseño arquitectónico significa generar ambientes accesibles, inclusivos y seguros, que potencien las capacidades de los usuarios, favorezcan la integración intergeneracional y fortalezcan su sentido de pertenencia. Así, el proyecto no solo responde a las necesidades inmediatas de esta población, sino que

también se alinea con una visión contemporánea y humanizada de la vejez, en la que la arquitectura actúa como herramienta promotora de calidad de vida, equidad e inclusión social.

Teoría Biofílica

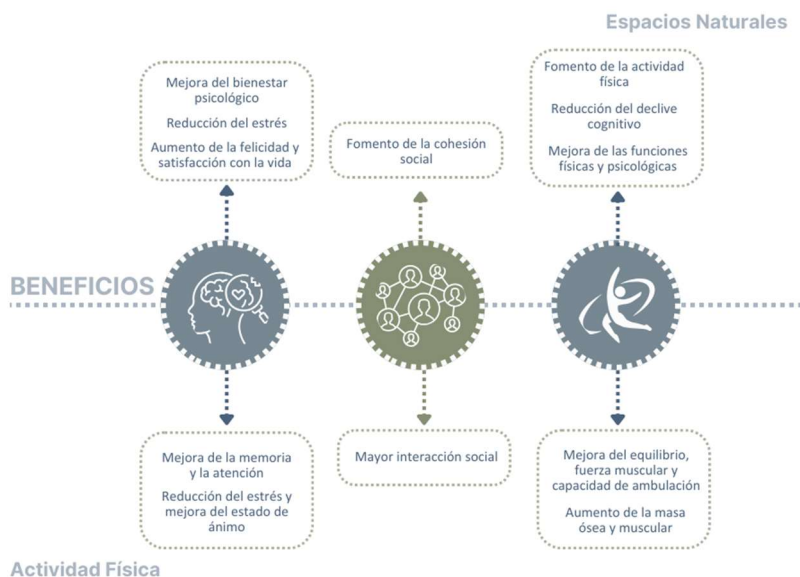
Según el biólogo Edward Wilson describe la biofilia como la necesidad emocional del ser humano de estar en contacto con otros seres vivos, este enfoque se ha consolidado en el diseño arquitectónico como una estrategia para promover el bienestar físico, emocional y mental a través de la integración de elementos naturales en los espacios construidos.

El impacto de la naturaleza en la salud y el bienestar de los adultos mayores es crucial, ya que los espacios verdes como parques y jardines y los espacios azules como cuerpos de agua tienen beneficios significativos para la salud física y mental, estos espacios son asociados con el aumento de la felicidad, la satisfacción con la vida y la reducción del estrés (Triguero et al., 2017), también fomentan la actividad física y mejoran el bienestar psicológico de esta población. La naturaleza activa áreas específicas del cerebro que mejoran el estado de ánimo de las personas, según el estudio realizado por *Journal of Physiological Anthropology* encontró que la “interacción con la naturaleza, como observar flores o estar en un jardín, se asocia con la reducción de la actividad de la amígdala, la región del cerebro responsable de las respuestas emocionales como el miedo y la ansiedad” Pinos (2024), según lo cita este mismo autor la universidad de Harvard realizó un estudio en donde se demostró que al recibir flores las personas experimentan un “aumento inmediato en la felicidad y una disminución de la ansiedad”. Las flores ejercen un doble beneficio sobre nuestro organismo: mientras embellecen nuestro entorno, actúan como poderosos reguladores bioquímicos. Estudios científicos revelan que su presencia estimula la secreción de serotonina, dopamina y neurotransmisores claves para la sensación de alegría y plenitud, al mismo tiempo que ayudan a disminuir el cortisol, reduciendo así el impacto del estrés en nuestro cuerpo. La creación de espacios en donde se integre no solo las flores si no la vegetación, en general son

de gran importancia ya que, según la Ecopsicología, esta conexión del ser humano con las flores y la naturaleza genera mayor sentido de propósito y satisfacción vital, además ayuda a la creatividad y la conexión emocional. Esta sinergia entre lo estético y lo fisiológico demuestra que rodearnos de naturaleza no es solo un placer para los sentidos, sino una estrategia efectiva para fortalecer tanto nuestro equilibrio emocional como nuestra salud física.

Adicional a esto como lo menciona (Chalapud et al., 2016), la actividad física mejora el equilibrio, la fuerza muscular, la capacidad de ambulatoria, la memoria, la atención, la masa ósea y muscular, y reduce el riesgo de osteoporosis, cuando se realiza en exteriores aumenta los niveles de vitamina D y mejora el pronóstico de recuperación en diversas condiciones de salud (Fernández & Barreto, 2017). La realización de actividades en espacios verdes beneficia no solo su cohesión social, sino que contribuyendo a la disminución del declive cognitivo y mejora la funciones psicológicas y físicas, además reduce la tasa de mortalidad y morbilidad de están población.

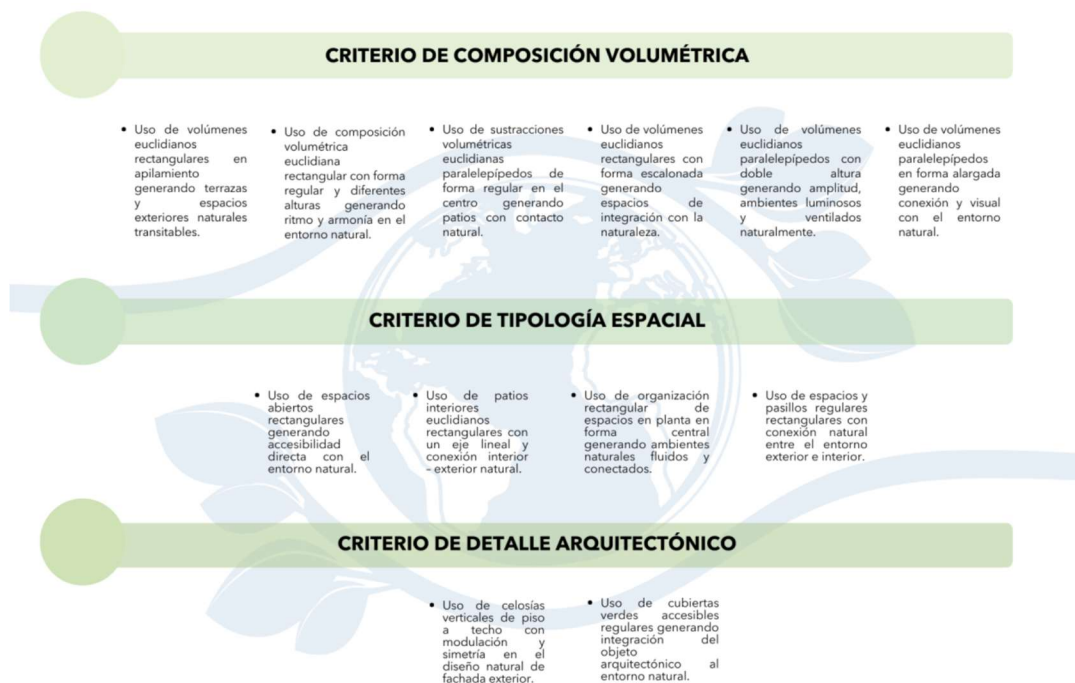
Figura 11. Impacto de la Naturaleza y la Actividad Física en Adultos Mayores.



Nota: Relación del impacto de la naturaleza y la actividad física en el adulto mayor. Elaboración propia adaptado de Triguero et al. ((2017) y Chalapud et al. (2016).

Entendiendo en cuenta lo anterior, es importante conocer algunos de las características de esta teoría aplicados a la arquitectura, como son la priorización de espacios abiertos, la integración de espacios interiores y exteriores, la utilización de materiales naturales y de bajo impacto ecológico, y la utilización de recursos naturales como la luz, para lograr esta vinculación, existen algunos aspectos en cuanto a forma, función y detalles que permiten la vinculación entre el concepto y el diseño arquitectónico Velarde & Llanos, (2024).

Figura 12. Criterios Arquitectónicos Implementando la Teoría Biofílica.



Nota: Criterios a tener en cuenta para el diseño arquitectónico de espacios para el adulto mayor, contemplando la teoría biofílica. Tomado de: La Naturaleza En Los Espacios Para El Adulto Mayor, Valarde & Llanos, 2024. (<https://doi.org/10.22320/07190700.2024.14.02.05>)

Un aspecto fundamental en el estudio de la interacción entre el ser humano y su entorno lo constituye la psicología ambiental. Según Roth (2000), esta disciplina examina la relación bidireccional que existe entre el comportamiento humano y su medio ambiente -físico, natural y social-, evidenciando cómo el entorno influye en las personas y cómo estas, a su vez, transforman su ambiente.

Por una parte, el medio ambiente moldea la conducta humana: espacios mal diseñados pueden generar estrés, la carencia de áreas verdes disminuye el bienestar emocional, y la contaminación acústica afecta negativamente la capacidad de concentración. Por otra parte, las acciones humanas modifican constantemente el entorno a través de diversas intervenciones, ya sean constructivas o destructivas.

Esta disciplina revela que el ser humano no es un ente pasivo, sino un agente en constante interacción con su contexto, lo que justifica la necesidad de diseñar espacios más saludables y promover conductas sostenibles.

Sociología del adulto mayor

Las teorías sociológicas del envejecimiento, desde la desvinculación hasta la gerontología crítica, ofrecen un marco esencial para comprender el papel del adulto mayor en la comunidad y su participación social.

La primera generación de teorías se enfoca en el lugar del adulto mayor en la sociedad. Entre ellas, la teoría de la desvinculación, según Cumming & Henry (1961), propone la reducción de la participación de los adultos mayores en las estructuras sociales para dar paso a las generaciones más jóvenes, lo cual genera una segregación de esta población, siguiendo esto Cowgill & Holmes (1972) argumentan que este fenómeno se acentúa con la modernización y urbanización de las sociedades, creando una marginación hacia los adultos mayores, contrario a lo anterior Rose y Peterson (1968) señalan que esta segregación y marginación fomentan la conformación de “subculturas con normas y valores propios”, las cuales limitan las relaciones sociales de los adultos mayores, estigmatizándolos como dependientes o incapaces, lo que puede afectar su autoconcepto y participación social.

En contraste con la idea de desvinculación, la teoría de la actividad sugiere que “la participación de esta población en diferentes actividades sociales es esencial para el bienestar y satisfacción en la vejez” (Havighurst, 1961). Por otro lado, la teoría del intercambio social plantea que, si los adultos mayores no tienen recursos para contribuir a las interacciones sociales, pueden sentirse excluidos, generando una barrera en la reciprocidad y el intercambio generacional. Atchley (1971) sugiere que “los adultos mayores buscan mantener sus roles y actividades previas”, lo que implica la necesidad de generar espacios que permitan la continuidad de sus intereses y relaciones sociales. Además, es crucial considerar las trayectorias de vida y experiencias previas de cada persona, promoviendo así su participación en la comunidad.

Estas perspectivas evidencian que el envejecimiento no es un proceso homogéneo, sino influenciado por dinámicas sociales, económicas y culturales. Por ello, es esencial promover políticas y entornos que fomenten la inclusión activa, valorando las trayectorias de vida individuales y garantizando que los adultos mayores mantengan un rol significativo en la comunidad. Solo así se podrá contrarrestar la exclusión y construir una sociedad verdaderamente intergeneracional.

Teoría del color

El alemán Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832), como lo cita la Universidad Nacional de Valencia, (2022) es reconocido como pionero en el estudio de la psicología del color, desarrolló una clasificación que dividía los colores en dos grupos fundamentales según su impacto emocional: los colores cálidos (rojo, amarillo, naranja), asociados principalmente a calidez y afectividad pero que en ciertos contextos podían transmitir hostilidad; y los colores fríos (azules, verdes), vinculados generalmente a sensaciones de calma y paz, pero también capaces de evocar tristeza y melancolía

Psicología del color (s.f).

El color posee un efecto psicológico capaz de influir en emociones, estados de ánimo y percepciones. Según estudios de la Universidad de Valencia, los colores no solo pueden estimular o deprimir, generando alegría o tristeza, sino también modular actitudes (activando comportamientos dinámicos o pasivos) e incluso alterar percepciones sensoriales: desde crear impresiones térmicas (frío/calor) hasta transmitir sensaciones de orden o caos. Esta evidencia revela el poder transformador de la cromática en la experiencia humana, demostrando que los colores van más allá de lo estético para convertirse en herramientas que moldean nuestra psicología y forma de interactuar con el entorno.

Los tonos cálidos generan una sensación de proximidad visual, destacándose notablemente al contrastar con otros colores y creando la ilusión óptica de avanzar hacia quien los observa. En cambio, los colores fríos absorben la luminosidad, produciendo un efecto de receso que simula alejamiento. Esta dinámica visual se intensifica según la tonalidad: mientras los matices rojizos y amarillentos acentúan esta cualidad de avance y captación de atención, las gamas azuladas incrementan la percepción de distancia y retraimiento espacial.

Tabla 1 *simbología, uso y sensaciones del color*

Color	Significado	Su uso aporta	Sensación
Blanco	Optimismo	Purifica la mente	Tranquilidad
Plata	Paz	Disminuye la sensación de dolencia o enfermedad	Naturalidad
Amarillo	Alentador	Estimulación mental	Calidez
Oro	Fortaleza	Fortaleza en el cuerpo y el espíritu	Emoción
Naranja	Energía	Aumento inmunológico	calidez
Rojo	Vitalidad	Aumenta la autoestima y da vitalidad	Juvenil
Azul	Serenidad	Relajación, antiestrés	Calma
Verde	Vida	Armonía entre el cuerpo y la mente	Satisfacción

Nota: Teniendo en cuenta la tabla se podría concluir que los colores más adecuados para la implementación en un centro vida, sería el azul, el verde y el amarillo. Tomado de: Escola D' Art I Superior de Disseny de Vic. Psicología del color. S.f. <https://perio.unlp.edu.ar/catedras/iddi/wp-content/uploads/sites/125/2020/04/Psicologia-del-color.pdf>

Gerontología

Las proyecciones demográficas globales y nacionales señalan un aumento significativo de la población adulta mayor, impulsado por la disminución de la natalidad y el incremento en la esperanza de vida. Esta tendencia ha generado la necesidad de una disciplina especializada que aborde de manera integral las particularidades de esta etapa vital.

Es así como surge la gerontología, una disciplina dedicada al estudio de la ancianidad con el objetivo primordial de optimizar la calidad de vida de los adultos mayores. Su enfoque se centra en el desarrollo de programas que fortalezcan la salud física, el bienestar psicológico, la integración social y la adaptación al entorno. En este sentido, la salud se erige como un pilar fundamental para asegurar una vida plena en la vejez. Según Altarriba (1992), “la salud trasciende la mera ausencia de enfermedad, adoptando una perspectiva dinámica y orientada al bienestar físico, psíquico y social”. La gerontología, como campo científico emergente, abraza esta visión holística para comprender los múltiples desafíos asociados al envejecimiento. Su propósito esencial radica en el empoderamiento, la inclusión y la dignificación de las personas mayores.

Considerando el panorama demográfico actual y la creciente relevancia de la población adulta mayor, la gerontología emerge como una disciplina esencial. Su enfoque integral, que abarca desde la salud física y mental hasta la integración social y la adaptación al entorno, se presenta como una respuesta crucial para garantizar una vejez digna y con calidad de vida. En última instancia, la gerontología no solo busca comprender el proceso de envejecimiento, sino también empoderar a los adultos mayores, promoviendo su inclusión y reconociendo su valioso papel en la sociedad.

Normativa

Ante el significativo crecimiento de la población adulta mayor, fenómeno particularmente relevante en el contexto colombiano, se ha vuelto imperativo diseñar e implementar políticas públicas y programas sociales orientados a garantizar tanto la integración efectiva como el bienestar integral de este grupo poblacional.

Ley 1251 de 2008

Según la ley 1251 de 2008 en su artículo 1 establece:

Tiene como objeto proteger, promover, restablecer y defender los derechos de los adultos mayores, orientar políticas que tengan en cuenta el proceso de envejecimiento, planes y programas por parte del Estado, la sociedad civil y la familia y regular el funcionamiento de las instituciones que prestan servicios de atención y desarrollo integral de las personas en su vejez.

Esta normativa representa un avance fundamental en la garantía de derechos de los adultos mayores, al establecer un marco jurídico integral que no solo protege sus derechos, sino que también promueve su bienestar mediante políticas públicas articuladas entre el Estado, la sociedad civil y las familias. Su enfoque trasciende la asistencia básica para regular institucionalmente los servicios de atención, asegurando que sean dignos, integrales y adaptados a las necesidades específicas del envejecimiento. Así, la ley se consolida como una herramienta clave para construir una sociedad que valore y respete a sus personas mayores, transformando el envejecimiento en una etapa con oportunidades y calidad de vida.

Ley 1276 de 2009

Según establece en su artículo 1:

La protección a las personas de la tercera edad (o adultos mayores) de los niveles I y II de Sisbén, a través de los Centros Vida, como instituciones que contribuyen a brindarles una atención integral a sus necesidades y mejorar su calidad de vida.

La Ley 1276 de 2009 define los Centros Vida como "conjunto de proyectos, procedimientos, protocolos e infraestructura física, técnica y administrativa orientada a brindar una atención integral, durante el día, a los Adultos Mayores, haciendo una contribución que impacte en su calidad de vida y bienestar". Estos centros están obligados a prestar servicios esenciales como atención integral en salud, atención primaria, geriatría y gerontología, asegurando un enfoque multidimensional para esta población.

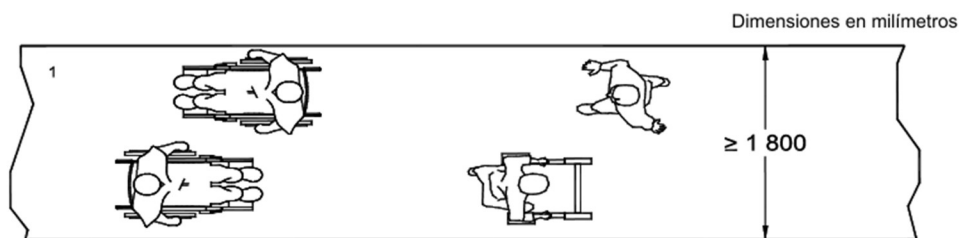
Los principales beneficiarios son los adultos mayores en condiciones de vulnerabilidad, especialmente aquellos clasificados en los niveles I y II del SISBÉN que, tras una evaluación profesional, requieran intervenciones para reducir el aislamiento social, la falta de soporte familiar o riesgos socioeconómicos. De manera adicional, la ley enfatiza que estos centros deben ofrecer atención gratuita a personas mayores en situación de indigencia, garantizándoles no solo servicios médicos, sino también apoyo alimentario, actividades educativas, recreativas, culturales y programas de ocupación que promuevan su bienestar físico y emocional.

Esta normativa refleja el compromiso institucional con el envejecimiento digno, al establecer una red de apoyo que combina recursos técnicos, humanos y comunitarios para atender las necesidades específicas de esta etapa de la vida.

Norma Técnica Colombiana NTC 6047

La Norma Técnica Colombiana NTC 6047 establece los requisitos de accesibilidad al medio físico en los espacios de servicio al ciudadano dentro de la administración pública, con el objetivo fundamental de asegurar un acceso equitativo para todas las personas, incluyendo aquellas con discapacidad. Su alcance integral abarca la gestión de infraestructuras físicas, definiendo pautas y criterios de verificación precisos para garantizar el cumplimiento de los estándares de accesibilidad. En este sentido, la normativa aborda aspectos cruciales como la disposición de espacios especialmente diseñados para personas con movilidad reducida y la eliminación de cualquier tipo de barrera arquitectónica que pueda obstaculizar el acceso a estos servicios.

Figura 13. Ancho de Senderos



Nota: En esta imagen se toma el dimensionamiento máximo que deben tener los senderos y pasillos internos con el fin de permitir una accesibilidad de todo tipo de usuarios. Tomado de: NTC 6047, <https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/Programa%20Nacional%20del%20Servicio%20al%20Ciudadano/NTC6047.pdf>

También se contemplan elementos como los pasamanos, los cuales según la NTC 6047 de accesibilidad, deben estar a 1.00m de altura, esto elementos permiten que los adultos mayores, pueden desplazarse con seguridad en cada espacio, tanto interior como exterior, dando así un sentido de independencia.

Esta normativa refleja el compromiso institucional con el envejecimiento digno, al establecer una red de apoyo que combina recursos técnicos, humanos y comunitarios para atender las necesidades específicas de esta etapa de la vida.

Marco Conceptual

Antes de diseñar un Centro Vida, es importante preguntarse: ¿cómo contribuye cada elemento del proyecto a mejorar la vitalidad y calidad de vida de los adultos mayores? La respuesta exige entender estos conceptos desde la medicina, la psicología y el diseño, para crear espacios que no solo sean funcionales, sino que promuevan autonomía, conexión social y bienestar emocional.

Envejecimiento

El envejecimiento, conceptualizado como un proceso inevitable de transformación vinculado al paso del tiempo (MinSalud, 2022), puede analizarse desde múltiples dimensiones. Desde una perspectiva objetiva, se manifiesta como la huella temporal en lo material (arrugas, oxidación, desgaste físico). Subjetivamente, adquiere significados culturales contrastantes: mientras algunas sociedades valoran la vejez asociándola con sabiduría y respeto, otras la vinculan a obsolescencia y descarte, revelando así juicios de valor socialmente construidos. Finalmente, en su dimensión simbólica, representa la ciclicidad de la existencia, donde lo antiguo da paso a lo nuevo. Esta triada conceptual (física, sociocultural y simbólica) ofrece un marco integral para comprender la complejidad del fenómeno del envejecimiento.

En Japón, la vejez no se percibe como una etapa de exclusión social, sino como una fase valiosa que ofrece nuevas oportunidades de desarrollo. Los adultos mayores son considerados pilares fundamentales de la sociedad, gracias a políticas públicas que fomentan su participación, el aprendizaje continuo y la cohesión intergeneracional. Según la OMS, un país se clasifica como envejecido cuando el 7% de su población supera los 65 años; en el caso japonés, esta cifra alcanza el 26%, esto gracias a que esta nación fomenta la educación para toda la vida, se promueven clases de idiomas, pintura, manualidades, computación entre otras. Este fenómeno demográfico ha sido abordado con éxito mediante un modelo integral que combina alimentación balanceada, actividad física sistemática y

acceso a servicios médicos especializados, posicionando a Japón como referente global en longevidad y calidad de vida en la tercera edad.

Uno de los conceptos más usado por esta cultura es el “ikigai”, el cual se traduce como el propósito de la vida o la razón por la que uno vive o se levanta cada mañana, este se enfoca en entender que es lo que realmente los motiva y los hace felices y fomentar esta actividad, este concepto transforma la idea de la vejez a un propósito activo y no en simple pasividad, la implementación de este concepto en centros especializados para adultos mayores podría contribuir a definir esta etapa de la vida como un antítesis de la vejez, convirtiendo los años en una nueva etapa de crecimiento y transformación.

Por otro lado, el Wabi - Sabi concepto usado en la antigüedad en las ceremonias del té, elaborado por la filosofía budista zen, el cual se basa en la contemplación de la naturaleza y la aceptación de su ciclo de vida desde el nacimiento hasta la muerte, este concepto encierra la idea de la aceptación de lo transitorio y la belleza de que va relacionada con la imperfección del proceso de envejecer. Estos conceptos son tomados por arquitectos que intentan evocar en sus proyectos esta filosofía, por medio de la integración de materiales naturales, espacios que fomenten la actividad y la transmitan el querer hacer y genere motivación y compromiso.

Tadao Ando

Es un arquitecto japonés de formación autodidacta, forjó su conocimiento a través de los libros y sus experiencias viajeras. Su obra, profundamente arraigada en sus orígenes culturales, sintetiza sensibilidad, introspección, espiritualidad y una profunda conexión con la naturaleza. Su lenguaje arquitectónico, cargado de simbolismo y subjetividad, se manifiesta a través de elementos esenciales: la luz como material, los espacios vacíos como presencia, y la naturaleza como interlocutora, creando una estética que celebra la simplicidad y revela la esencia de cada lugar. (Ocampo & Ocampo, 2019)

Este enfoque se materializa en principios concretos: la búsqueda de funciones claras, el uso honesto de materiales naturales -frecuentemente expuestos en su estado crudo, y el tratamiento de la estructura como elemento final y expresivo del proyecto. Para Ando, la arquitectura supera lo tangible; es un ejercicio meditativo que entreteje lo espiritual con lo humano, transformando conceptos en espacios habitables que funcionan como símbolos de su herencia cultural.

Para este proyecto, tomaremos como referencia la famosa *Iglesia de la Luz* de Tadao Ando. En este edificio, el arquitecto convierte la luz del sol en el elemento más importante, usándola como un símbolo que va cambiando el espacio a lo largo del día. Así, quien está dentro no solo siente el paso del tiempo, sino que también descubre que, aunque el tiempo no se puede detener, tiene su propia belleza.

Ando combina este efecto con paredes de hormigón visto, creando formas simples pero llenas de significado. El resultado es una arquitectura que habla con la naturaleza, logrando un equilibrio perfecto entre lo construido por el hombre y el entorno. De esta manera, demuestra que los conceptos profundos pueden expresarse a través de diseños limpios y bien pensados.

Figura 14. *Iglesia de la luz*



Nota: La Iglesia de la Luz fusiona la austera belleza del hormigón con la luz natural, elemento primordial de la naturaleza, para evocar una profunda espiritualidad, mientras que su entorno verde contrasta y a la vez enmarca su pureza geométrica. Tomado de: metalocus, GONZALO GARCÍA MORENO. <https://www.metalocus.es/es/noticias/dando-forma-a-la-luz-iglesia-de-la-luz-por-tadao-ando>.

Kendo Kuma

Caracterizado por una obra donde la materialidad y las texturas son protagonistas dentro de un lenguaje, este arquitecto japonés utiliza la luz y la sombra como herramientas para destacar la belleza intrínseca de sus materiales. Su proceso de diseño se ancla en el reconocimiento profundo del lugar, capturando sus "partículas" sensoriales (materialidad, texturas, colores, olores, formas) para definir su carácter. Su profunda sensibilidad lo guía a incorporar la naturaleza y los materiales locales, buscando una sensación de inmaterialidad que eleve la experiencia espacial. Inspirado en su cultura, su visión es que sus proyectos actúen como marcos para la naturaleza, empleando la transparencia como un conector orgánico entre el interior y el exterior.

Teniendo en cuenta los referentes, se busca que el diseño del centro vida, permita una integración profunda con el entorno natural. Siguiendo los principios de Ando y Kuma la propuesta debe actuar como un "marco" que enmarque cuidadosamente las vistas al paisaje rural, creando conexiones visuales constantes entre los usuarios y la naturaleza, implementando el uso de materiales autóctonos como madera local, piedra y tierra compactada, dejando sus texturas naturales visibles para generar una sensación de autenticidad y calidez, generar transiciones entre espacios interiores y exteriores que permitan una fluidez, por medio de corredores abiertos, patios sombreados y grandes ventanales que inviten al movimiento y la contemplación.

El manejo de la luz y el clima será fundamental en este proyecto, la orientación debe optimizar la iluminación natural mientras se evita el sobrecalentamiento, por medio de aleros estratégicos, celosías de madera y ventanas altas que filtren la luz, inspirándose en el juego de claroscuros de la Iglesia de la Luz, además, debe usarse terapéuticamente, con claraboyas y aperturas que marquen el paso del tiempo y estimulen los ritmos circadianos de los residentes. La ventilación podría incorporarse para permitir el flujo de brisas naturales, regulando el confort.

Los espacios interiores deben combinar simplicidad funcional con significado emocional, con circulaciones que conecten áreas sociales, terapéuticas y de descanso, puntos de encuentro al aire libre, como bancas bajo árboles o junto a espejos de agua, donde los adultos mayores puedan socializar mientras interactúan con la naturaleza. Un espacio dedicado a la quietud similar a la capilla de Ando con luz tamizada y materiales cálidos, generar un refugio para la meditación y la introspección. La implementación de huertas terapéuticas con cultivos de fácil mantenimiento permitirá que los adultos mayores realicen actividades físicas y cognitivas, mientras que los senderos sombreados con vegetación nativa estimularán sus sentidos. Al combinar la pureza geométrica de Ando con la riqueza sensorial de Kuma, se busca que el centro no solo sea funcional, sino también se convierta en un refugio que celebre la vejez con dignidad y belleza.

Vitalidad

La vitalidad, entendida como la energía y el movimiento propios del ser, se puede abordar desde tres perspectivas que se complementan. Primero, se presenta como un flujo continuo de transformación, una actividad constante que impulsa a la persona a interactuar y adaptarse al mundo, sintiendo la vida plenamente a través de su energía física, emocional y mental. Segundo, la memoria en acción se revela como un componente fuerte de la vitalidad, donde cada experiencia, interacción y movimiento deja una marca activa en el cuerpo y la mente. Esta memoria va más allá de ser solo un registro del pasado, convirtiéndose en una fuente de energía que influye en cómo actuamos ahora y en el futuro, dándonos más seguridad para enfrentar retos con vitalidad. Finalmente, la vitalidad está directamente ligada a la resistencia a la pasividad, siendo más que solo no estar enfermo o débil; es una fuerza activa que nos motiva a participar, crecer y conectar con otros, mostrándose en nuestra curiosidad, iniciativa y la voluntad de superar los problemas, manteniendo viva nuestra energía a pesar de las dificultades.

El arquitecto Juhani Pallasmaa explora esta idea en su libro "Los ojos de la piel: la arquitectura y los sentidos". Aunque no define la vitalidad directamente, su crítica al predominio de la vista en la arquitectura moderna se relaciona con ella. Pallasmaa argumenta que darle demasiada importancia a lo visual crea una experiencia separada y superficial, como dice: "Me experimento a mí mismo en la ciudad, y la ciudad existe a través de mi experiencia encarnada" (Pallasmaa, 2014). Esta frase muestra una interacción dinámica y constante, un flujo importante entre la persona y su entorno. Además, Pallasmaa subraya cómo el cuerpo conoce y recuerda el significado de la arquitectura a través de lo que sentimos. El concepto de pátina, las marcas del tiempo y el uso en los materiales, ejemplifica cómo la interacción deja una historia y un "tiempo incorporado", enriqueciendo lo que un espacio significa a través de las "acciones" que lo han afectado. Para él, la arquitectura debería involucrar todos los sentidos al mismo tiempo, creando una conexión más activa y profunda con el mundo construido, evitando una experiencia pasiva y desconectada del entorno. Al destacar la importancia de una percepción más amplia y permitir explorar con los sentidos más allá de solo mirar, Pallasmaa promueve una forma más activa y menos pasiva de vivir los espacios.

Por otro lado, para Gaston Bachelard, la vitalidad tiene una conexión profunda con la memoria, no como un simple lugar donde se guardan recuerdos, sino como una energía activa que se siente en cómo vivimos los espacios con nuestro cuerpo. La memoria, entonces, no es solo algo que pensamos, sino algo que sentimos físicamente y a través de nuestros sentidos. Está unida a los lugares donde hemos vivido y a las cosas que hemos hecho allí. Los espacios se convierten en sitios donde se guardan memorias activas, recogidas de los sonidos y los olores que nos hacen recordar no solo lo que pasó, sino también las emociones y la vitalidad que sentimos en esos momentos. De esta manera, la vitalidad, vista desde la memoria según Bachelard, no es solo un sentimiento del presente, sino como una constante resonancia de nuestro pasado vivido y sentido. Es una fuerza que surge de juntar todas nuestras

experiencias en los espacios y con nuestros sentidos, haciendo que nuestro presente se sienta más vivo con la vitalidad de lo que ya hemos experimentado.

Figura 15. Casa de Vidrio de Lina Bo Bardi



Nota: la casa de vidrio de, elemento primordial de la naturaleza, en esta casa se busca una interacción corporal y emocional rica con el entorno y el arte. Tomado de: clásicos de arquitectura: Casa de Vidrio / Lina Bo BARD. <https://www.archdaily.co/co/02-114321/clasicos-de-arquitectura-casa-de-vidrio-lina-bo-bardi/selmie>.

La arquitecta Lina Bo Bardi tomó la resistencia a la pasividad como un principio fundamental en su arquitectura, creando espacios que involucran activamente a las personas, generando entornos dinámicos y que se pueden hacer propios. En estos lugares, la flexibilidad y la variedad de usos animan a la comunidad a participar activamente. Un ejemplo de su valoración de lo local y lo sensorial es la Casa de Vidrio, donde buscó crear una interacción física y emocional rica con el entorno y el arte, evitando una simple observación distante. Lina Bo Bardi integró la vitalidad y la resistencia a la pasividad al diseñar una casa que interactúa directamente con la naturaleza que la rodea. Las grandes paredes de vidrio hacen que los límites entre el interior y el exterior se desvanezcan, invitando a una conexión

constante y dinámica con el entorno natural, evitando una separación pasiva. La casa está elevada sobre pilares, respetando el terreno y permitiendo que la vida natural continúe debajo, fomentando una relación activa y viva con el lugar en lugar de imponerse de forma estática sobre él.

Calidad de Vida

Este concepto dentro de la arquitectura va más allá de la funcionalidad o estética de un espacio construido, se refiere a la capacidad del entorno diseñado para influir positivamente en el bienestar físico, mental, social y emocional de sus habitantes o usuarios, en la arquitectura se busca crear espacios que no solo satisfagan necesidades básicas, sino que también, promuevan la salud, la seguridad, la comodidad, la interacción social, la conexión con la naturaleza y la sensación de pertenencia.

Figura 16. Diagrama de calidad de vida



Nota: factores que influyen en la calidad de vida del usuario por medio de la arquitectura. Tomado de: elaboración propia software canva.

Siguiendo esta línea, el arquitecto y urbanista danés Jan Gehl centra su trabajo en cómo el diseño de los espacios públicos influye en el comportamiento humano, promoviendo la interacción social y el bienestar general. Para Gehl, una alta calidad de vida se caracteriza principalmente por la vida, entendida como la presencia de actividades diversas, espontáneas y organizadas que atraen a las personas y fomentan la interacción social, incluyendo actividades como caminar y participar en tareas productivas. Otro aspecto fundamental es el espacio, donde el espacio público debe ser atractivo, cómodo y accesible, priorizando una escala adecuada, mobiliario urbano funcional, vegetación, buena iluminación, protección contra las condiciones climáticas y la eliminación de barreras.

Desde la psicología, Abraham Maslow plantea en su teoría de la jerarquía de las necesidades humanas una perspectiva de la calidad de vida ligada al desarrollo personal, que no se mide por factores externos, sino por el nivel de satisfacción de las necesidades fundamentales de cada individuo y su camino hacia la autorrealización. Dentro de estas necesidades se encuentran las fisiológicas, donde el acceso a alimentos, agua potable y un lugar seguro es primordial. También se destaca la seguridad, priorizando la integridad física, la estabilidad y el orden. Por otro lado, menciona la pertenencia y el amor, donde la conexión social y la integración a grupos como la familia, amigos o la comunidad, generan un sentimiento de unidad que permite sentirse amado y aceptado, aumentando así la estima, la competencia e independencia, fomentando el sentirse valorado. Todo esto impulsa un crecimiento personal, generando creatividad, aceptación de uno mismo y de los demás, y contribuyendo a encontrar un propósito en la vida.

En concordancia con estos principios, el proyecto busca implementar espacios polivalentes y flexibles para diversas actividades, una conexión activa entre el interior y exteriores seguros y accesibles como jardines terapéuticos, y zonas de observación y encuentro. Se priorizará la accesibilidad universal y la comodidad sensorial a través de iluminación natural, materiales agradables y elementos naturales.

Para fomentar la seguridad, se garantizará un entorno protegido y se establecerán rutinas estables, además de ofrecer actividades grupales, espacios comunitarios acogedores y programas intergeneracionales. Esto influirá positivamente en los adultos mayores al fortalecer la conexión social, mejorar el bienestar emocional en un entorno seguro y estimulante, promover la autonomía y el control mediante un diseño accesible, y enriquecer su experiencia a través de elementos sensoriales. La estabilidad y la seguridad reducirán la ansiedad, mientras que la participación y la creación de lazos sociales fomentarán la pertenencia y el amor. El reconocimiento y las oportunidades de aprendizaje aumentarán la autoestima y la confianza, impulsando el crecimiento personal y el sentido de propósito.

Metodología

Tipo de la investigación

Dado que el objetivo de esta investigación es diseñar un centro de vida para adultos mayores en la vereda San Isidro, municipio de San José de Pare, Boyacá, se ha optado por una metodología exploratoria. Esta metodología, según Grajales (2000), “permite aproximarnos a fenómenos desconocidos, con el fin de aumentar el grado de familiaridad y contribuyen con ideas respecto a la forma correcta de abordar una investigación en particular”. En consecuencia, se llevará a cabo la recopilación, organización y análisis de información para comprender a fondo los conceptos de envejecimiento activo, biofilia y adulto mayor, determinando sus características y orientando el desarrollo del proyecto.

Alcance del diseño de investigación

De acuerdo con The AJE Team (2022), “El alcance y las delimitaciones de su estudio son las secciones en las que define los parámetros y límites más amplios de la investigación”. Por consiguiente, el alcance de esta investigación se definirá en términos del área territorial del municipio de San José de

Pare, Boyacá, y la población de adultos mayores, con un enfoque particular en la percepción que se tiene sobre ellos y rol dentro de la sociedad.

Diseño metodológico

Para el diseño metodológico, se ha considerado el estudio de casos múltiples. Como señala Bell (2005), este tipo de estudio 'pretende identificar aquellas características que son comunes a otras situaciones, pero también las que hacen de ese caso en particular algo distinto'. En este contexto, se buscará analizar proyectos que integren los conceptos propuestos, con el fin de identificar buenas prácticas y lecciones aprendidas que puedan aplicarse al diseño del centro de vida.

Modelo de Investigación

Se empleará un modelo de investigación mixto, combinando enfoques cuantitativos y cualitativos. Siguiendo la definición de Sánchez & Fabio (2019), el enfoque cuantitativo "se aplicará para medir fenómenos mediante técnicas estadísticas y analizar los datos recogidos". Paralelamente, el enfoque cualitativo "se utilizará para comprender la vida social de los sujetos a través de los significados que estos desarrollan".

Instrumentos de investigación

Como instrumentos para este modelo de investigación mixto, se implementarán entrevistas semiestructuradas. La naturaleza híbrida de estas entrevistas, que combina preguntas cerradas y abiertas, permite obtener datos tanto cuantitativos como cualitativos, ofreciendo flexibilidad y profundidad en la recolección de información. Esta característica es fundamental para abordar las particularidades de la población estudiada y para integrar los dos enfoques metodológicos.

Condiciones Generales

Lugar de intervención

San José de Paré es un municipio del departamento de Boyacá, ubicado a 1.532 m s. n. m. y perteneciente a la provincia de Ricaurte. Su clima templado y húmedo, con temperaturas que oscilan entre los 16°C y los 25°C, ofrece condiciones ambientales favorables para el desarrollo del Centro Vida. Este entorno resulta propicio para la población adulta mayor, al proporcionar un ambiente confortable que promueve el bienestar físico y emocional, aspectos esenciales en la búsqueda de un envejecimiento activo y saludable.

A partir de un análisis detallado del casco urbano y de los equipamientos existentes, se evidenció la ausencia de lotes disponibles dentro del área urbana para la ejecución del proyecto. Por esta razón, se propone como polígono de intervención un lote ubicado en el perímetro urbano del municipio, con un área de 11.813 m², situado sobre la vía que conduce a la vereda San Isidro, a tan solo 350 metros del casco urbano (aproximadamente seis minutos caminando o tres minutos en vehículo).

La selección de este lote responde a una serie de criterios técnicos y funcionales que garantizan su idoneidad para el desarrollo del equipamiento. Entre ellos se destacan:

- **Accesibilidad:** el lote cuenta con conexión directa a la vía principal y una adecuada movilidad peatonal y vehicular, facilitando el desplazamiento de usuarios, visitantes y personal de apoyo.
- **Cercanía al casco urbano:** su proximidad al centro municipal permite una fácil integración con el entorno urbano y un acceso rápido a los servicios públicos y comunitarios.
- **Proximidad a centros de asistencia médica y equipamientos complementarios:** lo cual asegura una atención oportuna ante posibles emergencias y promueve la articulación con servicios sociales y de salud existentes.

- **Condiciones geográficas favorables:** el terreno presenta una topografía regular y sin desniveles significativos, aspecto que facilita la accesibilidad universal dentro del proyecto.
- **Relación directa con la naturaleza:** su ubicación próxima a zonas rurales y áreas verdes ofrece un entorno tranquilo, natural y saludable, que favorece la conexión del adulto mayor con el paisaje y contribuye al bienestar emocional.

Figura 17. Ubicación de Lote



Nota: La localización del lote de intervención evidencia dos rutas de acceso principales desde el casco urbano del municipio, así como la cercanía a diversos puntos de atención y servicios complementarios. Elaboración Propia en software canva

Esta localización representa, por tanto, una oportunidad ideal para el desarrollo de un espacio concebido especialmente para el bienestar integral del adulto mayor, combinando la accesibilidad urbana con la serenidad del entorno rural. De esta manera, la elección del lugar responde no solo a criterios de disponibilidad y conectividad, sino también al propósito de crear una arquitectura integrada al contexto, que potencie la calidad de vida y el envejecimiento activo, fundamentos que orientan el desarrollo conceptual y proyectual del Centro Vida.

Criterios de Diseño

El planteamiento arquitectónico del centro vida se basa en una comprensión integral del adulto mayor como eje central del proyecto, orientando el diseño hacia la creación de espacios, inclusivos, seguros y emocionalmente significativos. En este sentido, los criterios de diseño buscan garantizar la funcionalidad del equipamiento, promover la interacción social y favorecer el bienestar físico y mental de los usuarios.

Accesibilidad Universal: En el proyecto se proponen espacios libres de barreras físicas, garantizando una movilidad cómoda y segura para todos los usuarios del centro. Esto se logra mediante la implementación de pasillos amplios, puertas de gran formato y materiales de piso que favorezcan la adherencia y reduzcan el riesgo de deslizamientos. Además, el uso de colores contrastantes en muros y elementos arquitectónicos mejora la percepción visual, facilitando la orientación espacial de los adultos mayores. Otro aspecto fundamental es la orientación del proyecto, que se estructura a partir de una idea radial que permite una lectura clara del espacio y una conexión directa entre las diferentes áreas funcionales. Elementos como pasamanos, barandas y señalización táctil complementan esta estrategia, brindando apoyo físico y visual que no solo evita accidentes, sino que también promueve la autonomía y confianza de los usuarios en sus desplazamientos.

Figura 18. Patios Internos



Nota: En la ilustración se aprecia el patio central de uno de los volúmenes del proyecto, donde la configuración radial permite una clara identificación de los diferentes bloques. Se destacan además los pasillos amplios y la incorporación de elementos de seguridad y confort, como barandas y zonas de descanso con sillas, que favorecen la movilidad y el bienestar de los usuarios a lo largo del recorrido.

Confort Térmico y ambiental: La orientación del volumen arquitectónico responde a las condiciones climáticas del municipio, aprovechando la dirección de los vientos y la incidencia solar para garantizar una ventilación natural cruzada y una iluminación adecuada en los diferentes espacios. De esta manera, se optimiza el consumo energético y se asegura un alto nivel de confort térmico y lumínico en el interior del proyecto.

En coherencia con estas estrategias, se emplean materiales locales que aportan sostenibilidad y armonía con el entorno. La tapia pisada se utiliza en algunos muros del proyecto como elemento de expresión arquitectónica y ambiental, aprovechando su capacidad para mantener condiciones térmicas estables y su textura natural que dialoga con el paisaje y la identidad regional. Complementariamente, el ladrillo se integra en otras áreas por su durabilidad, fácil mantenimiento y propiedades térmicas, generando una relación equilibrada entre tradición constructiva y funcionalidad contemporánea.

Relación con la Naturaleza: El diseño promueve una integración armónica con el entorno natural, incorporando patios interiores, jardines terapéuticos y visuales abiertas hacia el paisaje rural circundante. Estos espacios no solo cumplen una función estética, sino que se conciben como escenarios de bienestar físico y emocional para los adultos mayores, fomentando la contemplación, el contacto con la naturaleza y la socialización. Los patios actúan como núcleos articuladores que favorecen la iluminación y ventilación natural de los espacios interiores, mientras los jardines terapéuticos integran especies vegetales locales que estimulan los sentidos y contribuyen a la relajación y la memoria sensorial. La disposición de los volúmenes en torno a estos espacios abiertos permite una relación visual constante con el entorno rural, reforzando la idea de apertura, tranquilidad y conexión con el paisaje.

Funcionalidad y Organización espacial: Los espacios se distribuyen de manera jerárquica y coherente, diferenciando con claridad las zonas de atención, recreación, descanso y servicios. Esta organización busca responder tanto a las necesidades funcionales del programa arquitectónico como al confort físico y emocional de los usuarios. Los espacios se distribuyen de manera jerárquica y coherente, diferenciando con claridad las zonas de atención, recreación, descanso y servicios. Esta organización busca responder tanto a las necesidades funcionales del programa arquitectónico como al confort físico y emocional de los usuarios.

Escala Humana y Percepción Sensorial: La arquitectura se adapta a las proporciones, ritmos y necesidades del adulto mayor, priorizando la orientación, la lectura espacial sencilla y el uso de materiales cálidos y familiares. Cada decisión de diseño parte del entendimiento de esta etapa de la vida como un momento que requiere entornos seguros, legibles y emocionalmente acogedores. Por ello, los espacios se configuran con proporciones humanas, circulaciones amplias, buena iluminación natural y una escala amable que evita la sensación de aislamiento o monumentalidad. La organización clara de los

volúmenes y recorridos facilita la orientación y reduce la confusión espacial, permitiendo que los usuarios se desplacen con autonomía y confianza.

Sostenibilidad y Pertinencia Local: El proyecto busca establecer una relación directa con el entorno físico y cultural del municipio, valorando los saberes tradicionales y las prácticas locales como parte esencial de su propuesta arquitectónica. En este sentido, se emplean materiales como el ladrillo y la tapia pisada, los cuales no solo evocan la memoria constructiva del lugar, sino que también ofrecen beneficios ambientales y térmicos.

Concepto Arquitectónico Aplicado

El concepto arquitectónico del Centro Vida surge de la idea de crear un espacio que promueva el bienestar integral del adulto mayor, fortaleciendo la calidad de vida, el envejecimiento activo y la vitalidad a través de la conexión con la naturaleza, la integración social y el sentido de pertenencia. La propuesta entiende la arquitectura no solo como un conjunto de espacios funcionales, sino como un entorno que estimula los sentidos, favorece la autonomía y genera experiencias significativas durante esta etapa de la vida.

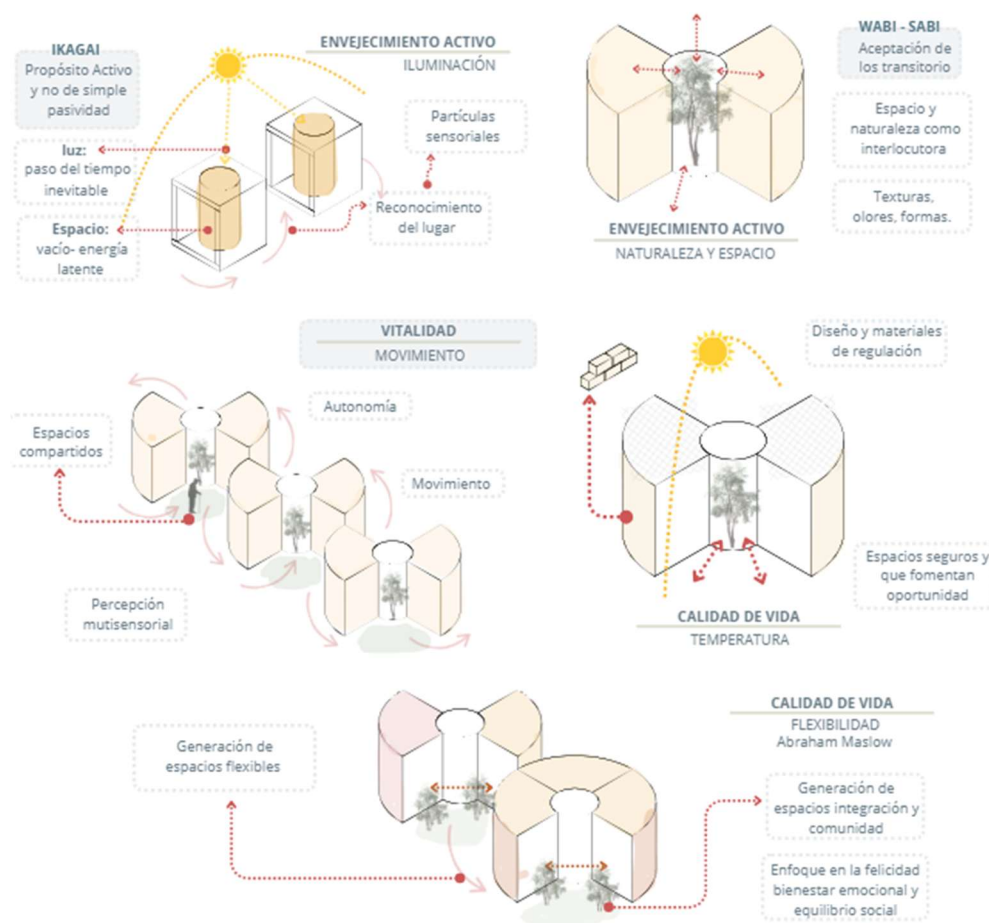
El envejecimiento activo se materializa en la manera en que el proyecto fomenta la participación, el movimiento y la interacción entre los usuarios. Los recorridos suaves, las áreas recreativas y los espacios de encuentro promueven actividades físicas y sociales que fortalecen la independencia y el bienestar emocional. De igual forma, la vitalidad se refleja en el dinamismo del diseño, donde la luz natural, la vegetación y las visuales hacia el paisaje rural aportan energía, serenidad y conexión con el entorno cotidiano.

La calidad de vida se garantiza mediante un diseño que prioriza el confort ambiental y emocional: se aprovechan las condiciones climáticas del municipio para favorecer la ventilación cruzada,

la iluminación natural y el uso de materiales que proporcionan calidez y equilibrio térmico. Los patios interiores, jardines terapéuticos y corredores verdes se convierten en espacios de contemplación y bienestar, que invitan a la permanencia y al disfrute del entorno.

La configuración espacial responde a un esquema claro, donde las zonas de atención, recreación, descanso y servicios se organizan en torno a vacíos centrales que fomentan la relación visual y social. Esta disposición radial refuerza la orientación, facilita la movilidad y propicia encuentros cotidianos que fortalecen los lazos comunitarios.

Figura 19. Marco Conceptual



Nota: En la ilustración se aplican de manera formal los conceptos que determinan el diseño del proyecto. Elaboración Propia. Software AutoCAD. Edición Canva.

Organización Espacial y Funcional

La organización espacial del proyecto se fundamenta en una estructura funcional, que busca responder de manera eficiente a las necesidades físicas, y sociales de la población adulta mayor. El proyecto se plantea en un solo nivel, con el propósito de garantizar accesibilidad universal, autonomía y seguridad en los desplazamientos, generando una relación directa con el entorno natural (Biofilia), evitando el uso de escaleras o desniveles que puedan representar barreras arquitectónicas.

El esquema funcional se organiza a partir de zonas definidas por niveles de privacidad, las cuales se articulan mediante ejes de circulación amplios, sombreados y de fácil orientación. Estas zonas se disponen en torno a patios interiores y áreas verdes, que no solo permiten la ventilación e iluminación natural, sino que también se conciben como espacios de encuentro, contemplación y actividad terapéutica.

Figura 20. Zonificación por orientación



Nota: En la ilustración se muestra la organización espacial y la zonificación del proyecto. Elaboración Propia. Software AutoCAD.

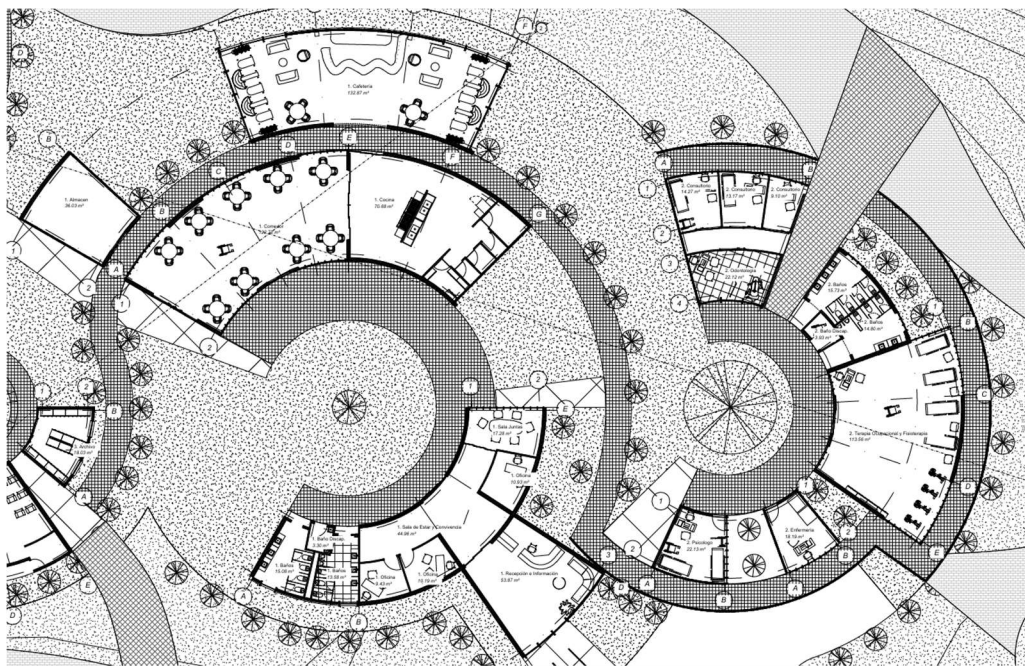
Edición Canva.

La distribución del proyecto se estructura en las siguientes áreas:

Bloque de Acceso y recepción: El cual incluye el vestíbulo principal, oficinas, área de espera punto de control, diseñado para garantizar seguridad del ingreso de visitantes y personal.

Bloque de Atención o Salud: Esta conformado por consultorios y salas de apoyo, destinadas a la gestión operativa y acompañamiento médico y psicológico de los usuarios.

Figura 21. Planta de Bloques de Acceso y Salud

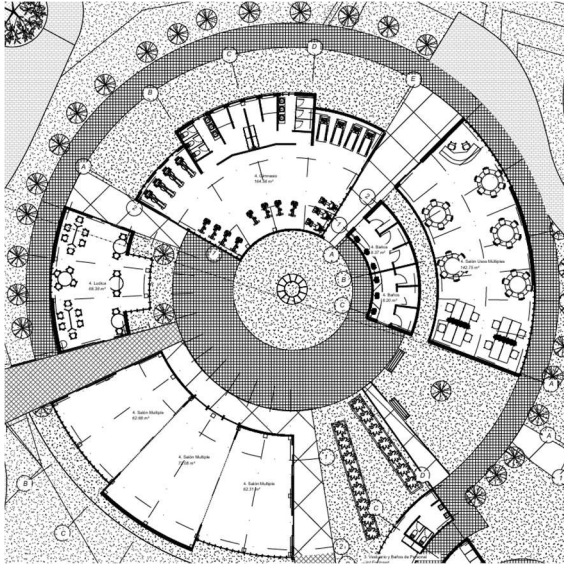


Nota: En la ilustración se muestra la distribución de los bloques correspondientes a acceso y salud. Elaboración Propia. Software Revit.

Bloque de Actividades: Esta conformado por talleres, salón múltiple, gimnasio y áreas destinadas al aprendizaje y la interacción social, estos espacios se ubican próximos a los patios principales, con el fin de integrarse visual y físicamente con la naturaleza.

Bloque de Convivencia y Espacios Comunes: Esta confirmado por zonas de integración como cafetería y comedor, también cuenta con una zona de huertas terapéuticas, que promueven la relajación y el contacto con el entorno.

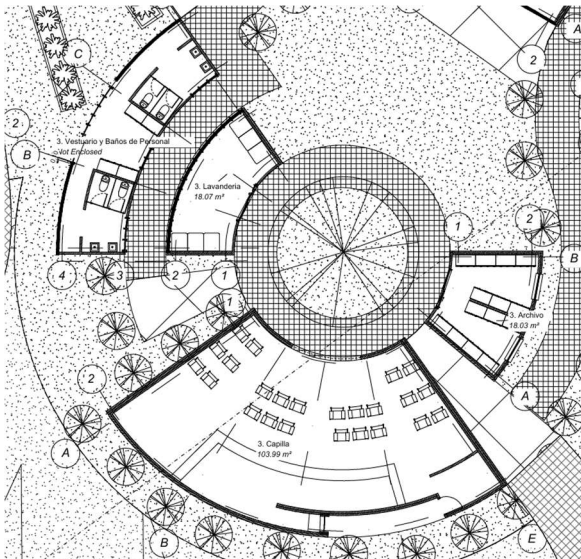
Figura 22. Planta de Bloque de Actividades



Nota: En la ilustración se muestra la distribución de los bloques correspondientes a actividades. Elaboración Propia. Software Revit.

Bloque de Servicio y de Culto: Esta conformado por una capilla, y zona de servicios administrativas en donde se encuentran espacios de archivo, lavandería y cuartos de limpieza que serán utilizados en horas de la noche.

Figura 23. Planta de Bloque de Servicio y Culto



Nota: En la ilustración se muestra la distribución de los bloques correspondientes a servicio y culto. Elaboración Propia. Software Revit.

Circulaciones y Espacios de Transición: amplios corredores cubiertos y senderos al aire libre que conectan las diferentes áreas del equipamiento, fomentando recorridos seguros, accesibles y agradables para el usuario.

Esta organización espacial permite una fluidez funcional que favorece la independencia del adulto mayor y promueve la interacción social sin comprometer la privacidad o el confort. Asimismo, la disposición de los espacios busca mantener una relación constante con el paisaje, utilizando visuales abiertas, materiales naturales y transiciones suaves entre el interior y el exterior.

Figura 24. Programa Arquitectónico

PROGRAMA ARQUITECTÓNICO - CENTRO VIDA					
#	DESCRIPCIÓN	Área x espacio	Área total	%	M2
ESPACIOS DE SALUD					
4	Consultorios médicos (geriatría, medicina general, etc.) (5x3)	15	60	11%	350
1	Espacio para enfermería y curaciones	50	50		
1	Sala de terapia ocupacional y fisioterapia	100	100		
3	Espacio para apoyo psicológico y trabajo social	25	75		
1	Oficina para nutricionista y dietista	40	40		
10	Baños accesibles (1,50x1,65)	2.5	25		
ESPACIOS DE ACTIVIDADES					
1	Salón de usos múltiples (clases de baile, actividades grupales, eventos)	250	250	34%	1125
2	Aula para talleres (pintura, manualidades, etc.)	75	150		
1	Espacio para actividades activas (educación física adaptada, juegos de mesa activos)	200	200		
1	Espacio para actividades pasivas (lectura, juegos de mesa tranquilos, música)	150	150		
1	Huerto comunitario y espacio para cultivos	150	150		
1	Espacio para cuidado de animales	50	50		
1	Aula para capacitación y talleres específicos	150	150		
10	Baños accesibles	2.5	25		
ESPACIOS COMUNES Y DE CONVIVENCIA					
1	Recepción e información	50	50	31%	1025
1	Sala de estar y convivencia	150	150		
1	Comedor amplio y accesible	250	250		
1	Cocina (para preparación de alimentos y talleres)	150	150		
1	Cafetería/Zona de descanso informal	100	100		
1	Patios internos y/o jardines accesibles	200	200		
1	Terrazas o balcones accesibles	100	100		
10	Baños accesibles	2.5	25		
ESPACIOS DE SERVICIOS Y APOYO					
4	Oficinas administrativas (dirección, coordinación, etc.)	25	100	13%	425
1	Almacén general y de materiales	100	100		
1	Lavandería	50	50		
1	Cuarto de limpieza	25	25		
1	Vestuarios y baños para personal	50	50		
1	Sala de reuniones	50	50		
1	Ar chivo	50	50		
CIRCULACIONES					
Pasillos amplios y accesibles					
1	Rampas y/o ascensores (si son necesarios)	350	350	11%	350
Vestibulos y áreas de distribución					
TOTAL				100%	3275

Nota:. Elaboración Propia. Software Revit.

El estudio climático se desarrolló con el apoyo del software Climate Consultant, herramienta que permitió identificar las estrategias bioclimáticas más apropiadas para el proyecto, considerando variables como temperatura, radiación solar, humedad relativa y dirección de los vientos. Gracias a este análisis, fue posible orientar el diseño arquitectónico hacia un desempeño ambiental eficiente, coherente con el contexto local y comprometido con el confort y bienestar de los usuarios. A partir de este análisis, se definieron las siguientes estrategias principales:

Orientación y asoleamiento: la disposición del proyecto responde al eje oriente–occidente, con el fin de optimizar la captación solar durante las horas de la mañana y minimizar la radiación directa en la tarde. Las áreas de uso prolongado, como talleres, salas de descanso y comedores, se ubican hacia el norte para recibir luz difusa y constante, mientras que los espacios de servicio se orientan hacia el sur, actuando como barrera térmica.

Ventilación natural cruzada: las fachadas opuestas y los patios interiores permiten la circulación del aire de manera continua, asegurando la renovación constante del ambiente interior. Las aberturas, se diseñan estratégicamente para favorecer la ventilación y evitar acumulación de humedad, característica propia del clima local.

Iluminación natural controlada: la incorporación de patios, claraboyas y ventanales amplios permite un uso eficiente de la luz diurna, reduciendo el consumo eléctrico. Elementos de control solar como aleros, pérgolas y celosías filtran la radiación directa, generando ambientes confortables y evitando deslumbramientos.

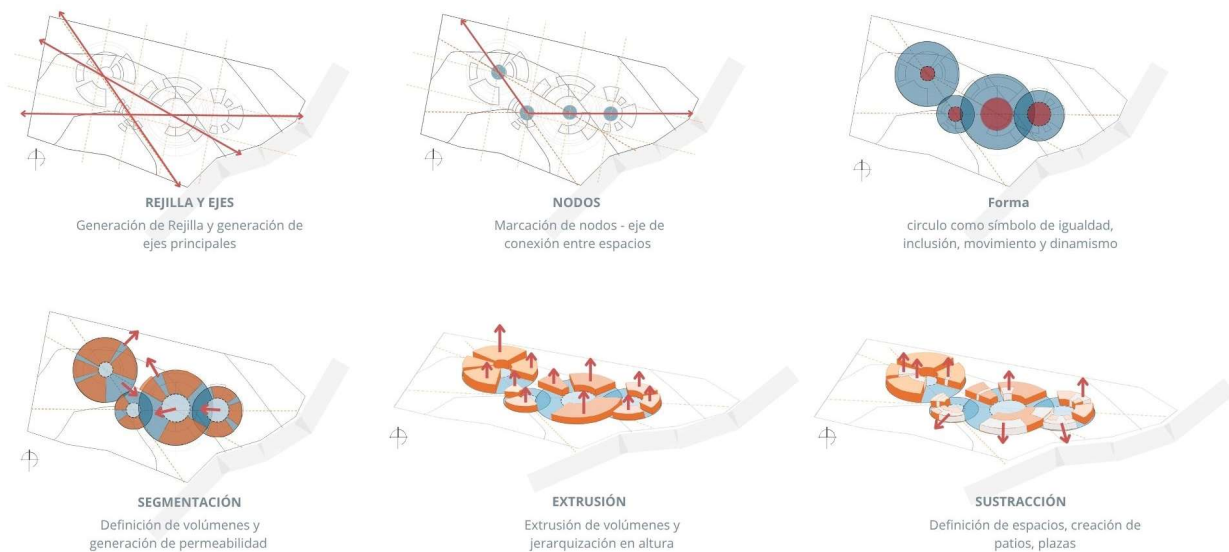
Uso de materiales locales y sostenibles: se prioriza el empleo de materiales de bajo impacto ambiental, como el ladrillo artesanal, la tapia pisada y la madera de la región. Estos materiales no solo reducen la huella ecológica del proyecto, sino que también fortalecen la identidad cultural y constructiva del territorio.

Manejo del agua y paisajismo sostenible: se plantea la recolección de aguas lluvias para riego de zonas verdes y limpieza, junto con sistemas de drenaje natural que evitan la erosión del terreno. Las áreas verdes se componen de especies nativas que requieren bajo mantenimiento y contribuyen a la regulación térmica del conjunto.

Propuesta Formal y Material

La propuesta formal del Centro Vida surge de la búsqueda por lograr una arquitectura coherente con su contexto, donde la forma, el material y el entorno natural se integran en una composición armónica. La intención principal es generar un conjunto que transmita tranquilidad, cercanía y calidez, valores fundamentales para el bienestar de la población adulta mayor.

Figura 26. Memoria de Diseño



Nota: En la ilustración se presenta el ejercicio formal que llevo al diseño del proyecto. Elaboración propia. Software AutoCAD. Edición Canva.

Desde un enfoque volumétrico, el proyecto se desarrolla en un solo nivel, facilitando la movilidad y la orientación espacial de los usuarios. La composición se organiza mediante volúmenes bajos y horizontales, dispuestos de forma radial en torno a patios interiores que actúan como núcleos de

encuentro, ventilación e iluminación natural. Esta configuración radial permite que todos los espacios mantengan una conexión directa con la naturaleza y con el centro del conjunto, reforzando la idea de comunidad, integración y equilibrio.

Figura 27. Proyecto Bodega Pictograma



Nota: En la imagen se muestra el proyecto Bodega Pictograma de Rojkind Arquitectos, el cual es el referente principal de las cubiertas que se realizaron en el proyecto propuesto. Tomado de: <https://www.spanish-architects.com/es/architecture-news/obra-construida/bodega-pictograma-por-rojkind-arquitectos#image-4>

Uno de los elementos formales más representativos del proyecto son las cubiertas abovedadas, inspiradas en estructuras tradicionales de ladrillo y tapia que evocan la arquitectura vernácula del altiplano boyacense. Estas cubiertas, dispuestas de manera radial, generan una secuencia espacial dinámica y monumental que otorga identidad y carácter al conjunto. Su geometría curva no solo cumple una función estética, sino también estructural y climática, ya que permite una adecuada recolección de aguas lluvias, optimiza la ventilación natural y contribuye a la estabilidad térmica interior gracias a la masa térmica del material. La materialidad del proyecto refuerza esta intención de coherencia con el entorno. Se prioriza el uso de tapia pisada, ladrillo y madera o guadua, materiales locales que aportan textura, color y una sensación de arraigo. Las superficies de tierra compactada y los tonos cálidos

dialogan con el paisaje circundante, generando una arquitectura que parece emerger del terreno y fundirse con él.

Figura 28. Axonometría Proyecto



Nota: En la ilustración se presenta el centro vida desde una vista aérea y en perspectiva donde se evidencia la aplicación del referente de cubiertas. Elaboración propia. Software Revit. Edición ReRender.

En cuanto a los materiales, se privilegia el uso de recursos locales y técnicas constructivas tradicionales reinterpretadas con criterios contemporáneos. Entre los materiales principales se destacan:

Tapia pisada: utilizada en algunos muros perimetrales como revestimiento, aporta inercia térmica, sostenibilidad y una textura cálida que evoca la tradición constructiva boyacense.

Ladrillo: empleado en cerramientos y acabados, permite una expresión material coherente con el entorno urbano del municipio, ofreciendo durabilidad y fácil mantenimiento.

Madera / Guadua: utilizada en algunas pérgolas y marcos, proporcionando ligereza visual, confort ambiental y una sensación de cercanía con la naturaleza.

El tratamiento de las fachadas busca transmitir serenidad y equilibrio, combinando texturas naturales, tonalidades cálidas y elementos de control solar que generan juegos de luz y sombra a lo largo del día. Asimismo, la integración del paisajismo con la arquitectura refuerza la conexión del usuario con el entorno, utilizando vegetación nativa y recorridos exteriores que estimulan la actividad física y el contacto con el medio ambiente. Cada decisión formal responde a la intención de crear un espacio que acompañe la vida cotidiana del adulto mayor, promueva su autonomía y exprese una relación profunda entre el ser humano, la arquitectura y el paisaje.

Implantación y Relación con el entorno

La implantación del Centro Vida responde a una lectura del lugar y a la búsqueda de una relación respetuosa con el entorno natural y urbano. La elección del lote, definido por criterios de accesibilidad, cercanía al casco urbano y a los servicios médicos, condiciones topográficas favorables y relación directa con la naturaleza, permitió desarrollar una propuesta a las necesidades del usuario y las características del territorio.

El proyecto se dispone de manera radial, organizando los espacios en torno a un patio central que actúa como corazón del proyecto. Esta disposición favorece la orientación, la ventilación cruzada y la iluminación natural, permitiendo que todos los ambientes tengan una conexión visual y física con el exterior. La forma radial, además de facilitar la integración funcional, simboliza la idea de comunidad y encuentro, reforzando el carácter social del equipamiento. La topografía del terreno, prácticamente plana, facilita la accesibilidad universal y la continuidad espacial del proyecto, evitando desniveles que dificulten el desplazamiento de los adultos mayores. Esta condición permite que el proyecto se asiente de manera natural sobre el terreno, generando una sensación de arraigo y permanencia.

En el borde del lote, se proyectaron franjas verdes de transición que actúan como zonas de amortiguamiento visual y climática, conectando el edificio con el paisaje circundante. Estas áreas

funcionan como espacios de contemplación y recreación pasiva, reforzando la idea de bienestar integral y contacto permanente con la naturaleza.

Figura 29. Implantación



Nota: En la ilustración se presenta la implantación del proyecto en donde se evidencian los recorridos y los puntos de permanencia de este, así como la disposición de los espacios. Elaboración Propia. Edición software AutoCAD. Edición Photoshop.

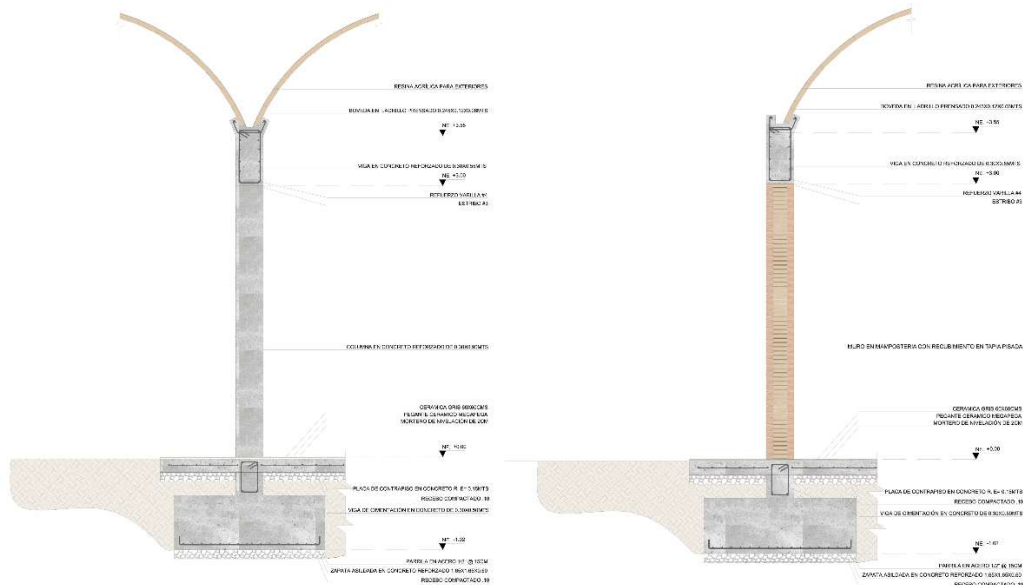
Estructura

En cuanto al desarrollo estructural del proyecto, se adoptó un sistema estructural aporticado en concreto reforzado, caracterizado por la conformación de pórticos rígidos integrados por elementos verticales y horizontales que trabajan de manera conjunta para resistir cargas gravitacionales y acciones laterales durante la vida útil de la edificación. Para el diseño preliminar de la estructura se empleó el método de predimensionamiento de Herbert, herramienta que permitió estimar las secciones de los elementos estructurales zapatas, columnas y vigas, considerando las áreas y características funcionales de cada bloque del proyecto.

El proceso inició determinando las áreas aferentes tributarias de cada columna, las cuales corresponden a la mitad de la distancia hacia las columnas adyacentes en ambas direcciones. Este análisis permitió establecer la carga que debía soportar cada elemento vertical, especialmente teniendo en cuenta que la estructura está coronada por una cubierta combinada entre formas abovedadas y cónicas, lo que genera cargas distribuidas particulares. A partir de este ejercicio se concluyó que la mayoría de las columnas requerían una sección de 30 × 90 cm para responder adecuadamente a las sollicitaciones estimadas.

La cimentación propuesta se resuelve mediante zapatas aisladas con unas dimensiones promedio de 1.60x0.60cm, dispuestas de manera independiente bajo cada columna, amarradas por un sistema de vigas. Este sistema permite transmitir de forma directa y eficiente las cargas puntuales al terreno, favoreciendo una distribución uniforme de esfuerzos y una solución constructiva adecuada en términos de costo beneficio. En la parte superior de las columnas se determinó un sistema estructural de vigas corona de 0.30x0.50cm, encargadas de recibir la carga de la cubierta para así transferirlas hacia las columnas.

Figura 30. Corte Fachada



Nota: En la ilustración se presenta el corte fachada en donde se muestran la configuración estructural del proyecto. Elaboración Propia. Edición software AutoCAD. Edición Photoshop.

Imágenes finales del proyecto

Figura 31. Patio Central - Bloque Actividades



Nota: En la imagen se muestra el patio central correspondiente al bloque de actividades en donde se puede observar como la forma circular permite el fácil reconocimiento de los diferentes bloques. Elaboración propia software Revit. Edición Photoshop y ReRender.

Figura 32. Acceso Principal



Nota: En la imagen se observa el acceso principal del proyecto, donde se evidencia su relación directa con el entorno y la incorporación de elementos de seguridad, como barandas, que facilitan la movilidad y promueven la autonomía de los adultos mayores dentro de las instalaciones. Elaboración propia. software Revit. Edición Photoshop y ReRender.

Figura 33. Baños



Nota: En la imagen se observa el baño, un espacio donde se destaca el uso de iluminación natural como recurso fundamental para la calidad ambiental interior, junto con la aplicación de dimensiones y especificaciones establecidas por la NTC 6047 en materia de accesibilidad. Elaboración propia. software Revit. Edición Photoshop y ReRender.

Figura 34. Cafetería



Nota: En la imagen se observa la cafetería, donde destacan la iluminación natural y la materialidad del espacio, integrando principios de biofilia que evocan la naturaleza y generan un ambiente acogedor que facilita el arraigo de los usuarios. Elaboración propia. software Revit. Edición Photoshop y ReRender.

Conclusiones y Recomendaciones

A partir del proceso investigativo desarrollado, el Centro Vida para el Adulto Mayor logró atender de manera precisa el objetivo general del trabajo, al plantear una propuesta arquitectónica orientada a fortalecer el bienestar integral de la población mayor de San José de Pare. El proyecto responde a la principal problemática identificada: la falta de espacios adecuados que promuevan la autonomía, la participación comunitaria y el acceso a actividades significativas para esta población, cada vez más numerosa en el municipio.

El diagnóstico social y territorial permitió reconocer las dinámicas, necesidades y limitaciones que afectan a los adultos mayores, lo cual sirvió como base para la configuración del proyecto. La información recopilada se tradujo directamente en decisiones de diseño, tales como la incorporación de patios terapéuticos, recorridos accesibles, áreas comunes amplias y espacios versátiles para actividades físicas, recreativas, culturales y productivas. De esta manera, la propuesta arquitectónica se ajusta a los requerimientos reales del territorio y a las expectativas de los usuarios del equipamiento.

De igual forma, la aplicación de criterios biofílicos fue determinante para la estructura del proyecto. La entrada abundante de luz natural, la ventilación cruzada, la presencia permanente de vegetación, así como la relación visual con el entorno rural, permitieron consolidar ambientes que favorecen el bienestar emocional, cognitivo y físico del adulto mayor. Estos elementos, sumados al uso de materialidades cálidas y amigables, generan espacios que estimulan los sentidos y fortalecen el vínculo de los usuarios con el paisaje local.

La ubicación del proyecto en un punto estratégico de la vereda San Isidro, así como su implantación respetuosa del entorno, refuerzan el papel del Centro Vida como articulador de las dinámicas comunitarias. Su configuración facilita la integración entre la naturaleza, las actividades

cotidianas y los procesos colectivos del municipio, consolidando un espacio que promueve la participación, la cohesión social y el sentido de pertenencia.

En conjunto, la propuesta confirma que el diseño arquitectónico puede ser un medio para promover el envejecimiento activo. Los espacios polivalentes, las zonas de encuentro, los recorridos seguros y las áreas destinadas al ejercicio y la recreación permiten que los adultos mayores desarrollen actividades significativas, fomenten vínculos sociales y mantengan un estilo de vida estable y saludable. Con ello, el Centro Vida se consolida como un equipamiento pertinente que contribuye a mejorar la calidad de vida de esta población en San José de Pare.

Es recomendable ampliar el análisis sobre los efectos que las estrategias biofílicas implementadas pueden tener a largo plazo en la población mayor, con el fin de evaluar su impacto real en aspectos como la movilidad, el estado emocional, la orientación espacial y la interacción social. Este seguimiento permitiría identificar qué elementos como los patios terapéuticos, la iluminación natural, las visuales hacia el paisaje y las zonas verdes interiores generan mayores beneficios en el bienestar integral de los usuarios. A partir de esta evaluación, sería posible ajustar la configuración de los espacios, optimizar las decisiones proyectuales y fortalecer intervenciones futuras dirigidas a esta población teniendo en cuenta que las características de cada territorio comunidad son distintas.

De igual manera, se sugiere fortalecer la integración del Centro Vida con otros actores institucionales y comunitarios, mediante programas que involucren actividades intergeneracionales, talleres productivos, huertas terapéuticas y dinámicas culturales que aprovechen plenamente las potencialidades del proyecto. Estas acciones favorecerían la apropiación del equipamiento y consolidarían su papel dentro del municipio.

De forma paralela, se considera pertinente impulsar la creación de una política pública municipal que garantice la atención integral de la población mayor y que incorpore al Centro Vida como

un componente esencial de los servicios sociales del territorio. Esta iniciativa permitiría asegurar la continuidad del proyecto, su mantenimiento y su fortalecimiento a largo plazo.

Finalmente, frente al progresivo incremento de la población adulta mayor en San José de Pare, resulta valioso complementar el proyecto con estrategias relacionadas con el turismo de bienestar, la promoción de actividades culturales y la implementación de programas preventivos en salud. Integradas al entorno natural y cultural del municipio, estas iniciativas podrían diversificar la economía local y, al mismo tiempo, responder de forma responsable a las necesidades actuales y futuras de la población mayor.

Lista de Referencia o Bibliografía

- Acosta, J. (2023, 6 de agosto). Jubilación. *Lanzan programa de inclusión productiva para adultos mayores*. <https://www.portafolio.co/mis-finanzas/jubilacion/lanzan-programa-de-inclusion-productiva-para-adultos-mayores-586938>
- Alcaldía Municipal de San José de Pare. (2024). *Plan de Desarrollo Municipal (PMD) "San José de Pare – Tierra de Futuro"*. [CORREGIDO PDM San José de Pare, tierra de futuro 2024-2027 \(2\).pdf](#)
- Alcance y delimitaciones de la investigación. (18 de octubre de 2022). *Alcance y delimitaciones de la investigación*. AJE Powered by MPS. Recuperado el 24 de febrero de 2025 de <https://www.aje.com/es/arc/scope-and-delimitations-in-research/>
- Altarriba, F. (1992). *Gerontología: Aspectos biopsicosociales del proceso de envejecer*. Editorial Boixareu Universitaria. https://books.google.com.co/books/about/Gerontolog%C3%ADa.html?hl=es&id=dcQJE8AW00gC&redir_esc=y
- Arandes, J. A. T. (2013). El análisis de contenido como herramienta de utilidad para la realización de una investigación descriptiva. Un ejemplo de aplicación práctica utilizado para conocer las investigaciones realizadas sobre la imagen de marca de España y el efecto país de origen. *Provincia*, (29), 135-173. <https://www.redalyc.org/pdf/555/55530465007.pdf>
- Atchley, C. (1971). Retirement and leisure participation: continuity or crisis? *The Gerontologist*. 11, 13-17. https://doi.org/10.1093/geront/11.1_Part_1.13
- Análisis de Situación Poblacional. ASP (2023). *Análisis de Situación Poblacional Colombia 2023*. https://colombia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/dindemo_presentacion_0.pdf

Baltes, P. B., & Smith, J. (2003). New Frontiers in the Future of Aging... *Gerontology*, 49(2), 123-135.

<http://dx.doi.org/10.1159/000067946>

Bell, J. (2005). *Cómo hacer tu primer trabajo de investigación* (Roc Filella Escolá, trad.). España: Gedisa.

(Trabajo original publicado en 1999).

https://cursos.clavijero.edu.mx/cursos/005_cia/modulo2/documentos/Lectura_Planificacion_d_el_proyecto.pdf

Chalapud-Narváez, L. M., & Escobar-Almario, A. (2017). "Actividad física para mejorar fuerza y equilibrio en el adulto mayor". *Universidad y Salud*, 19, 94-101. Doi:

<https://doi.org/10.22267/rus.171901.73>

Cisterna Zenteno, Cecilia del Carmen, & Díaz Larenas, Claudio Heraldo. (2022). Estilos de aprendizaje predominantes en adultos mayores: una primera aproximación. *Perspectiva Educativa*, 61(1), 181-195. <https://dx.doi.org/10.4151/07189729-vol.61-iss.1-art.1237>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe - CEPAL, (27 de junio de 2017). Con un llamado a visibilizar y empoderar a las personas mayores de América Latina y el Caribe se inauguró Conferencia regional sobre envejecimiento. <https://www.cepal.org/es/comunicados/un-llamado-visibilizar-empoderar-personas-mayores-america-latina-caribe-se-inauguro>

Cowgill, D. y Holmes. L. (1972). *Envejecimiento y modernización*. New York: Appleton-Century-Crofts.

[[Links](#)]

Cumming, E., & Henry, W. (1961). *Envejecer: el proceso de desvinculación*. Nueva York: Libros básicos.

Doi <https://doi.org/10.1093/sw/7.3.122>

De Juanas Oliva, Á., Ortega Navas, M. D. C. (2021). Calidad de vida en personas adultas y mayores:

Intervención educativa en contextos sociales. España: UNED.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=830650>

Decreto 681. (2022, 2 de mayo). *Política pública de Envejecimiento y Vejez (2022-2031)*. (Colombia).

<https://n9.cl/pdz6c>

Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas. DANE (2018). *Ficha de caracterización*.

<https://n9.cl/3se8l>

Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas. DANE (2021). *Personas Mayores en Colombia:*

Hacia la inclusión y la participación. [https://colombia.unfpa.org/sites/default/files/pub-](https://colombia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/3.3_envejecimiento.pdf)

[pdf/3.3_envejecimiento.pdf](https://colombia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/3.3_envejecimiento.pdf)

Escola D' Art I Superior de Disseny de Vic. Psicología del color. S.f.

<https://perio.unlp.edu.ar/catedras/iddi/wp-content/uploads/sites/125/2020/04/Psicologia-del-color.pdf>

Failoc Rojas, R. J., y Ojeda Carrasco, D. del J. (2022). Biofilia aplicada al diseño arquitectónico del Centro de atención del adulto mayor en el distrito de Zorritos—Tumbes, 2022 [Tesis de Pregrado].

Universidad César Vallejo. Facultad de Ingeniería y Arquitectura.

<https://hdl.handle.net/20.500.12692/120343>

Favela-Ocaño, María Alejandra, & Castro-Vásquez, María del Carmen. (2024). Envejecimiento activo en

Latinoamérica: Revisión narrativa de la literatura. *Horizonte sanitario*, 23(2), 475-488. Epub 22

de noviembre de 2024. <https://doi.org/10.19136/hs.a23n2.5589>

Fernandes, M. R., & Barreto, W. D. R. J. (2017). *Association between physical activity and vitamin D: A narrative literature review*. [Review]. *Rev As-soc M ed Bras* (1992), 63(6), 550-556. doi: 10.1590/1806-9282.63.06.550

Fondo de Solidaridad e inversión Social. (1996). *Programa del Adulto Mayor "Mas Vida Para Tus Años"*. http://www.dipres.cl/597/articles-140961_informe_final.pdf

Grajales, T. (2000). Tipos de investigación. *On line* (27/03/2.000). *Revisado el, 14*, 112-116. <https://cursa.ihmc.us/rid=1RM1F0L42-VZ46F4-319H/Investigaci%C3%B3n.pdf>

Havighurst, R. J. (1961). Successful aging. *Gerontologist*, (1), 8-13. <https://doi.org/10.1093/geront/1.1.8>

Ley 1276 (2009, 05 de enero). *A través de la cual se modifica la Ley 687 del 15 de agosto de 2001 y se establecen nuevos criterios de atención integral del adulto mayor en los centros vida. El congreso de Colombia*. (Colombia). Obtenido el 28 de febrero de 2025. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=34495>

Limón. R. (2018, enero-marzo). *Envejecimiento activo: un cambio de paradigma sobre el envejecimiento y la vejez*. *Aula Abierta*. Volumen (47), 45-54. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6292831>

Ocampo, L., Ocampo, L. (2019). Manifestaciones del pensamiento japonés en la arquitectura de Tadao Ando. *Título de la Revista*, 9(2), 1–27. <https://doi.org/10.15517/h.v9i2.37127>

Odendaal JS, Meintjes RA. Neurophysiological correlates of affiliative behaviour between humans and dogs. *Vet J*. 2003 May;165(3):296-301. doi: 10.1016/s1090-0233(02)00237-x. PMID: 12672376. Doi: [10.1016/s1090-0233\(02\)00237-x](https://doi.org/10.1016/s1090-0233(02)00237-x)

Organización Mundial de la Salud. OMS (2024). *Envejecimiento y Salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Pallasma, J. (2014). Los ojos de la piel: La arquitectura de los sentidos. Editorial GG.

<https://editorialgg.com/los-ojos-de-la-piel-ebook.html>

Pinazo, S., Lorente, X., Limón, R., Fernández, S., y Bermejo, L. (2010). *Envejecimiento y aprendizaje a lo largo de la vida*. En L. Bermejo, *Envejecimiento Activo y Actividades Socioeducativas con Personas Mayores*, 3-10. Madrid: Editorial Médica Panamericana S.A.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=562373>

Pinos, K. (2024). The Wellbeing Planet. *Influencia de las flores en nuestra psique y bienestar emocional*, por Koncha Pinós. <https://thewellbeingplanet.org/influencia-de-las-flores-en-nuestra-psique-y-bienestar-emocional-por-koncha-pinos/>

Ramos Monteagudo, Ana María, Yordi García, Mirtha, & Miranda Ramos, María de los Ángeles. (2016). El envejecimiento activo: importancia de su promoción para sociedades envejecidas. *Revista Archivo Médico de Camagüey*, 20(3), 330-337. Recuperado en 04 de marzo de 2025, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552016000300014&lng=es&tlng=es.

Reyes-Rincón, Hannia, & Campos-Uscanga, Yolanda. (2020). Beneficios de la actividad física en espacios naturales sobre la salud del adulto mayor. *Ene*, 14(2), 14207. Epub 25 de enero de 2021. Recuperado en 11 de marzo de 2025. <https://acortar.link/4NhvJZ>

Rose, A. y Peterson, W. (1968). *Older people on the social world*. Philadelphia: Davis.

Roth, Eric. (2000). Psicología ambiental: interfase entre conducta y naturaleza. *Revista Ciencia y Cultura*, (8), 63-78. Recuperado en 04 de abril de 2025, de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-33232000000200007&lng=es&tlng=es.

Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (2015). *Successful Aging*. *The Gerontologist*, 37(4), 433-440.

<https://doi.org/10.1093/geront/37.4.433>

S. Huenchuan (ed.), *Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: perspectiva regional y de derechos humanos*, Libros de la CEPAL, N° 154 (LC/PUB.2018/24-P), Santiago, Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), 2018.

<https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/431e4d95-46d9-4de6-a0a6-d41b1cb7d0b9/content>

Sánchez Flores, Fabio Anselmo. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 102-122. <https://doi.org/10.19083/ridu.2019.644>

Universidad Nacional de Valencia. (13 de julio de 2022). *¿Sabes qué es la psicología del color y cómo influye en el desarrollo de nuestra mente?*

<https://www.universidadviu.com/co/actualidad/nuestros-expertos/psicologia-del-color>

Velarde, H. P., & Llanos, A. C. (2024, 12 de febrero). *Revista Hábitat Sustentable. La naturaleza en los espacios para el adulto mayor: un enfoque biofílico, en el mundo*. volumen (14, N°2). Págs.60 - 75. <https://doi.org/10.22320/07190700.2024.14.02.05>

Zapata Farías, H., (2001). *Adulto mayor: Participación e identidad*. *Revista de Psicología*, X (1), 189-197.

<https://www.redalyc.org/pdf/264/26410114.pdf>