



UNIVERSIDAD
DEL AZUAY

UNIVERSIDAD DEL AZUAY
DEPARTAMENTO DE POSGRADOS
MAESTRÍA EN DISEÑO DE INTERIORES

Tema: Diseño Interior, Salud y Calidad de Vida:
Un Enfoque Salutogénico

Caso de análisis y aplicación: Casa de la Diabetes, Cuenca, Ecuador.

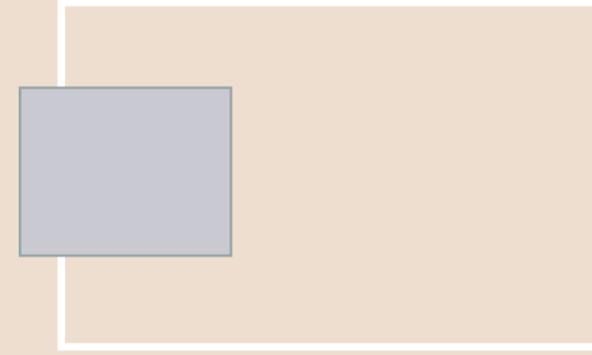
Trabajo previo a la obtención del título de:
MAGISTER EN DISEÑO DE INTERIORES

Juan Coronel

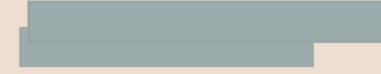
Tutora: Dis. Genoveva Malo Toral, Ph.D

2024

maice



3



1



4



2



5



DEDICATORIA

A mi familia, a mis amigos y a Isabel, por ser siempre mi apoyo a lo largo de este camino y esta etapa tan importante de mi carrera.

A mi madre Paola, por se mi apoyo incondicional, a mi padre Juan Carlos, por su guía y ayuda durante este tiempo y a Isabel, por su ayuda y constante soporte. A Isabel, por su constante apoyo y amor.

AGRADECIMIENTOS

A mi tutora Genoveva Malo Toral, por su valiosa guía y constante dedicación durante todo este tiempo, por compartir sus conocimientos y la ayuda que permitió llevar de la mejor manera posible la tesis. De igual manera, a las profesionales miembros del tribunal, Soledad Moscoso y Ana Rodas por su constante apoyo a lo largo del proceso.

A mis amigos y compañeros, por los momentos que hemos compartido a lo largo de la maestría.

A mi familia, por ser un apoyo fundamental a lo largo de esta grandiosa etapa.

Resumen del proyecto

Título del Proyecto Diseño Interior, Salud y Calidad de Vida: Un Enfoque Salutogénico

Subtítulo del Proyecto Caso de análisis y aplicación: Casa de la Diabetes, Cuenca, Ecuador.

La problemática principal es la falta de atención a las necesidades ergonómicas y de confort en estos espacios, lo que incrementa el estrés, fatiga e incomodidad de los pacientes, afectando su bienestar y productividad. La diabetes, al ser una enfermedad crónica que requiere cuidado constante, demanda un enfoque integral en la creación de ambientes óptimos. Actualmente, la ausencia de estrategias de diseño específicas limita la capacidad

Resumen: de los profesionales de salud para ofrecer un entorno seguro y saludable. Por ello, la tesis propone desarrollar varias estrategias de diseño para mejorar la calidad de vida de los pacientes y su capacidad para manejar su condición. Los objetivos específicos incluyen identificar las necesidades ergonómicas, diseñar propuestas de mejora y validar las estrategias en un entorno piloto. La metodología será exploratoria y cualitativa, utilizando entrevistas para recopilar datos. Los resultados esperados incluyen la creación de un proyecto

Palabras clave Diseño Interior; Salutogénesis; Calidad de Vida; Confort; Salud.

Alumno: CORONEL TOLEDO JUAN CARLOS

C.I. 0150048874

Director: DIS. GENOVEVA MALO, Ph.D

Codirector:

Firma:

mail personal: jc21coronel@gmail.com

Firma:

RESUMEN

El trabajo de titulación se centra en el diseño integral en la Casa de la Diabetes en Cuenca. La problemática principal es la falta de atención a las necesidades integrales y de confort en estos espacios, lo que incrementa el estrés, fatiga e incomodidad de los pacientes, afectando su bienestar y productividad. La diabetes, al ser una enfermedad crónica que requiere cuidado constante, demanda un enfoque integral en la creación de ambientes óptimos. Actualmente, la ausencia de estrategias de diseño específicas limita la capacidad de los profesionales de salud para ofrecer un entorno seguro y saludable. Por ello, la tesis propone desarrollar varias estrategias de diseño para mejorar la calidad de vida de los pacientes y su capacidad para manejar su condición. Los objetivos específicos incluyen identificar las necesidades integrales, diseñar propuestas de mejora y validar las estrategias en un entorno piloto. La metodología es observatoria y cualitativa, utilizando la revisión de literatura para recopilar datos. Los resultados esperados incluyen la creación de un proyecto de diseño que cumpla con las mejoras necesarias.

Palabras clave: Diseño Interior; Salutogénesis; Calidad de vida; Confort; Salud.

Abstract of the project

Title of the project Interior Design, Health and Quality of Life: A Salutogenic Approach

Project subtitle Case analysis and application: Casa de la Diabetes, Cuenca, Ecuador.
The degree work focuses on the comprehensive design of the Diabetes House in Cuenca. The main problem is the lack of attention to the ergonomic and comfort needs in these spaces, which increases the stress, fatigue and discomfort of patients, affecting their well-being and productivity. Diabetes, being a chronic disease that requires constant care, demands a comprehensive approach in creating optimal environments. Currently, the absence of specific design strategies limits the ability of healthcare professionals to provide a safe and healthy environment. Therefore, the thesis proposes to develop several design strategies to improve the quality of life of patients and their ability to manage their condition. Specific objectives include identifying ergonomic needs, designing improvement proposals, and validating strategies in a pilot environment. The methodology will be exploratory and qualitative, using interviews to collect data. Expected results include the creation of a design project that meets the necessary improvements.

Keywords Interior Design; Salutogenesis; Quality of Life; Comfort; Health.

Student: CORONEL TOLEDO JUAN CARLOS

C.I. 0150048874

Signature:



mail: jc21coronel@gmail.com

Director: DIS. GENOVEVA MALO, Ph.D

Signature:



Abstract

The thesis focuses on comprehensive design at the Casa de la Diabetes in Cuenca. The main issue is the lack of attention to ergonomic and comfort needs in these spaces, which increases stress, fatigue, and discomfort among patients, affecting their well-being and productivity. Diabetes, being a chronic condition requiring constant care, demands a comprehensive approach to creating optimal environments. Currently, the absence of specific design strategies limits healthcare professionals' ability to provide a safe and healthy environment. Therefore, the thesis proposes developing various design strategies to enhance patients' quality of life and their ability to manage their condition. Specific objectives include identifying ergonomic needs, designing improvement proposals, and validating strategies in a pilot environment. The methodology will be exploratory and qualitative, using interviews to gather data. Expected outcomes include the creation of a design project that meets the necessary improvements.

Introducción

1.1 Problemática

La problemática reside en la falta de atención adecuada a las necesidades integrales de bienestar dentro de distintos espacios que conforman las casas de salud destinadas a pacientes con diabetes. Comúnmente para el diseño de estos espacios no se tiene en consideración las condiciones específicas de salud de los pacientes, lo que resulta en un aumento de estrés, fatiga e incomodidad, afectando negativamente su bienestar y productividad.

La diabetes es una enfermedad crónica que requiere un constante cuidado, exige un enfoque integral que incluya la creación de ambientes habitables óptimos. La falta de una guía de diseño específica para estos espacios limita la capacidad de los profesionales de la salud para proporcionar un entorno seguro y saludable para los pacientes diabéticos.

Entonces es fundamental abordar esta problemática desarrollando estrategias de diseño que garanticen la comodidad y el bienestar de los pacientes, mejorando así su calidad de vida y su capacidad para manejar su condición de manera efectiva.

1.2 Objetivos

Objetivo General

Objetivo General: Proponer estrategias de diseño de las instituciones de salud especializadas en el cuidado de pacientes con diabetes, con el fin de satisfacer las necesidades de los usuarios, otorgando confort y una mejora en la calidad de vida.

Objetivos Específicos

1.- IDENTIFICAR y evaluar las necesidades integrales y de confort de los trabajadores y pacientes en las instituciones de salud especializadas en diabetes mediante la recopilación de datos y el análisis de las condiciones actuales de los espacios de trabajo.

2.-Proponer estrategias de mejora basadas en los resultados del análisis de necesidades, enfocándose en la optimización de mobiliario, equipamiento y disposición espacial para mejorar el bienestar y la eficiencia en el entorno laboral.

3.- IMPLEMENTAR las estrategias de diseño ergonómico en un entorno piloto dentro de la institución de salud, monitoreando los impactos en la calidad de vida del personal y los pacientes, así como en la eficiencia operativa del centro.

1.3 Metodología

Esta investigación es de carácter exploratorio, cualitativa, donde se analizará e identificará los efectos de un diseño integral reflejados en pacientes y profesionales de salud, como influyen en su estado de ánimo y distintos tratamientos. Se observa a los usuarios en general, trabajadores, pacientes y acompañantes de la casa de la diabetes con el objetivo de investigar cuáles serían las condiciones adecuadas para espacios de trabajo dentro de estas casas de salud. Mediante los datos recopilados gracias a la observación profunda de las necesidades se realizará una propuesta de diseño a implementar en proyectos futuros.

Marco Teórico

En 1997 la ONU identificó que en el ámbito de la salud se incluyen espacios y entornos prioritarios, como lo son el lugar de trabajo, escuelas, hospitales, instituciones y oficinas comerciales. "La salud es una condición donde se desarrollan los recursos en la relación entre los seres humanos y su entorno biológico, químico, físico y social" (Lawrence, RJ, 2022).

Entonces, el entorno inmediato tiene un gran impacto en la salud humana, donde las profesiones de diseño y salud deben trabajar conjuntamente con el objetivo de reducir la prevalencia de enfermedades relacionadas con el estilo de vida. Aquí es donde el enfoque salutogénico entra en escena, dando forma a nuestro entorno construido, cuyo desarrollo de infraestructura debe encontrarse integrada con una serie de estrategias de atención para atender los factores de riesgo desde una perspectiva más holística en busca de una sociedad más sana.

Durante el siglo XXI, la mejora de la salud en países desarrollados ha logrado aumentar la esperanza de vida de las personas, pero durante el mismo, los sistemas sanitarios alrededor del mundo se enfrentan a diversas dificultades, pero, principalmente al aumento del nivel de enfermedades que se encuentran relacionadas con el estilo de vida, como por ejemplo, la diabetes.

En la actualidad, la diabetes mellitus es una de las enfermedades crónicas más comunes en todo el mundo y plantea un gran desafío para los sistemas de salud públicos. En Ecuador, el impacto es significativo y afecta a una gran mayoría de la población adulta.

Para mejorar la calidad de vida de los pacientes, promover estrategias de prevención y manejo efectivo de la enfermedad, es importante establecer una infraestructura adecuada para la atención integral de la diabetes y todos los estragos que esta enfermedad trae consigo.

Como afirma Williams (2019), actualmente persisten en todo el mundo enormes desigualdades en materia de salud. En el caso de la diabetes, estas se manifiestan en una falta de conocimiento entre la población sobre los factores de riesgo y los síntomas de esta enfermedad que permitan un diagnóstico oportuno y en la necesidad de una capacitación constante de los profesionales de la salud y de un mejor acceso a los diagnósticos y los medicamentos, en especial en los países de ingresos bajos y medios.



En Ecuador, la incidencia de diabetes ha aumentado significativamente en las últimas décadas. Según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC), la diabetes es una de las principales causas de morbilidad y mortalidad en el país.

La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) muestra que factores de riesgo como la alimentación poco saludable, la falta de actividad física y el tabaquismo están muy extendidos entre la población ecuatoriana. La atención integral de la diabetes requiere de una infraestructura adecuada para facilitar los servicios médicos, la educación y el apoyo emocional.

La casa de la diabetes en Cuenca se convierte en una solución integral para abordar estos aspectos, cuyo objetivo es proporcionar unas instalaciones diseñadas específicamente para las necesidades de las personas con diabetes, que debería tomar muy en cuenta un diseño integral dentro de los distintos los espacios que son utilizados diariamente por una gran variedad de usuarios.



Según Eriksson y Nunstedt (2024), la salutogénesis actualmente se la considera como una teoría, un modelo de salud que se encuentra orientado hacia la vida, la cual cubre muchas teorías y cumple con ser promotora de prácticas de salud que se aplican tanto a nivel individual como a un nivel grupal y organizacional. Entonces, según Amany (2021), cada espacio envía mensajes al humano que se dirige a sí mismo a través de distintos elementos de diseño interior, los cuales tienen el objetivo de cumplir con diversos objetivos salutogénicos, como los sentimientos de aceptación, satisfacción y consuelo hacia esos mensajes, donde las características formales de los elementos del diseño son las primeras que provocan los sentidos humanos.

Antonovsky (1993) define a la salud como una progresión del bienestar a la enfermedad, a la capacidad de comprender toda una situación y emplear los recursos que se tengan a disposición para permitirse evaluar y comprender las circunstancias actuales y poder ser capaces de encontrar un significado en su entorno.

Entonces el término salutogenesis fue adjudicado en 1979 por Aron Antonovsky (Antonovsky 1996), el cual creía que la teoría debe guiar ciertas acciones con el fin de promover la salud y el bienestar, mediante la orientación salutogénica, esta pueda

servir de teoría. Yeang (2015) nos menciona los componentes que según su criterio, son parte fundamentales dentro de la salutogénesis, los cuales son una comprensibilidad ambiental que requiere orden y legibilidad y generar un orden visual en el entorno.

Para Forooraghi (2022), el diseño salutogénico debe tener un enfoque basado en el sentido de la coherencia, la comprensibilidad asociada con señalización y orientación y una manejabilidad que se entiende como una sensación de control sobre el entorno del individuo.

Entonces, según Nihan (2023), el diseño salutogénico incluye factores que apoyan la salud y el bienestar, la comodidad y el desempeño de las personas, además, proporciona un marco teórico sólido para una correcta promoción y diversas prácticas de salud, donde incluye una gran flexibilidad que satisface las necesidades específicas de todos los entornos que la rodean, desarrollando modelos de criterio para un diseño salutogénico de salud y bienestar en interiores, donde lo principal es la relación del individuo con el interior.



Heerwagen et al. (1995) crearon un marco y diversas pautas que destacan el diseño salutogénico, en las cuales podemos mencionar la cohesión social en distintos puntos de encuentro, Control personal para regular la iluminación y luz natural, la restauración y relajación donde influye la iluminación tenue y la relación con la naturaleza. Stokols (1992) influyó con varios aspectos dentro del diseño salutogénico para entornos que promuevan la salud, estas se basan en tres dimensiones principales, las cuales son física, mentales y sociales, donde un diseño ergonómico, el control personal y la previsibilidad, las medidas estéticas, simbólicas y espirituales, el acceso a una red de apoyo y participación continua en el diseño apoyan a la salud física, salud mental y a la salud social.

La teoría del estrés nos dice cómo el entorno físico se convierte en la base donde se construye una organización, estructura y función de la sociedad, la cual es fundamental para la promoción de la salud o la enfermedad. Se busca una comprensión profunda del entorno físico conjuntamente con diversos factores humanos, las cuales se conviertan en una base para crear una organización social y estructural para un correcto funcionamiento en la sociedad. (Kagan y Levy, 1975).

Según Dilani (2008), el diseño salutogénico creará un entorno construido saludable

para apoyar a los distintos usuarios, el cual se basará en un entorno holístico para una prestación de servicios construidos saludables, donde los principios bases del diseño salutogénico tratan sobre la comprensibilidad ambiental, que implica crear un orden visual, dentro de un entorno que disponga de elementos legibles e intuitivos. La manejabilidad ambiental, donde se incluirá elementos para apoyo social, además de la significación ambiental lo cual requiere provisión de un significado visual y estético, estimulando diversos sentidos y espacios para la mente y su contemplación dentro de su entorno construido.

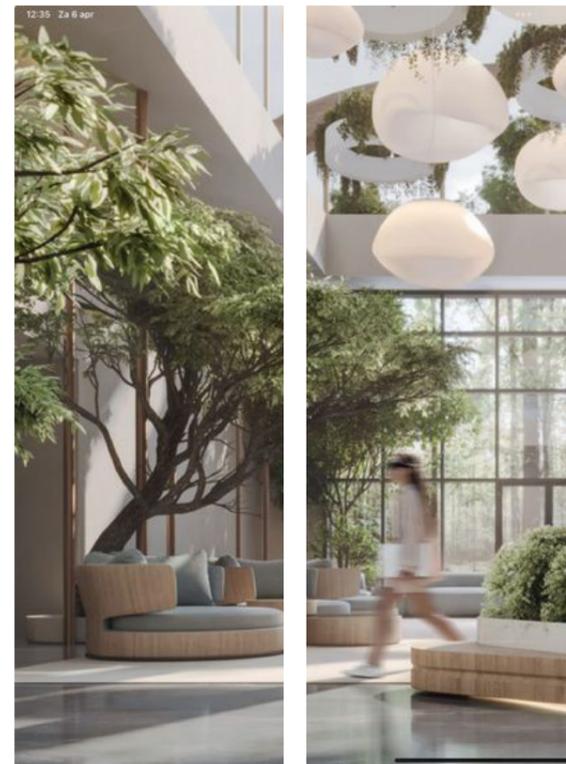
Entonces, el diseño salutogénico propone identificar diversos elementos que deben contribuir a un sentido de coherencia, lo cual influye directamente en la salud y bienestar. Así que Dilani (2001) identificó una serie de características arquitectónicas para fortalecer el sentido de pertenencia de un usuario, donde las emociones y distintas experiencias se convierten en un principio fundamental para la construcción del sentido de coherencia del usuario, cerrando una brecha entre el diseño, la neurociencia y la psicología.

De esta manera, el diseño salutogénico responde a las distintas necesidades de prevención del estrés y la promoción de la salud para los usuarios, adaptando el diseño de esta manera para atender los distintos factores psicosociales, incluyendo estímulos y experiencias que otorguen un estilo de vida saludable.

Así que el diseño salutogénico se enfoca en distintos aspectos, como el espacio de apoyo social para promover la salud y el bienestar del individuo (Costa, Clarke, Dobkin, Senecal, Fortin, Danoff y Esdaile, 1999) donde es esencial identificar puntos de encuentro para promover diversa interacción y apoyo social. (Connors, 1983). El diseño debe crear espacios que eviten la aglomeración, mediante los cuales se reduzca la experiencia de estrés y promueva una in-

teracción social. (Baum, Valins, 1977). Entre otro de los aspectos importantes está la naturaleza y lo que esta significa para la salud, donde el efecto de la luz natural, la luz solar y la iluminación en salud ayuda a evitar dificultades tanto fisiológicas como psicológicas. (Janssen y Laike, 2006).

Entre tantos factores que influyen en el diseño salutogénico se encuentra el impacto del color en la salud, los cuales afectan la actividad del cerebro y crean una sensación de bienestar y originalidad en la arquitectura. (Janssen 2001). Por último el impacto del diseño como un hito en la salud y el bienestar del individuo, se centra en la arquitectura y sus características donde los usuarios puedan cooperar, trabajar y crear relaciones para cumplir sus distintos objetivos sociales, psicológicos y fisiológicos generales.



Vista frontal. Edificio Vilamarina. Fuente: batlleiroig

Para priorizar el bienestar humano en espacios de salud, el diseño salutogénico integra entornos físicos y psicosociales. Colabora con disciplinas del diseño y la salud para prevenir enfermedades y promover estilos de vida saludables.

Creación de espacios legibles y significativos que fomentan un sentido de coherencia y pertenencia al incorporar principios de cohesión social, control personal, restauración y conexión con la naturaleza. Este enfoque integral transforma los espacios de salud en lugares que alimentan y revitalizan a sus usuarios, lo que ayuda a crear una sociedad más saludable.

El diseño salutogénico de espacios dentro de la casa de salud para la diabetes es una estrategia fundamental para mejorar la calidad de la atención y el bienestar tanto de los pacientes como del personal sanitario. A través de la integración de principios de la salutogénesis, se pueden reducir significativamente elementos de la salud que influyen directamente en los usuarios que que habitan estos espacios, como lo es el sentimiento de estrés, e influir en el bienestar y la salud de los pacientes, lo cual es esencial en un entorno que se encuentra en constante atención a distintos usuarios , como

es el caso del manejo de la diabetes.

La revisión de la literatura sugiere que los entornos ergonómicamente diseñados no solo mejoran la satisfacción del personal y los pacientes, sino que también contribuyen a mejores resultados en salud, facilitando el manejo de la enfermedad y promoviendo un ambiente terapéutico seguro y accesible.

Por lo tanto, la implementación de un diseño salutogénico en las casas de salud para la diabetes debe ser considerada una prioridad en la planificación y desarrollo de estos espacios, asegurando que cada elemento del entorno físico apoye activamente el bienestar integral y la eficiencia operativa. Este marco teórico destaca la necesidad de una colaboración multidisciplinaria en el diseño de interiores, involucrando a expertos en ergonomía, arquitectura, salud y psicología para crear espacios que verdaderamente respondan a las necesidades específicas de todos sus usuarios.

Enero Arquitectura

El objetivo con el que se construyó el Hospital general de Collado Villalba fue el promover la salud de los usuarios, sean pacientes o trabajadores del mismo. Dicho centro hospitalario está conformado por 140 habitaciones, 87 consultorios y 9 quirófanos, conectados de tal manera que se logre reducir tiempos y recorridos de desplazamiento mejorando la asistencia a la gran diversidad de pacientes que este centro acoge.

Esta distribución se enfoca en atender las diversas necesidades, es decir, crear diferentes circuitos y recorridos en función de la atención que debe recibir cada paciente, ya sean consultas médicas, diagnósticos, terapias u hospitalización.

Dentro de las características principales de este estudio de arquitectura, se encuentra el buscar un desarrollo sostenible dentro de cada uno de sus proyectos. Así que dentro del hospital se utilizaron materiales locales aprovechando ciertos valores intangibles de su entorno inmediato.

Además, es comprobado que la conexión con la naturaleza ayuda notablemente en la recuperación de los pacientes, tanto que se buscó una integración óptima con el paisaje, mejorando la experiencia de todo usuario que visite este centro.

De esta manera, mediante sus materiales y estrategias como la implementación de grandes mamparas de vidrio con la intención de lograr un espacio interior mimetizado con su entorno inmediato, también implementaron diversas terrazas con grandes zonas ajardinadas para que los pacientes, familiares y trabajadores se integren con su entorno natural.



Vista interior, Hospital Universitario. Fuente: Enero Arquitectura



Vista exterior, Hospital Univesitario. Fuente: Enero Arquitectura

Adaptación al proyecto

El proyecto a diseñarse para La Casa de la Diabetes toma diversos conceptos utilizados dentro del Hospital General Universitario de Collado Villalba, como por ejemplo, crear recorridos específicos para la gran diversidad de pacientes que concurren a este sitio, los cuales deben sentirse cómodos, relajados y en armonía en todo momento, para lo cual se debe analizar las diversas necesidades de los mismos.

También dentro del proyecto se buscará implementar una mayoría de espacios abiertos integrados con vegetación, que se mimetice con su entorno inmediato y también ayude a otorgar una mejora en cuanto a calidad de vida para los pacientes y todo usuario de La Casa de la Diabetes.

En el último tiempo, las edificaciones hospitalarias se han centrado únicamente en ser centros de atención sin mucho enfoque o prioridad al bienestar mental de cada uno de los pacientes, así que se convierten en cajas cerradas compuestas únicamente de consultorios, quirófanos, etc. sin pensar en espacios o lugares de estancia que contribuyan a una mejor recuperación de los pacientes.

El Pyjama Garden, ubicado en Países Bajos y construido nos ofrece diversos espacios, como un restaurante, centros de conferencias, bibliotecas, etc. Dicho centro de salud fue diseñado para que funcione con un jardín central el cual ilumine y ventile naturalmente la gran mayoría de espacios que la conforman, esto consigue otorgar una sensación distinta para los pacientes, al recorrer pasillos rodeados de vegetación contrarresta los típicos pasillos interminables de los hospitales comunes.

Además, este gran patio rodeado de vegetación y de espacios comunales, se encuentra ubicado estratégicamente en el centro del hospital, donde se convierte en un lugar de encuentro ya sea para pacientes que se encuentren en hospitalización, que concurran regularmente al sitio por consultas médicas, tratamientos hospitalarios o simplemente acompañantes que acuden al lugar y consiguen una sen-

sación completamente diferente encontrándose con una diversidad de espacios y lugares que difieren de un hospital común y ayudan tanto en el bienestar general como en la recuperación de los usuarios.

Entonces, este jardín central se convierte en el primer paso para una remodelación total del hospital, donde la biofilia sea el centro de todo el diseño, la edificación se desarrolle alrededor de patios, jardines, espacios de estancia pensado en la diversidad de usuarios que concurren a dicho centro a diario, con el objetivo de mejorar la calidad de vida tanto de los pacientes como de los trabajadores del lugar.



Vista interior, Pyjama Garden. Fuente: MVRDV



Vista patio central, Pyjama Garden. Fuente: MVRDV

Dentro de la propuesta de diseño se buscará implementar los conceptos más importantes, entre los cuales está el ubicar un patio central rodeado de vegetación, la cual ayudará en gran manera a romper un poco el espacio construido dentro de los consultorios, que evite que La Casa de la Diabetes se convierta en un típico centro de salud que no se centra en el bienestar de los pacientes.

Además, se plantean diversos espacios además de consultorios o salas de atención, como por ejemplo, salas de recreación, lugares de comida o simplemente puestos de descanso diferentes a las sillas que comúnmente se encuentran en todo lugar.

Enero Arquitectura

El centro médico Masó se encuentra ubicado en Madrid, España y fue construido en el año 2008, se emplazó en un sitio cuyo uso predominante es residencial de baja densidad. Cuenta con 1820 metros cuadrados, reutilizando una antigua edificación de ladrillo visto que se encontraba dedicada a hotelería, por lo tanto, las dificultades de adaptación tanto estructural como funcional representó todo un reto para los diseñadores.

Entre las características principales de ENERO Arquitectura es el diseñar una gran diversidad de espacios con el objetivo de mejorar el bienestar, calidad de vida y una reducción de estrés tanto en pacientes, trabajadores y usuarios recurrentes de los centros hospitalarios. Esto lo han logrado a lo largo de sus proyectos mediante el uso de materiales claros generando una gran cantidad de espacios relajantes y confortables, además de buscar otorgar privacidad para los pacientes dentro del centro.

Un detalle a destacar dentro del proyecto es su entorno inmediato, el cual está rodeado de vegetación existente con una gran diversidad de especies arbóreas, las cuales se convirtieron en el centro de atención que debería rodear el proyecto, de esta forma, el entorno se encuentra integrado con el proyecto arquitectónico evitando un mayor impacto visual con el lugar donde se emplaza.

El proyecto principal se proyectó en un centro rectangular de 3 pisos más sótano, donde el acceso principal se encuentra en planta baja además de una diversidad de consultorios. En las plantas siguientes se ubican diversos consultorios además de una gran variedad de laboratorios, salas de recuperación de cirugía para los quirófanos que se ubican en el centro.

Además del uso de vegetación abundante, otro aspecto muy importante es el uso de la luz en cada uno de los espacios, que ayude a controlar los ciclos circadianos además de que cada lugar recibe una gran cantidad de luz y ventilación natural a lo largo del día, ayudando a reducir el cansancio de los usuarios que concurren a diario los centros hospitalarios.



Vista Interior, Centro Médico MASÓ. Fuente: Enero Arquitectura

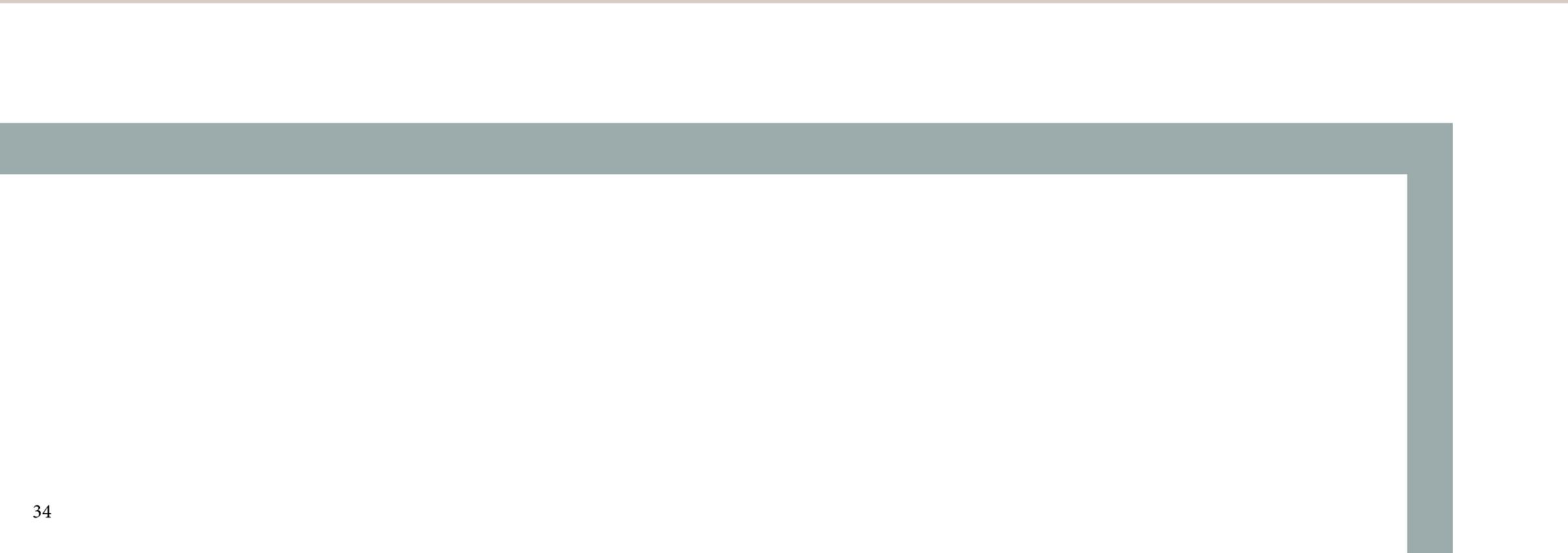


Vista interior, Centro médico MASÓ. Fuente: Enero Arquitectura

Adaptación al proyecto

Entre los aspectos más importantes a destacar dentro del proyecto que vamos a analizar se encuentra el uso de vegetación en la mayoría de los espacios, creando consultorios, salas de espera, y demás espacios rodeados de diferentes especies arbóreas, las cuales otorgan una mejora en el bienestar de los pacientes que se encuentran tanto en recuperación como pacientes que realizan sus consultas en el centro médico.

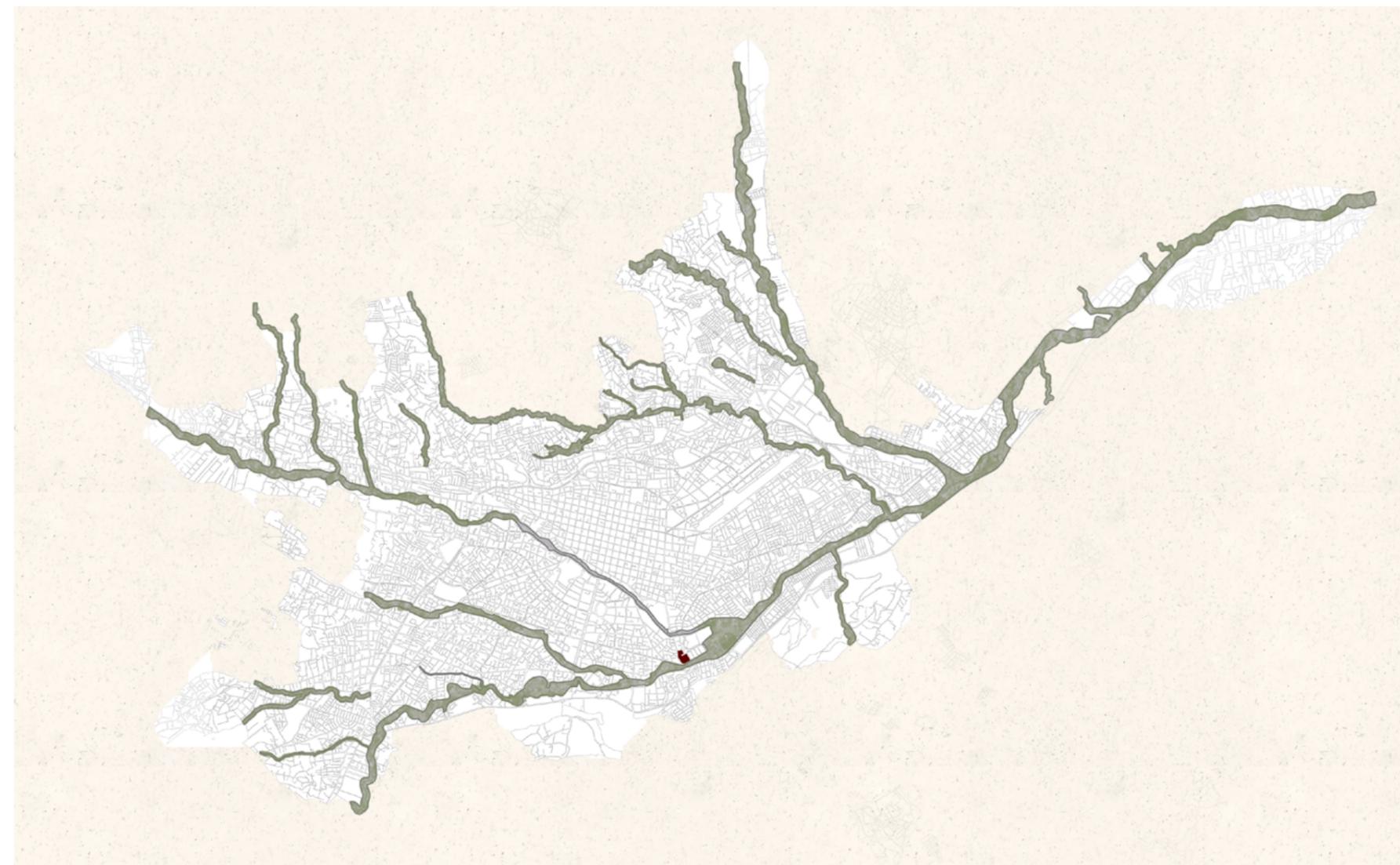
Otro de los aspectos a destacar es el uso de iluminación natural en cada uno de sus espacios, comúnmente solemos encontrarnos con que los centros médicos disponen de muy pocos lugares iluminados y ventilados naturalmente, lo cual este proyecto busca evitar, implementando diversos ventanales rodeados de vegetación.



El terreno donde se plantea el proyecto de La Casa de la Diabetes se encuentra ubicado en la parroquia Huayna Cápac, entre las vías Del Arupo y Jorge Merchán Aguilar. Está rodeado de diversos equipamientos y espacios públicos de alta concurrencia en la ciudad.

El área total del predio donde se proyectará La Casa de la Diabetes es de 2302.702 m². Actualmente no se le encuentra ningún uso y su propietario es el Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del Cantón Cuenca.

Además, el estado actual del sitio se encuentra bastante deteriorado así como la construcción que ya se encuentra planteada en la zona. En el año 2023 se han realizado diversas modificaciones en el sitio, con el objetivo de mejorar en ciertas partes el estado en el que se encuentra el lugar.



Fuente: Elaboración propia

3.2 Estado Actual

En el marco del estado actual del sitio a intervenir, se observa que la cubierta central, que funciona como un tragaluz, se encuentra en mal estado, lo que afecta a la gran mayoría del proyecto.

Superficies en el interior sin ningún tipo de mantenimiento como columnas y mobiliario del mismo material, la madera debe tener su mantenimiento constante a que ayude a la misma a estar en buen estado.

Además, debido a las malas condiciones de las cubiertas en el sitio, existen varias filtraciones de agua lo que ha deteriorado mucho más los cielos rasos y gran diversidad de mobiliario que encontramos en el interior.

Como se menciona antes, las columnas y vigas de madera se encuentran en tal mal estado que se debe realizar los estudios pertinentes para saber si es factible el uso de la misma estructura del proyecto.

Debido a que el mobiliario es de madera al igual que vigas y columnas, se encuentra en igual o peor estado de deterioro, por lo tanto, se debería buscar recuperarlos o a su vez implementar nuevo mobiliario que se adapte a las nuevas necesidades que tendrán los pacientes o usuarios que concurran La Casa de la Diabetes.

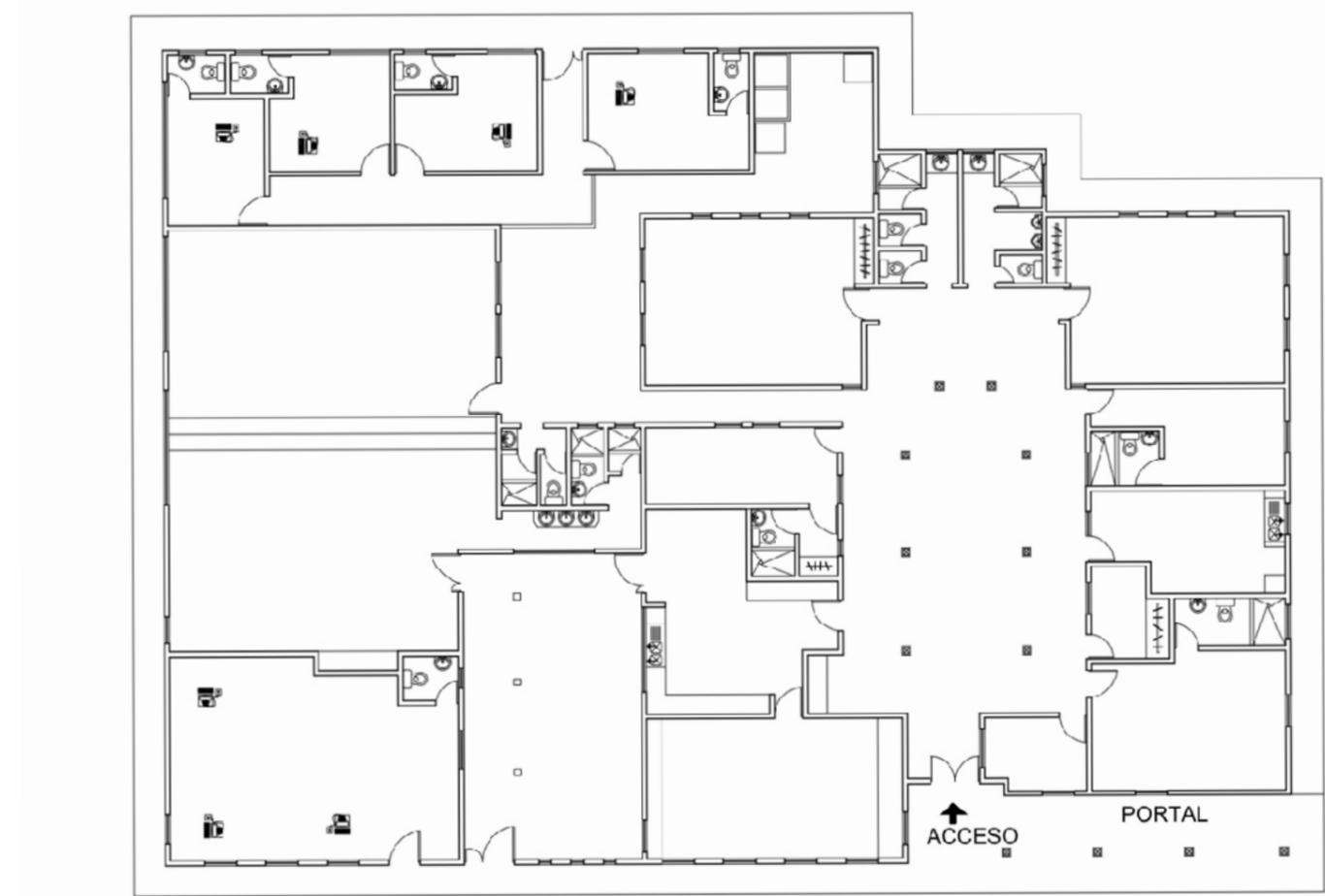


Fuente: Consultora de Arquitectura y Urbanismo UDA

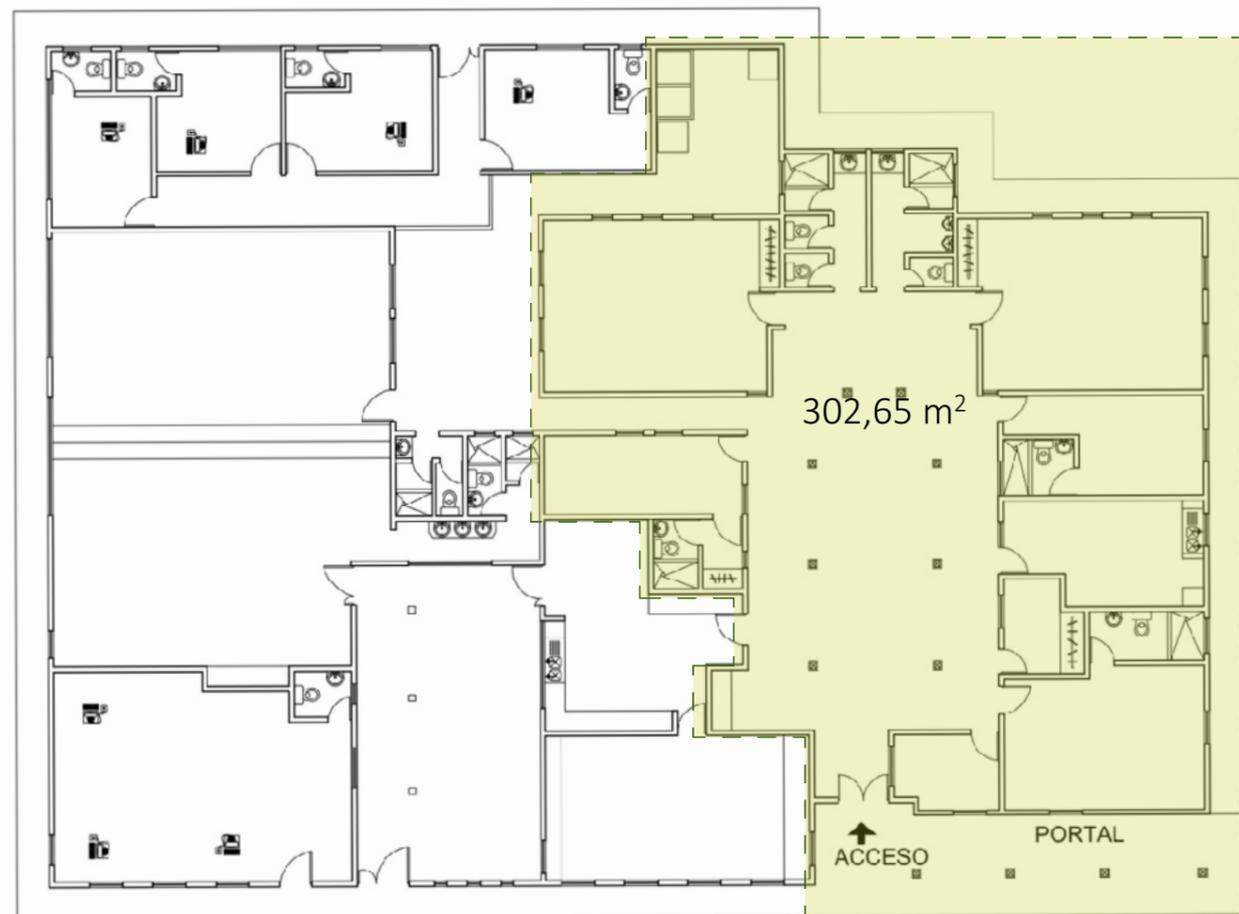


Fuente: Consultora de Arquitectura y Urbanismo UDA





3.3 Área a Intervenir



Fuente: Elaboración propia

PROGRAMA		
LISTADO DE ESPACIOS	CAPACIDAD (PERSONAS)	NECESIDADES
Área Administrativa	2	Adecuación del espacio, iluminación, mobiliario
Dirección	3	Adecuación del espacio, iluminación, mobiliario
Archivo	1	Requiere maquinaria especial de tamaño 2mx1m
Consultorio Podología	3	Adecuación del espacio, iluminación, mobiliario, instalaciones de agua
Consultorio	3	Adecuación del espacio, iluminación, mobiliario, instalaciones de agua
Oficina para tres consultorios (Psicología, Nutrición, Educación)	3	Adecuación del espacio, iluminación, mobiliario, instalaciones de agua, solo lavamanos.
Sala de reuniones	10	Adecuación del espacio, iluminación, mobiliario
Consultorio	3	Adecuación del espacio, iluminación, mobiliario, instalaciones de agua
Área de nutrición	10	Adecuar el espacio para que se pueda preparar los alimentos
Farmacia y Tienda	6	Adecuación del espacio, iluminación, mobiliario
Recepción y Sala de Espera	50	Adecuación del espacio, iluminación, mobiliario
Bodega	2	Adecuación del espacio, iluminación, mobiliario

Fuente: Elaboración propia

Para el proyecto de la Casa de la diabetes, no se intervendrá todo el espacio, debido a situaciones ajenas de la casa de Salud, se deberá intervenir un espacio de 302,65m². Entonces tenemos una lista específica de los espacios que se necesitan actualmente dentro de La Casa de la diabetes, principalmente nos encontramos con una gran diversidad de consultorios donde se atenderán diversas necesidades de los pacientes que comúnmente recurren a la casa de salud.

Uno de los aspectos destacables es que al ser simplemente una casa de salud, no dispondrá de espacios para hospitalización para varios días, pero si contara con un programa extra además de los consultorios, como por ejemplo, áreas de nutrición, farmacias y tiendas, una gran recepción y sala de espera para otorgar un bienestar y espacios de confort no solo para los pacientes sino para los usuarios que habitan a diario la Casa de la Diabetes.

Dentro del cuadro de especificaciones, podemos observar necesidades similares dentro de los distintos espacios, como por ejemplo, la adecuación del espacio y correcto uso de iluminación y mobiliario, con el objetivo de otorgar confort en cada uno de los espacios que componen La Casa de la Diabetes.

Estrategias

4.1 Estrategias Diseño Salutogénico

Conexión con la naturaleza

La implementación de espacios verdes ya sea en el interior o al exterior de La Casa de la Diabetes es fundamental para las estrategias de diseño. Los mismos deberán incluir caminerías accesibles y espacios de relajación donde el contacto con un entorno natural sea de gran utilidad para reducir los efectos de ansiedad y estrés que están presentes en los pacientes. Además, se debe implementar los jardines sensoriales, donde podemos ver especies vegetales de diferentes texturas y colores, las mismas que estimulan de manera positiva las sensaciones de los pacientes.

Implementar espacios que otorguen vistas directas a la naturaleza mediante una gran cantidad de ventanas ofreciendo vistas hacia los jardines o paisajes que rodean las habitaciones donde los pacientes pasan la mayoría de tiempo, colocar elementos de agua como fuentes o jardines de agua interiores otorgaran a los usuarios sensaciones de serenidad y una gran conexión con la naturaleza.

Al ser un lugar donde los pacientes pasan una gran cantidad de tiempo, el colocar huertos terapéuticos puede funcionar para una participación activa de los usuarios en el cuidado de plantas o simplemente macetas o pequeños jardines donde los pacientes cultivan una diversidad de hierbas, vegetales o plantas comestibles que además promuevan una dieta saludable.



Fuente: Elaboración propia

Diseño orientado a la reducción del estrés

Entre las diversas estrategias que se pueden implementar para procurar tener espacios orientados a la reducción del estrés encontramos el diseñar espacios despejados, organizados de una manera minimalista con una circulación fluida que nos ayude a evitar aglomeraciones y con esto evitar momentos de estrés a los pacientes.

El uso de una correcta iluminación tanto natural como ajustable es fundamental para crear dichos espacios, por ejemplo, la luz natural ayuda a regular el ritmo circadiano que es fundamental en la salud de los pacientes con diabetes, así como la iluminación artificial ajustable ayuda a regular la luz según las preferencias del paciente afectando a su estado emocional.

Los espacios de descanso o meditación funcionan como estrategias de reducción del estrés, siendo lugares silenciosos, además de usar colores relajantes y calmantes con el objetivo de reducir la ansiedad y mejorando el bienestar de los pacientes.

El mobiliario cómodo y ergonómico es fundamental dentro de espacios de salud, siendo el mobiliario relajante, cómodo y adaptable, el que otorgue a los pacientes y soporte adecuado según las necesidades, reduciendo de esta manera el estrés físico en un lugar donde pasan un tiempo muy prolongado.



Fuente: Elaboración propia

Optimización de luz natural

La luz natural es fundamental dentro de espacios de salud, por lo que se debe optar por la maximización de entrada de luz natural, incluyendo grandes ventanales en áreas como habitaciones o consultorios, donde los pacientes pasan una gran cantidad de tiempo.

Si no es posible implementar grandes ventanales debido a que también se desea otorgar privacidad a los espacios, se puede optar por tragaluces y claraboyas para áreas comunes o salas de descanso y terapia.

El uso de reflectores y superficies reflectantes es importante, por lo que la incorporación de materiales reflectantes como espejos o vidrios, son de gran ayuda para lograr la dispersión de luz a lo largo de todo el espacio.

Sin embargo, existen días donde la luz natural no es suficiente para todo el espacio, por eso es posible que la iluminación artificial está diseñada para imitar la luz natural en diferentes etapas del día, lo cual ayudará a mantener el ritmo circadiano de todos los usuarios que habitan estos espacios.

Otra de las estrategias fundamentales se encuentra en el diseño que trate de minimizar el deslumbramiento mediante aleros o la implementación de materiales como vidrio mate o difuso.



Fuente: Elaboración propia

Colores y texturas relajantes

Dentro de una casa de salud está el uso de colores relajantes y terapéuticos, donde se utilice una paleta de colores suaves como pueden ser pasteles tanto en muebles y textiles para reducir la ansiedad y estrés.

Se debe optar por crear contrastes suaves, evitando crear contrastes marcados otorgando una atmósfera tranquila y una sensación de continuidad en todo el espacio.

Entre las estrategias más importantes se encuentra el uso de la naturaleza, por lo tanto, en cuanto a colores también debemos utilizar patrones o texturas que imitan formas naturales, además de materiales como el mármol o piedras de tonos claros añaden gran calidez al espacio.

El uso de una paleta de colores diferente para áreas específicas, como para descanso o áreas comunes y de socialización ayuda a crear ambientes positivos sin la necesidad de sobreestimar los espacios.

El control del brillo y la saturación del espacio es esencial dentro de dichos espacios, colores de baja saturación son más relajantes para la vista lo que otorga un ambiente más calmado para la gran diversidad de usuarios. Además es importante colocar una iluminación para complementar tonos suaves y relajantes.



Fuente: Elaboración propia

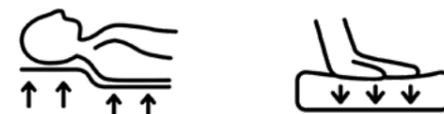
Mobiliario ergonómico y accesible

La ergonomía debe ser fundamental y adaptada a las distintas necesidades de los pacientes, el mobiliario debe adaptarse a los diferentes cuerpos y otorgar un soporte adecuado a todos los usuarios, además de que en áreas de tratamiento cada uno de los mobiliarios debe ser ajustable para evitar problemas circulatorios.

A pesar de que debe ser ajustable, las alturas de estos deben ser accesibles para personas con movilidad limitada y permitir que los mismos actúen en todo el espacio, lo que evitará en gran parte la ansiedad y el estrés.

Al ser una casa de salud, las camas o camillas de atención también deberían ser ajustables, donde los pacientes encuentren con cierta facilidad una postura que los mantenga cómodos durante todo el tiempo que pasen en el lugar, además de no tener problemas en cuanto a la accesibilidad de las mismas.

También, el mobiliario deben ser realizados con materiales higiénicos con una gran facilidad de limpieza, se debe utilizar superficies antibacterianas debido a que se encuentra en un entorno de salud, esto nos permite tener espacios seguros y saludables, además de que sus materiales deben ser duraderos, que reduzcan el polvo, bacterias o gérmenes que se acumula dentro de casas de salud.



Fuente: Elaboración propia

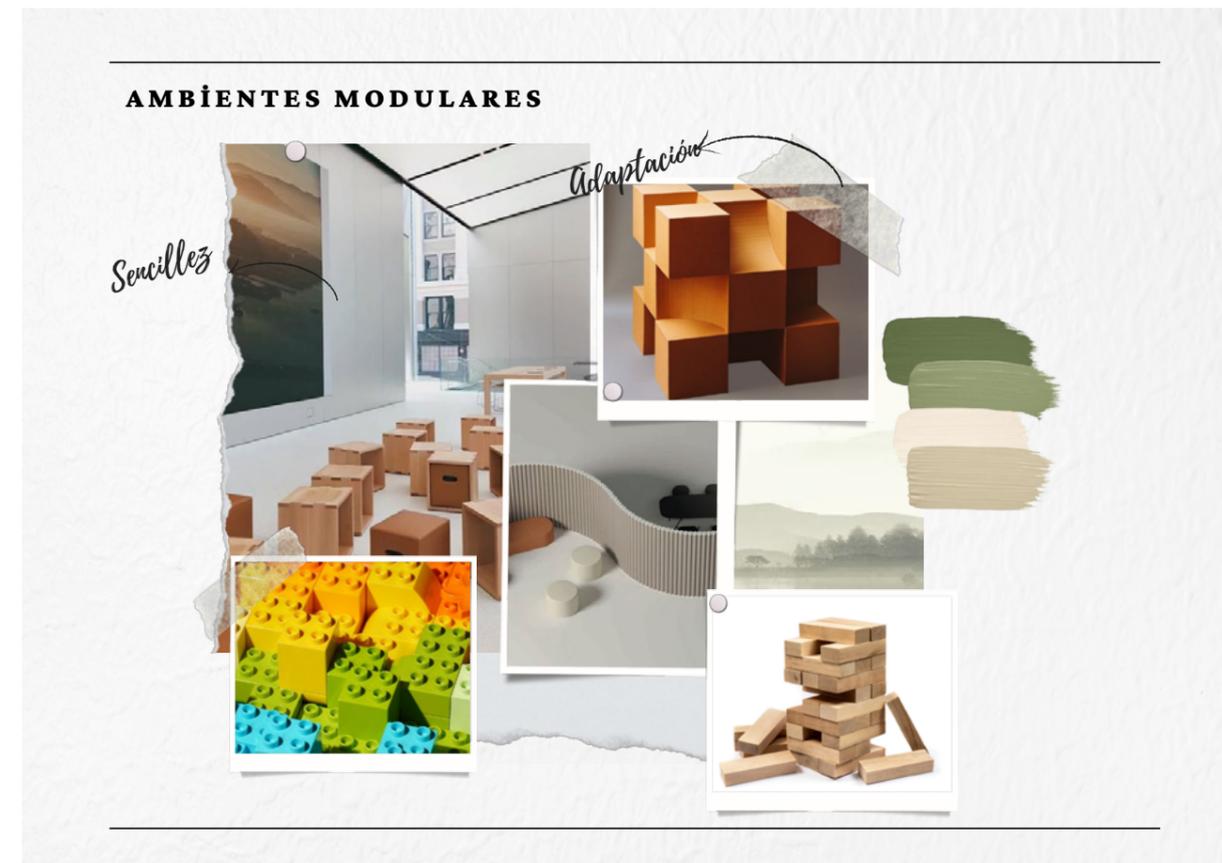
Ambientes modulares

Los espacios dentro la casa de salud deben ser flexibles y adaptables, con ambientes que se adapten a las distintas necesidades de los usuarios que concurren a La Casa de la Diabetes, proporcionando espacios que promuevan el bienestar.

El mobiliario modular adaptativo, nos permite que podamos configurar los distintos espacios para lograr satisfacer distintas necesidades, permite que el espacio evolucione de acuerdo a las actividades que se realicen, además de crear ambientes dinámicos para los pacientes.

Dentro del espacio se debe proponer zonas de tratamiento modulares, con estaciones móviles que permiten que los espacios se reconfiguren dependiendo de las distintas necesidades que presentan los pacientes de La Casa de la Diabetes, permitiendo también reconfigurar los espacios para otras actividades cuando no sean utilizados por los pacientes.

Los espacios clínicos modulares nos permiten adaptar rápidamente para distintos usos, ya sea consultas sencillas, chequeos de rutina o hasta intervenciones más complejas, lo cual dentro de La Casa de la Diabetes nos resulta muy útil debido a las distintas necesidades que se presenta día a día con los diferentes pacientes.



Fuente: Elaboración propia

Uso de tecnologías inteligentes

Entre las características a implementar dentro de una casa de salud está el uso de tecnologías inteligentes para crear entornos más seguros y personalizados para los trabajadores como para los pacientes del centro médico, para mejorar el bienestar.

El monitoreo remoto del estado de salud de los pacientes es un aspecto a destacar y que se puede implementar dentro de las estrategias, dispositivos inteligentes para analizar y monitorear la glucosa y signos vitales a través de sensores que se encuentran conectados al cuerpo del paciente.

Otra de las estrategias a implementar son los sistemas de gestión de energía inteligentes, que nos ayuda a que la calefacción y ventilación se puedan ajustar automáticamente la temperatura en función de las preferencias y necesidades de los pacientes, manteniendo una ventilación y temperatura adecuada en la casa de salud.

Al ser una casa de salud que recibe una gran cantidad de usuarios con distintas capacidades, ya sea físicas o mentales, es necesario la implementación de sensores de movimiento y seguridad inteligente, donde nos ayude a la prevención de caídas detectando movimientos anormales y enviando alertas al personal de salud, además de cámaras inteligentes para monitorear áreas críticas del lugar y detectar situaciones de emergencia en el lugar.



USO DE TECNOLOGÍAS INTELIGENTES



Fuente: Elaboración propia

Fomento de la interacción social

El fomentar la interacción social dentro de una casa de salud se convierte en algo fundamental para mejorar el bienestar físico y emocional de los pacientes, reduciendo el estrés y la ansiedad.

Los talleres educativos e implementar clases grupales crean entornos donde los pacientes aprenden y experimentan situaciones juntos, donde se apoyan mutuamente para reforzar el sentido de comunidad.

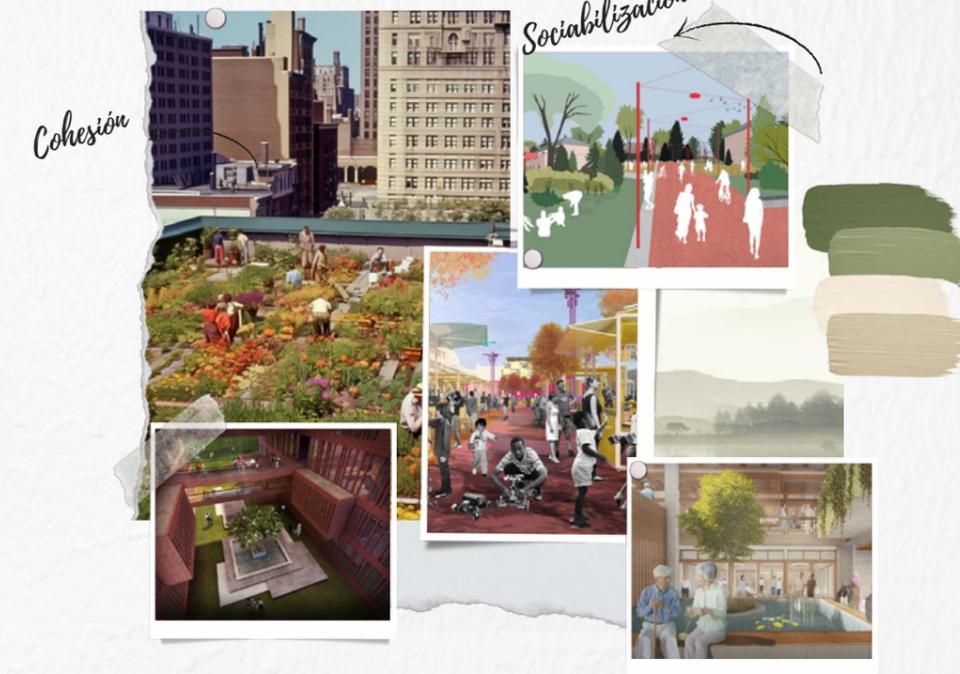
Las áreas verdes y los jardines terapéuticos son esenciales para una interacción social en el interior de un espacio relajante, con espacios de descanso grupales donde se realicen actividades en grupo.

La Casa de la Diabetes no solo recibe a los pacientes diabéticos, recibe a familiares y visitantes, entonces, se necesita espacios y salas de interacción donde los pacientes puedan pasar tiempo de descanso con los usuarios que visitan el centro, además, dichos espacios pueden abrirse a la comunidad.

Por último, entre las estrategias principales está el diseño participativo centrado en la comunidad, donde se involucre a los usuarios y los pacientes, mediante los cuales puedan expresar sus necesidades y compartir diversos desafíos y éxitos dentro de su gestión de la diabetes, formando una comunidad que se base en la empatía y la experiencia compartida entre una gran diversidad de usuarios.



FOMENTO DE LA INTERACCIÓN SOCIAL



Fuente: Elaboración propia

Optimización de la movilidad y accesibilidad

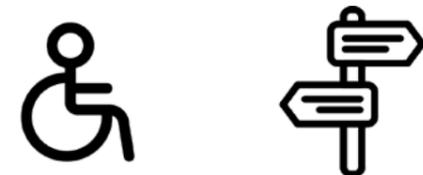
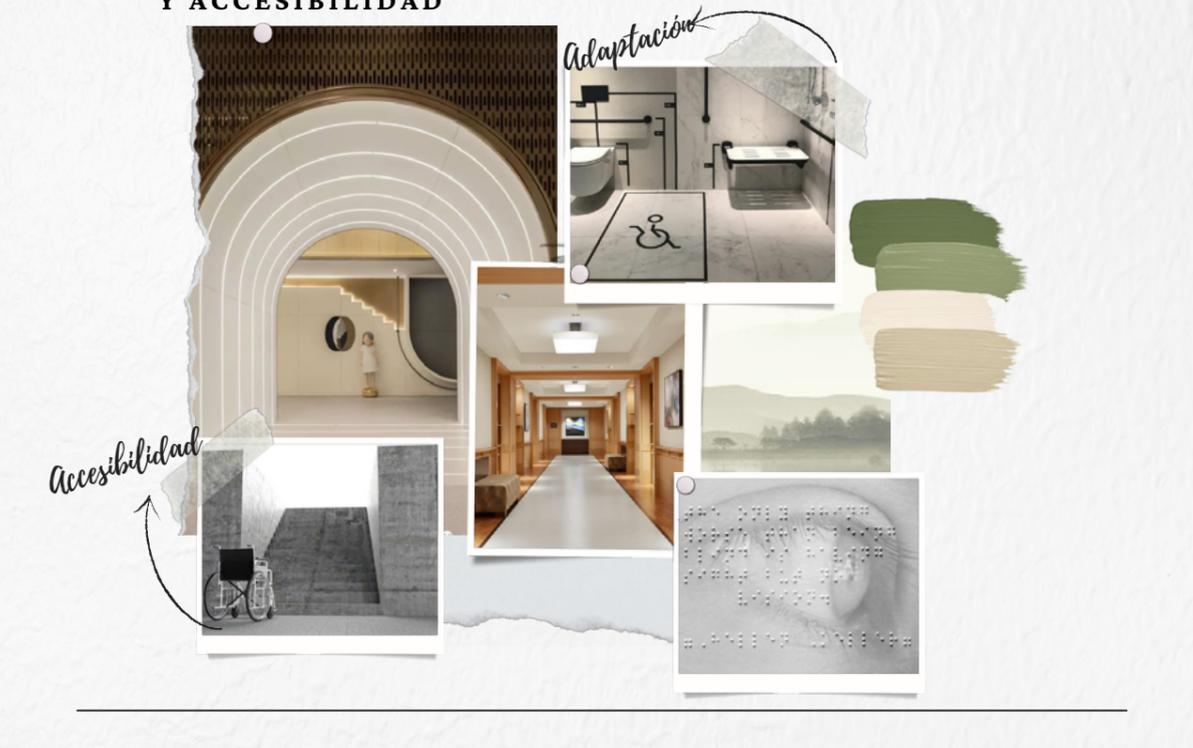
Es fundamental crear espacios inclusivos debido a la gran diversidad de usuarios y pacientes que habitan a diario La Casa de la Diabetes, entonces se debe promover un espacio seguro y funcional que nos ayude con el bienestar y confort de los usuarios.

Entonces, principalmente se debe promover espacios donde la circulación sea libre y sin ninguna restricción o barrera, además de las puertas y espacios lo suficientemente amplios como para usuarios con capacidades diferentes de movilización. Esto trae consigo la implementación de superficies continuas sin cambios de nivel notorios y materiales antideslizantes que ayudan a evitar caídas debido a varias razones.

La señalización debe ser clara y fáciles de leer, además de ser ubicados de una manera estratégica, promover que la señalización se encuentre bien iluminada que ayude a la accesibilidad dentro de todos los espacios. Además, se necesita señalización en braille debido a las capacidades diferentes de los usuarios.

Como una de las estrategias se menciona los jardines y espacios verdes, así que los mismos deben ser accesibles, involucrando pasillos anchos y nivelados, utilizar barandales de apoyo así como materiales antideslizantes, pensando siempre en el confort y el bienestar de los usuarios.

OPTIMIZACIÓN DE LA MOVILIDAD Y ACCESIBILIDAD



Fuente: Elaboración propia

Diseño centrado en la monitorización y el autocuidado

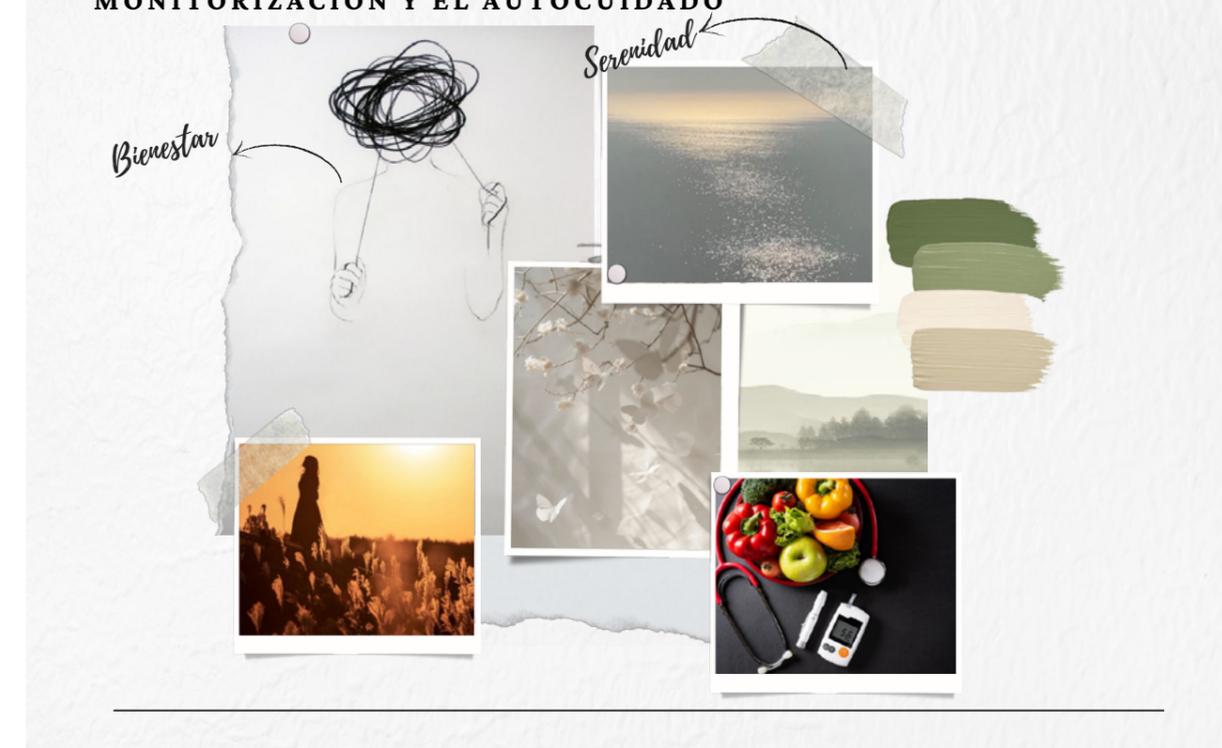
El autocuidado se ha convertido en un aspecto fundamental dentro de una casa de salud, como lo es La Casa de la Diabetes, donde se promueve a los pacientes a que controlen su propia condición de una manera más efectiva, ofreciendo una variedad de espacios donde se fomente la autogestión.

Colocar puntos de autocontrol en diversas áreas comunes, otorgando a los pacientes que puedan medir su nivel de glucosa y otros aspectos claves con su salud, además de que estas estaciones o puntos de autocontrol deben otorgar al paciente de privacidad evitando que los mismos sientan ansiedad o estrés.

Al ser una casa de salud, contiene diversas habitaciones que deben encontrarse equipadas con una diversidad de dispositivos que ayuden al autocontrol de los pacientes, así que la tecnología juega un papel clave y fundamental dentro de las casas de salud.

Como se debe implementar puntos de autocontrol, también es necesario tener puntos o paneles de control donde los pacientes sepan y tengan una retroalimentación de su estado de salud, colaborando de esta manera con el bienestar y la mejora en la calidad de vida de los pacientes, además de implementar sistemas de recordatorios inteligentes para alertar a los pacientes de posibles situaciones.

DISEÑO CENTRADO EN LA MONITORIZACIÓN Y EL AUTOCUIDADO



Fuente: Elaboración propia

Mejora de iluminación circadiana

La iluminación natural y artificial es un punto muy importante dentro del diseño salutogénico, debido a que de esto deriva la iluminación circadiana, que ayuda a mejorar en gran medida la salud y el bienestar de los pacientes y diversos usuarios.

Como primer punto a destacar y lo que el diseño debe proponer encontrar es la optimización y maximización de la iluminación natural, incorporando a los distintos proyectos una gran cantidad de ventanas que permitan el ingreso de luz natural a la mayoría de los espacios posibles.

Uno de los aspectos polémicos es la iluminación artificial y el deslumbramiento que suele generar en los pacientes dentro de casas de salud, entonces se debe procurar utilizar fuentes de iluminación indirecta y difusa otorgando una iluminación relajada y calmante dentro de los distintos espacios.

Aquí entra en función el diseño arquitectónico y la importancia del mismo dentro de espacios como patios internos que ayuden a canalizar la luz natural y transmitirla a la gran mayoría de espacios posibles.

Esta iluminación circadiana debe ser controlada dentro de espacios de consulta y terapia, creando entornos acogedores donde se reduce el estrés y promueve ambientes relajados durante sus visitas médicas al centro de salud.



Fuente: Elaboración propia

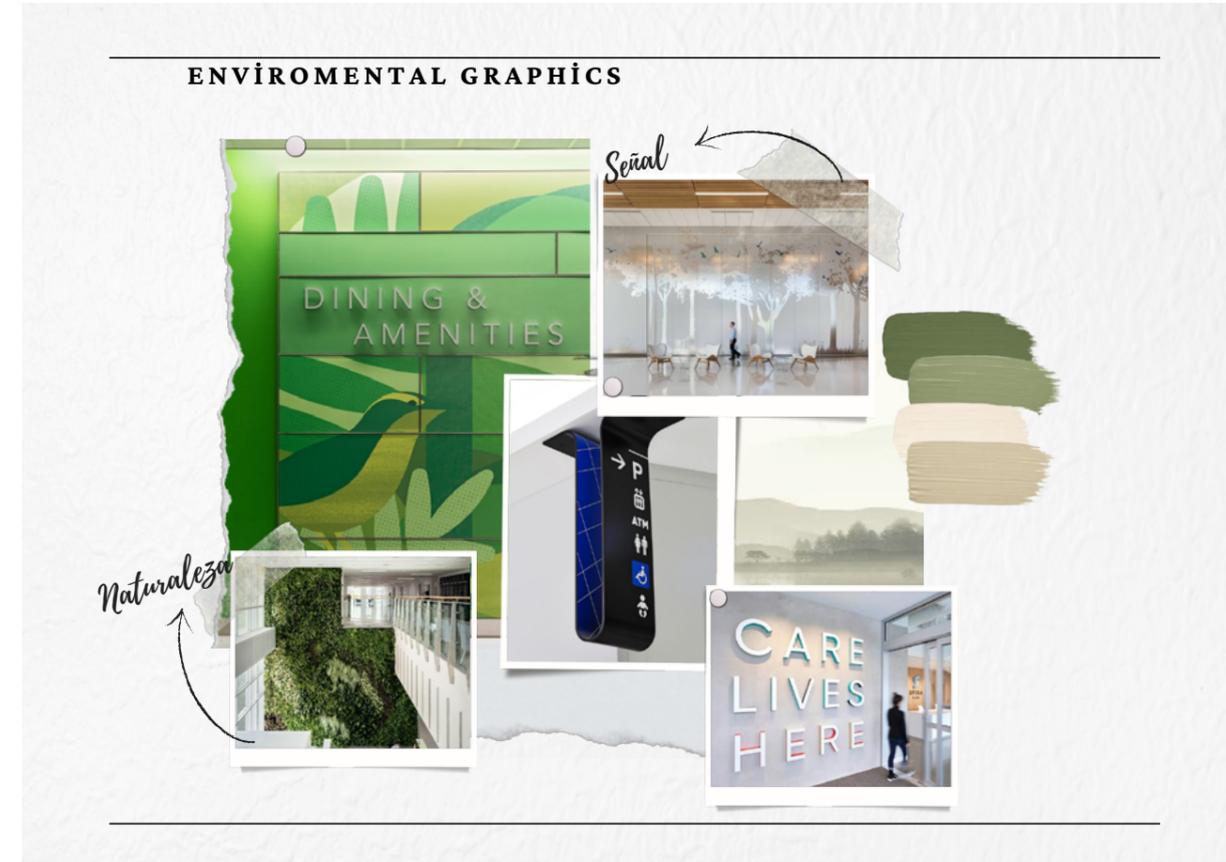
Enviromental Graphics

Environmental Graphics combina el diseño gráfico con la arquitectura y el diseño interior, consiste en el uso de imágenes, textos o gráficos que se encuentren integrados con el espacio físico y permitan la creación de espacios de bienestar, confort y que tengan un impacto psicológico y emocional.

Entonces se debe utilizar gráficos que nos informe sobre el manejo de la diabetes con infografías que resulten atractivas para los usuarios que eduquen sobre la importancia de una alimentación saludable y el autocuidado de los pacientes.

Una de las principales estrategias a utilizar dentro de la casa de salud es la naturaleza, entonces el uso de murales de paisajes naturales que ayuden a generar sensaciones de confort y tranquilidad se deberían ubicar en áreas comunes que motiven a los pacientes y los hagan sentirse más seguros.

No solo debemos incluir gráficos estáticos, es importante el implementar gráficos interactivos que cuenten con la participación de los pacientes donde interactúan de diversas maneras con su entorno y funcione como una motivación para continuar con los distintos procedimientos.



Fuente: Elaboración propia



Propuesta de diseño

5.1 Intenciones

El diseño interior que se propone para La Casa de la Diabetes en Cuenca, Ecuador, cuya base principal se enfoca en el diseño salutogénico, debe pensar no solo en el bienestar médico de los pacientes, sino pensar además en el bienestar integral de los mismos. Un diseño saludable debe enfocarse en implementar una diversidad de espacios que ayuden a disminuir la tensión y estrés, promoviendo de esta manera una mejor calidad de vida, un aspecto fundamental para el tratamiento de pacientes con diabetes, debido a que muy comúnmente tienen dificultades físicas y emocionales, las cuales van muy relacionadas con su condición.

La naturaleza y su integración del espacio es un aspecto fundamental dentro de la propuesta, el contacto constante con la misma ha demostrado generar sensaciones positivas tanto en el bienestar físico como emocional de los pacientes así como sus acompañantes o trabajadores del lugar. Además, ayuda de gran manera a reducir el estrés y ansiedad que muy comúnmente se presenta en pacientes con diabetes, de esta manera, controlando su estado de ánimo, también ayuda para mantener controlado su nivel

de glucosa en la sangre. Así que es fundamental implementar jardines interiores y exteriores para mantener un constante contacto directo con la naturaleza regulando todas las emociones de los pacientes.

El diseño interior debe proponer implementar en su mayoría una iluminación directa desde el exterior, generando una sensación positiva hacia los pacientes, implementando ventanas hacia lugares que nos puedan otorgar una gran iluminación natural, de esta manera, la sensación de los pacientes de estar encerrados dentro de un cubículo disminuye en gran cantidad, por la conexión con la naturaleza y el exterior. Además, el mobiliario y arquitectura orgánica juega un papel importante dentro del diseño, áreas de descanso e interacción social que se implementaron ayuda a una reducción del estrés y ansiedad de los pacientes.

Otro elemento fundamental es el uso de formas orgánicas en el diseño propuesto. En lugar de implementar líneas rectas que podemos encontrar en cualquier centro médico, el uso de elementos orgánicos genera una percepción de fluidez y equilibrio en los lugares. Las formas orgánicas

contribuyen a generar un ambiente más acogedor y menos imponente, lo cual es especialmente beneficioso para las personas que ya están experimentando el estrés relacionado con el tratamiento de una enfermedad crónica. Así que es importante dentro de la propuesta, generar espacios de descanso o circulación que adopten estas características orgánicas, ayudando así a mejorar la calidad de vida de los pacientes.

El contacto con formas inspiradas en la naturaleza ha sido comprobado como beneficioso para disminuir el estrés, lo cual es esencial para las personas con diabetes, quienes deben lidiar con una carga emocional importante. Este enfoque de diseño contribuye a la creación de un entorno más humanizado, disminuyendo la ansiedad que generalmente se relaciona con las visitas a instalaciones médicas.

Uno de los aspectos fundamentales dentro de La Casa de la Diabetes es la accesibilidad, debido a que los pacientes pueden experimentar diversas dificultades con respecto a su movilidad, es necesario contar con caminerías y espacios seguros para que cualquier usuario pueda acce-

der a los mismos. Entonces, es necesario y fundamental que el mobiliario sea ergonómico y adaptable a las diversas necesidades que tienen los distintos pacientes, así que se propone un mobiliario en general, para los consultorios y salas de espera se propone mobiliario accesible y flexible, adaptándose a las condiciones que presenten los pacientes con diabetes.

La iluminación natural es vista como un aspecto crucial en La Casa de la Diabetes. Diversas investigaciones han demostrado que la luz solar impacta significativamente la salud física y emocional de las personas, contribuyendo a regular los ritmos circadianos y a mejorar la calidad del descanso. Para los pacientes con diabetes, quienes a menudo experimentan fatiga y problemas para dormir, la exposición a la luz natural puede ser beneficiosa para su bienestar en general. La propuesta de los distintos espacios dentro de la casa de salud debe asegurar que se maximice la entrada de luz natural mediante ventanas hacia el interior de la mayoría de espacios y un tragaluz central en la edificación. Esta iluminación, junto con sus beneficios físicos, crea también un ambiente más amigable y agradable, reduciendo

la sensación de estar en un entorno médico y promoviendo una atmósfera que favorezca el bienestar.

Junto con la luz solar, se debe considerar con cuidado la planificación de la iluminación artificial. Es recomendable emplear iluminación indirecta y con contraste reducido con el fin de evitar el deslumbramiento y crear un ambiente relajante. Modificar la intensidad lumínica en diferentes momentos del día puede ser beneficioso para cubrir las necesidades específicas de cada paciente y fomentar un entorno más personalizado.

El mobiliario ergonómico es crucial en la planificación de una clínica dedicada a la diabetes. Aquellas personas con esta condición a menudo experimentan problemas físicos en sus extremidades, como la neuropatía, que puede afectar su movilidad y causar molestias. Para este propósito, el mobiliario debe ser diseñado para proporcionar un respaldo adecuado y garantizar la comodidad. Se requiere que las sillas, camas y mesas sean diseñadas de tal manera que posibiliten una postura adecuada y eviten la presencia de molestias o complicaciones debidas a una ergonomía deficiente.

Entonces, existen diversas intenciones que se implementaran en la propuesta de diseño cuyo unico objetivo sera el mejorar la calidad de vida de los pacientes y usuarios en general de La Casa de la Diabetes, enfocados en satisfacer las distintas necesidades que se pueden presentar en un entorno en el cual se tiene un gran flujo de población a diario.

Así que la integración de la naturaleza, iluminación natural, mobiliario ergonómico, una correcta implementación de formas orgánicas dentro de la propuesta, ayudan a satisfacer las necesidades de los pacientes, ayudándolos a mejorar tanto física como emocionalmente.

5.2 Estilo

Wabi-Sabi

Cuando hablamos del estilo Wabi-Sabi, nos referimos a una filosofía japonesa que trata sobre la belleza y la sencillez dentro de la imperfección, expandiéndose dentro del diseño interior, especialmente cuando se busca crear entornos orgánicos dentro del espacio. De esta forma, entre los aspectos fundamentales de este estilo se encuentra la implementación de elementos en estado natural y evitar una búsqueda de perfección al momento de diseñar espacios equilibrados.

Así que, el Wabi-Sabi busca recordar al mundo que nada es permanente en el tiempo, que la búsqueda de la belleza se encuentra en la continua transformación de los espacios, sus materiales con el respectivo envejecimiento de los mismos, que ayuden a contar una historia sobre el paso del tiempo al observar cómo los mismos envejecen y cambian su forma, color, etc.

La imperfección es uno de los aspectos más significativos del Wabi-Sabi, no buscan esconder los errores o las imperfecciones del lugar, sino destacarlas y realizarlas como una muestra de autenticidad del lugar. Además, otra de las característi-

cas fundamentales del estilo, es la implementación de materiales naturales, y rústicos, como la piedra, madera o cerámicas elaboradas a mano, con la intención de observar una personalidad propia dentro de cada ambiente. Por lo tanto, es común que estos materiales los implementen dentro de los espacios al natural, es decir, sin ningún tipo de procesamiento para destacar sus imperfecciones como una cualidad.

Además de los materiales para la construcción, la vegetación y naturaleza forman parte esencial del estilo, el incluir elementos orgánicos que emulan la naturaleza exterior, árboles o macetas con plantas, crean una conexión directa entre el interior y su entorno exterior inmediato. (Carlino de Paz, 2024.)

Las paletas de colores en tonos suaves y tenues, buscan generar ambientes de calma y paz, asemejándose a la naturaleza exterior de los lugares, además de que al utilizar esta gama de colores, los materiales se pueden realzar y destacan sin necesidad de un procesamiento. Apoyan a un ambiente de paz, tranquilidad y una reducción de estrés, fundamental para una casa de salud

que atiende a pacientes con diabetes, los cuales están en un constante situación de estrés y ansiedad.

Muchas veces se dice que el Wabi-Sabi tiene es igual al minimalismo, sin embargo, no es así, ya que este estilo busca adoptar ciertos aspectos como la sencillez, buscando elementos que otorguen un significado especial a los espacios. Eliminando de esta manera los adornos o elementos que no son necesarios y no aportan ningún valor a la historia del lugar.

Entonces, se puede deducir que el estilo Wabi-Sabi, dentro del diseño interior va mucho más allá de una simple tendencia, una búsqueda constante del minimalismo o una moda. El estilo emula una filosofía que nos enseña a implementar elementos de una manera más racional y siempre conectada en cierta manera a la naturaleza. Nos enseña a no buscar la perfección, valorar y dar un significado simple, crear espacios que promuevan la paz y una mejora en la calidad de vida de los pacientes y usuarios en común de La casa de la Diabetes, dentro de cada uno de los espacios.

WABI-SABI



Fuente: Elaboración propia

5.3 Propuesta

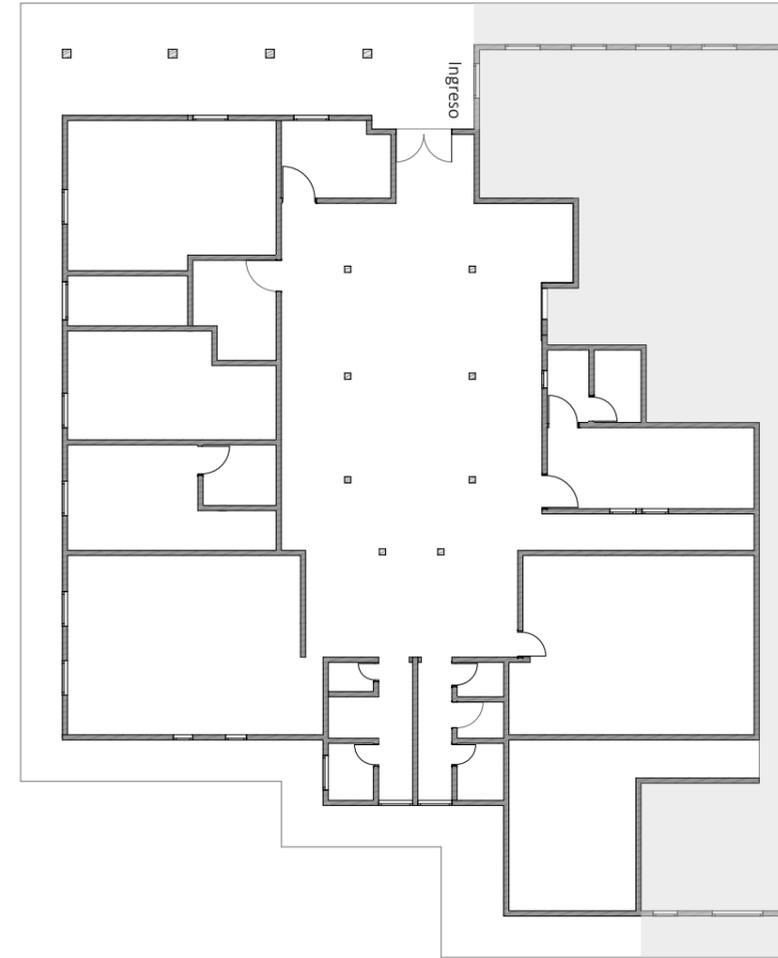
Planta Estado Actual

El estado actual del lugar donde se emplaza la casa de la diabetes no se encuentra en las condiciones óptimas para un proyecto de la envergadura que resulta la casa de salud.

Se observa que en los espacios que existen actualmente, resulta difícil emplazar consultorios, oficinas administrativas, farmacia, comedor para los trabajadores, una sala de reuniones, además de varios cubículos que son necesarios para una atención más rápida dentro de la casa de salud.

Sin embargo, al ser una edificación propia del municipio de la ciudad de Cuenca, no se puede demoler y construir paredes en su totalidad, se puede realizar cambios en la casa, sin alterar del todo su morfología principal.

De esta forma, se plantea unificar espacios para ayudar a que los mismos se adecuen de la mejor manera a las necesidades de los pacientes que recibirá diariamente La Casa de la Diabetes. así mismo, se demolerán paredes para obtener espacios con un mayor espacio de circulación, el mismo que es necesario debido a que se presentaran pacientes con dificultades de movilidad.



Fuente: Elaboración propia

5.3 Propuesta

Zonificación

- Área Administrativa
- Consultorios
- Área de Servicio
- Sala de Reuniones
- Área de Nutrición y Cocina
- Farmacia
- Bodega
- Vestíbulo y Área de Estar



Fuente: Elaboración propia

Al momento de zonificar la nueva propuesta, es importante identificar qué zona es la adecuada para la ubicación de los distintos espacios que conforman La Casa de la Diabetes.

Por un lado, se propone ubicar los espacios de área administrativa cerca del ingreso, donde se pueda atender a cualquier necesidad administrativa de los pacientes.

Otro aspecto fundamental, es la ubicación de los consultorios, debido a que son los lugares donde más comúnmente concurren los pacientes, por lo que se encuentran enfrentados a la sala de espera, donde estarán los pacientes con sus acompañantes.

La farmacia, otro punto importante del proyecto, igual se encuentra ubicada en un punto donde no genere una conglomeración, por lo que se ubica cerca de la entrada principal.

Por último, el área para los trabajadores de la casa de salud es un aspecto muy importante, debido a que los mismos deben sentirse cómodos en todo momento, la sala de reuniones y el área de nutrición se componen de espacios amplios y cómodos.

5.3 Propuesta

Planta Estado Actual

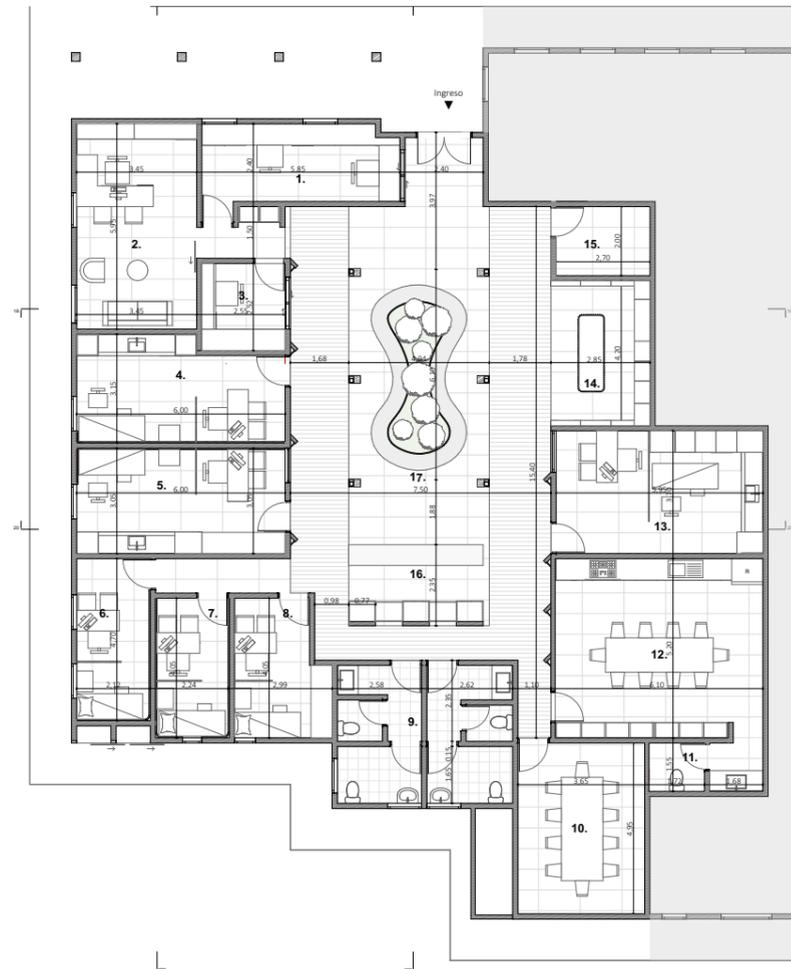
Para la propuesta, se diseñaron todos los espacios necesarios para la casa de salud. Se propone tres oficinas administrativas, una donde se manejara la dirección de la casa de salud, una segunda donde se atenderá requerimientos y una tercera oficina de archivos.

Además, se implementan tres consultorios principales para atender las necesidades de los pacientes, los cuales son adaptables y flexibles, también, se ubican tres cubículos de menor tamaño de atención a pacientes.

La sala de espera que se implementa, es fundamental dentro del espacio, es el lugar donde todos los pacientes se ubican para esperar el turno de su consulta, por lo tanto, debe ser un espacio confortable y que ayude a la calidad de vida de los pacientes.

También se propone una farmacia, la cual está dispuesta estratégicamente a que no impida una cómoda circulación de los usuarios.

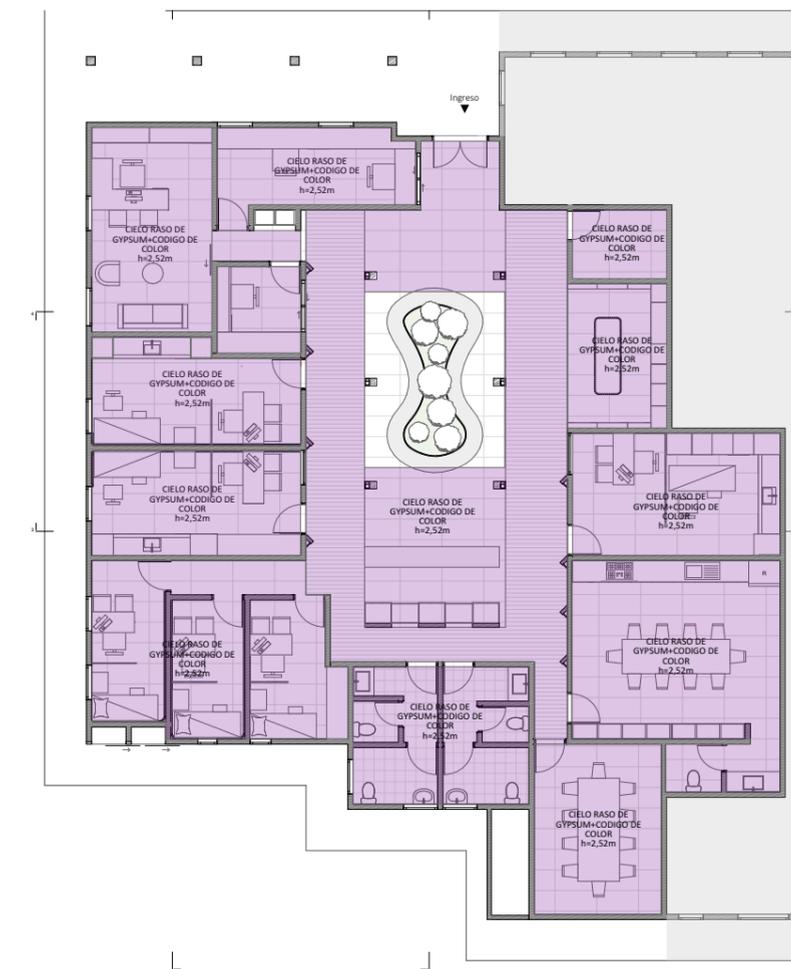
Por último, el área de nutrición y sala de reuniones para los trabajadores se vuelve muy importante, cumpliendo con las necesidades de cada uno de los mismos.



1. Área Administrativa
2. Dirección
3. Archivo
4. Consultorio Podología
5. Consultorio #1
6. Consultorio Psicología
7. Consultorio Nutrición
8. Consultorio Educación
9. Baterías Sanitarias
10. Sala de Reuniones
11. Baño Área Comedor
12. Área de nutrición y cocina
13. Consultorio #2
14. Farmacia
15. Bodega

Fuente: Elaboración propia

Cielo raso de gypsum + pintura
Marca: Sherwin Williams



Fuente: Elaboración propia

5.3 Propuesta

Cielo Raso

En cuanto a la propuesta de cielo raso para La Casa de la Diabetes, es fundamental comprender y adaptarse a un presupuesto, debido a las necesidades y capacidades.

De esta manera, se propone un cielo raso de gypsum y pintura a lo largo de todo el proyecto, pero para lograr una diferencia para el diseño se utiliza una variedad de color dentro de los distintos espacios.

Con esta opción, logramos reducir costos dentro del diseño, pero también crear un lugar acogedor, dinámico y que ayude a mejorar la calidad de vida de los pacientes y usuarios en general de La Casa de la Diabetes.

5.3 Propuesta

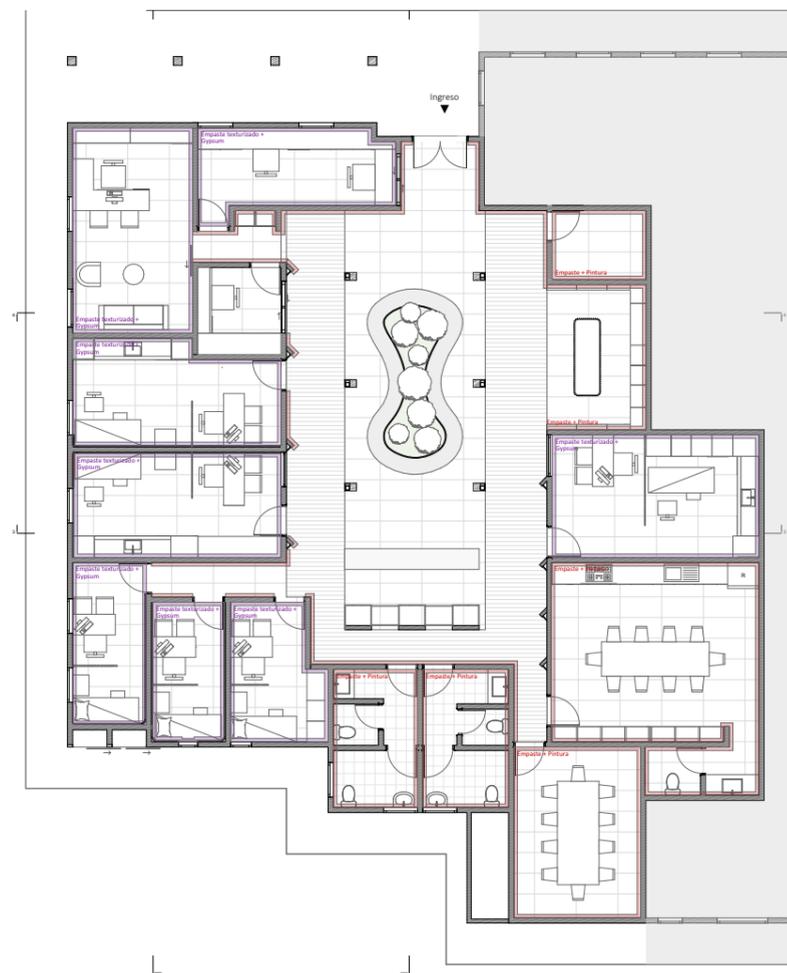
Revestimiento de Paredes

Para los revestimientos de las paredes dentro del lugar, se diferencian dos tipos de espacios, con el objetivo de generar distintas sensaciones dentro de los consultorios como de las oficinas administrativas.

Por lo tanto, para las oficinas administrativas y los consultorios, se utiliza un empaste texturizado y gypsum, con el fin de implementar diferentes espacios que ayuden al confort y la calidad de vida de los pacientes y usuarios acompañantes de los mismos, de esta forma, se rompe con el diseño tradicional de los consultorios, comúnmente, diseñados como un cubículo blanco que no genera ninguna sensación ni ayuda a evitar el estrés y la ansiedad de los pacientes,

Para los demás espacios, se utiliza empaste y pintura, con el objetivo de diseñar lugares que ayuden a sentirse cómodos, tanto a los trabajadores, que son las personas que pasan la mayoría del tiempo dentro de estos lugares.

Por lo tanto, los materiales de revestimiento son muy importantes para los distintos espacios dentro de La Casa de la Diabetes.



Fuente: Elaboración propia

Empaste texturizado +
Gypsum
Marca: Sherwin Willian

Empaste + Pintura
Marca: Sherwin Willian

Porcelanato
Marca: Graitman
Modelo: Navona Beige
Medidas: 1,20 x 0,60m

Porcelanato
Marca: Graitman
Modelo: Cipres Light Grav
Medidas: 1,20 x 0,19m



Fuente: Elaboración propia

5.3 Propuesta

Revestimientos de Pisos

Para los revestimientos de pisos, es importante analizar muy bien los espacios y que necesidad presenta cada uno de ellos, debido a que nos encontramos en una casa de salud, la cual requiere pisos con necesidades específicas.

Por lo tanto, se escogen dos tipos de porcelanato, los dos de marca Graitman, el primero utilizado para los consultorios, áreas de oficina, baterías sanitarias, área de nutrición, sala de reuniones y farmacias, los cuales requieren ser espacios con un revestimiento con un fácil nivel de mantenimiento.

Para los espacios restantes, los cuales son los pasillos y la oficina principal, se implementa otro tipo de porcelanato, el cual es maderado, con la intención de generar otras sensaciones dentro del lugar para ayudar con el confort de los pacientes.

Entonces, es importante un correcto análisis de implementación de revestimientos dentro de los distintos espacios, especialmente, dentro de La Casa de la Diabetes, un espacio muy concurrido por diferentes usuarios.

5.3 Propuesta

Secciones



Sección longitudinal

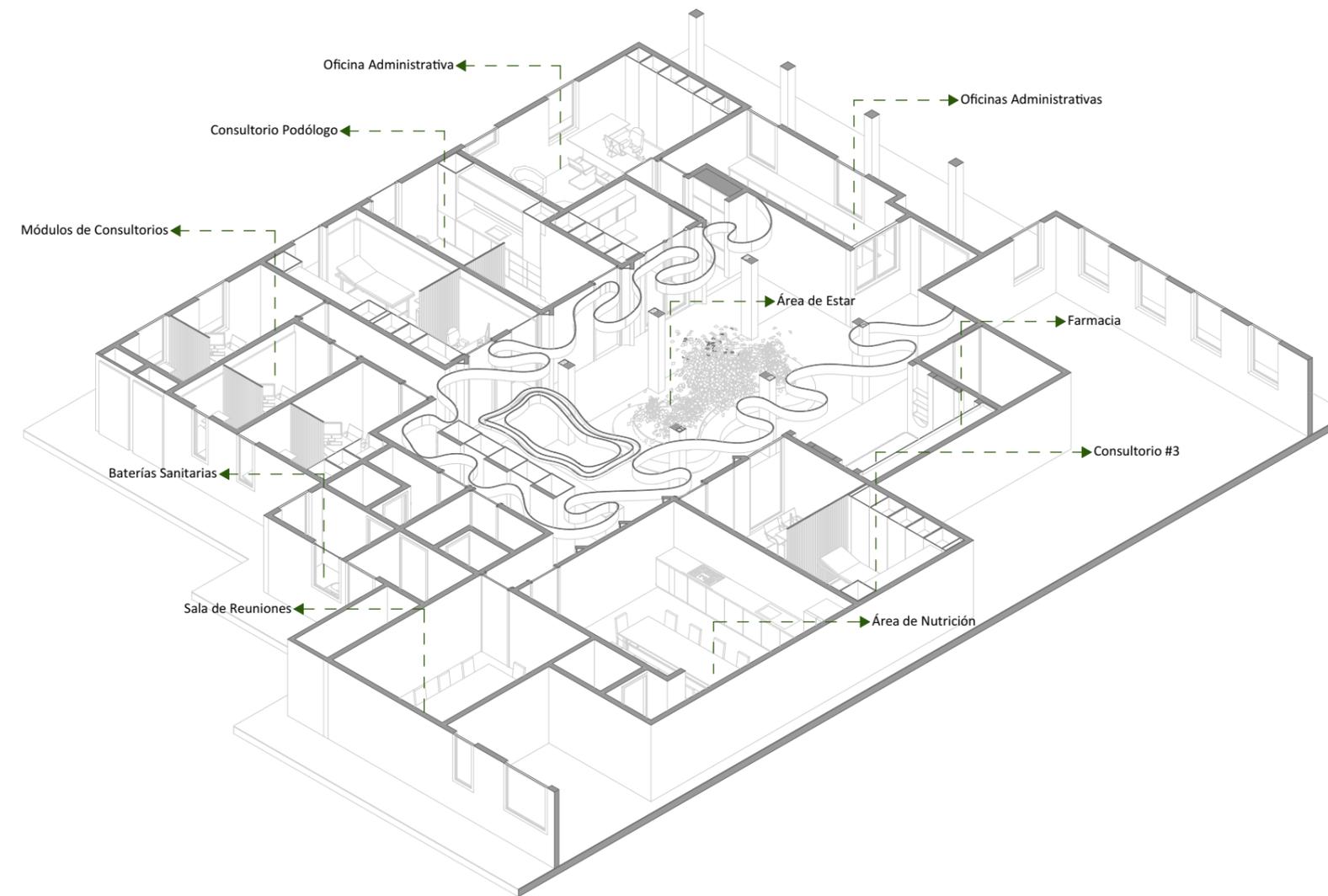


Sección transversal

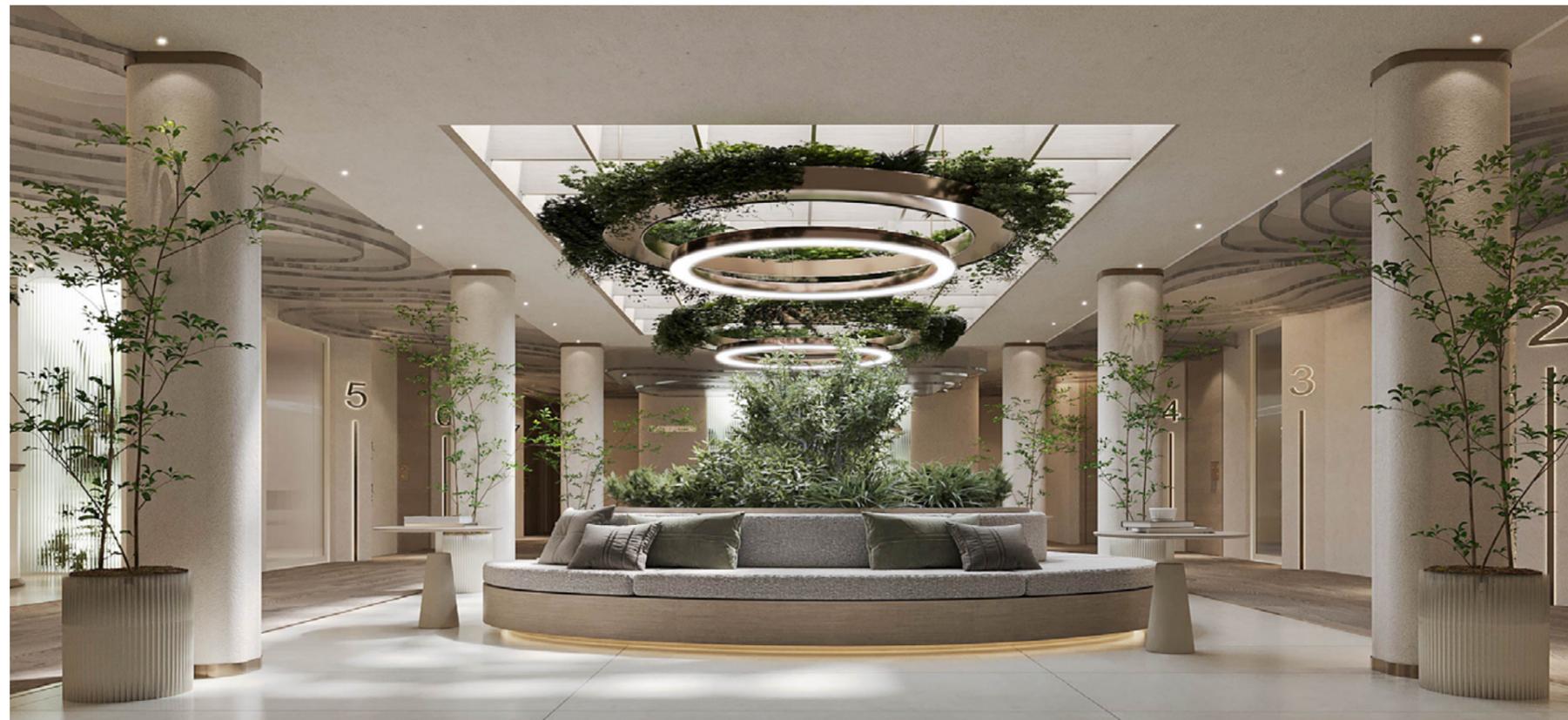
Fuente: Elaboración propia

5.3 Propuesta

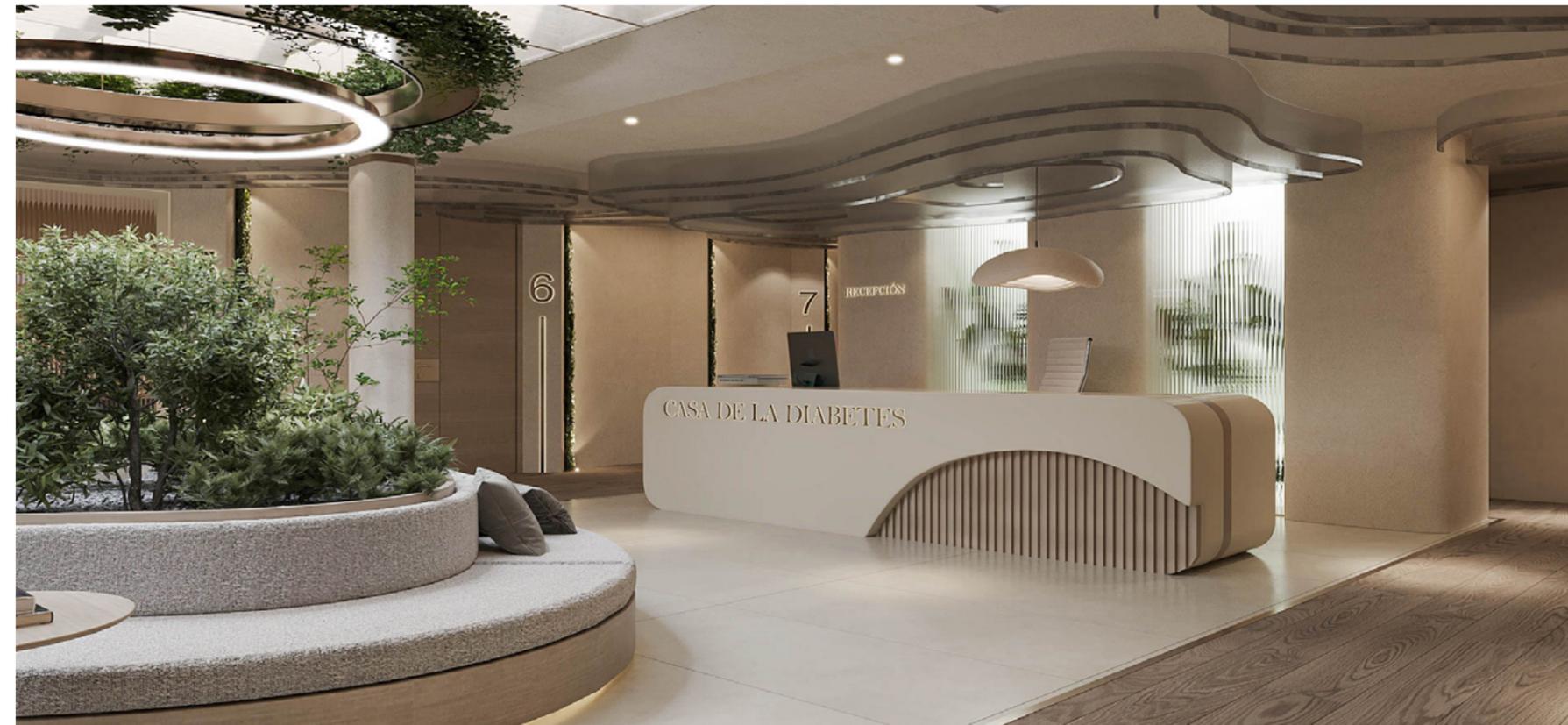
Axonometría



Fuente: Elaboración propia



Fuente: Elaboración propia



Fuente: Elaboración propia



Fuente: Elaboración propia



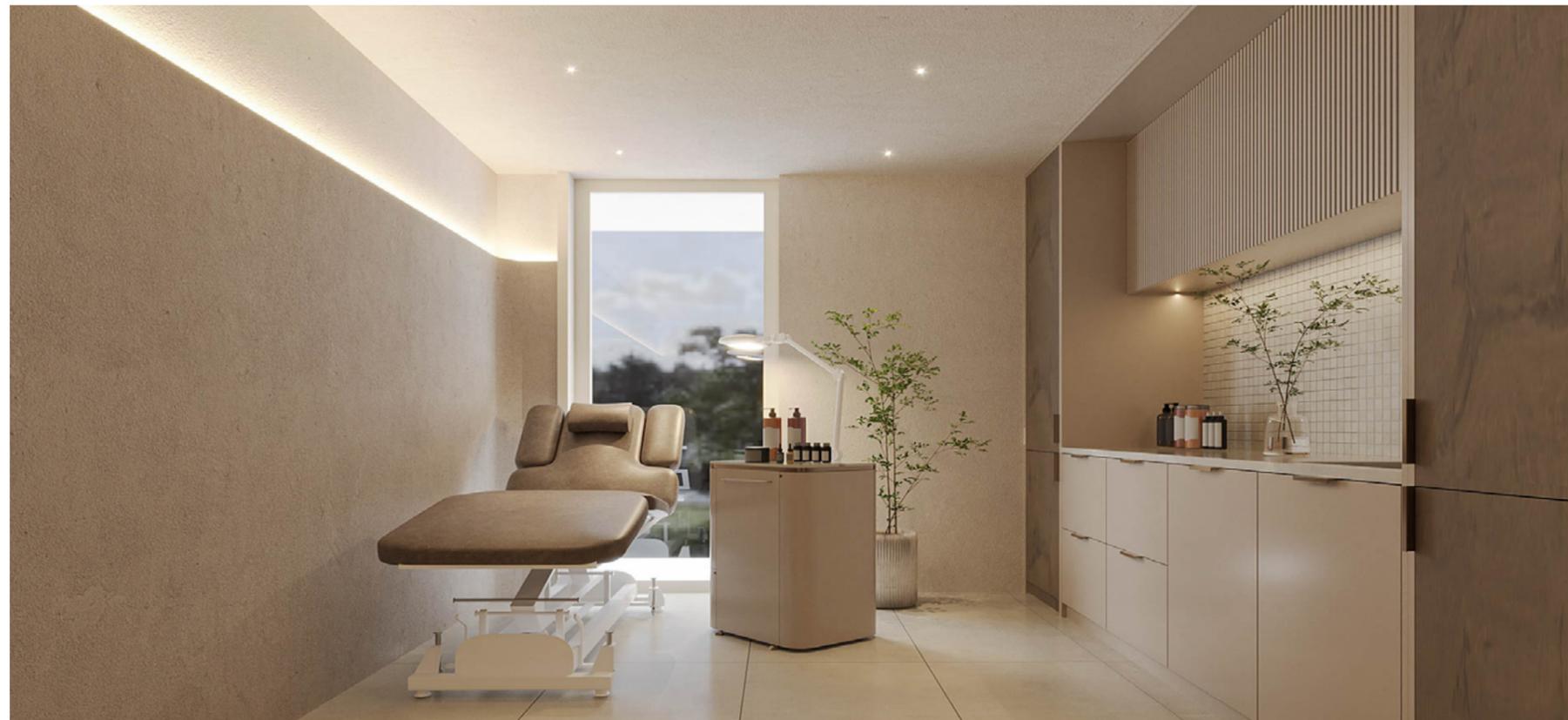
Fuente: Elaboración propia



Fuente: Elaboración propia



Fuente: Elaboración propia



Fuente: Elaboración propia



Fuente: Elaboración propia

En la ciudad de Cuenca, los hospitales o casas de salud comúnmente se encuentran con un diseño genérico, una propuesta poco enfocada en los pacientes, los usuarios que concurren a las casas de salud y la calidad de vida y confort que las mismas otorgan a la población.

Los consultorios, pasillos, salas de espera, se centran únicamente en otorgar una atención genérica a los pacientes, lo cual llega a causar niveles de ansiedad y estrés muy altos en los mismos, esto no ayuda para su tratamiento y mucho menos para su recuperación.

Es común visitar estos sitios y escuchar quejas de los usuarios que concurren a los mismos a diario o en ciertas ocasiones, las quejas, en su mayoría, son dirigidas hacia el servicio que estas casas de salud otorgan a la población en general, la falta de servicios o lugares de estancia que aporten a la calma y estado de ánimo de los pacientes.

Por lo tanto, es necesario generar diversas estrategias que puedan aportar al diseño de casas de salud, clínicas privadas u hospitales, que aporten a crear distintos entor-

nos que favorezcan a la salud de los pacientes, mejorando su estado de ánimo, reduciendo los niveles de estrés y ansiedad que comúnmente se presenta debido a las distintas condiciones que los mismos presentan.

Es así que, una estrategia de diseño salutogénico aporta en gran medida a un correcto diseño de estos espacios, generando una gran cantidad de estrategias, que incluyen una optimización de luz natural, conexión con la naturaleza, diseño orientado a la reducción del estrés, el uso de colores y texturas relajantes, creación de diversos ambientes flexibles y modulares, etc.

Sin embargo, es necesario una amplia investigación sobre este tipo de diseño, en el país no es común escucharlo para el diseño de casas de salud, se realiza una correcta revisión del estado del arte, referentes conceptuales, además de un análisis del sitio a intervenir.

La Casa de la Diabetes es un lugar fundamental para el tratamiento de pacientes con diabetes, una enfermedad crónica que afecta a una gran mayoría de la población en el Ecuador, sin embargo, después

de un análisis del sitio a intervenir, donde se plantea el nuevo proyecto, se observó varias afectaciones al lugar, el sitio se encuentra en muy mal estado, por lo que es necesario una intervención profunda.

Se implementó diversas estrategias de diseño salutogénico, así como un estilo que se adapta al mismo, el cual es el Wabi-Sabi, con el objetivo de generar una mayor conexión con la naturaleza, un aspecto importante para el tratamiento y recuperación de paciente con diabetes.

El proyecto de diseño se enfoca en crear entornos óptimos para la gran diversidad de usuarios con sus diferentes necesidades que acuden al centro a diario, generando espacios que sean capaces de satisfacer todas las necesidades de pacientes, acompañantes y trabajadores del lugar.

El proyecto de la Casa de la Diabetes genera una nueva metodología de diseño para casas de salud, un aspecto fundamental para romper con las propuestas tradicionales que generan sensaciones de ansiedad dentro de los pacientes. Entonces, es fundamental crear espacios que mejoren la calidad de vida de los pacientes.

Referencias bibliográficas

- Avci, A. N. (2023). Promoting the Health and Well-Being of Individuals in Interiors: A Review of a Salutogenic Design. ResearchGate.

https://www.researchgate.net/publication/374008350_Promoting_the_Health_and_Well-Being_of_Individuals_in_Interiors_A_Review_of_a_Salutogenic_Design

- Eriksson, M., Johannesson, E., Kerekes, N., Emilsson, M., Pennbrant, S., & Nunstedt, H. (2024). Development and Psychometric Test of the Salutogenic Survey on Sustainable Working Life for Nurses: Identifying Resistance Resources against Stress. International Journal Of Environmental Research And Public Health/International Journal Of Environmental Research And Public Health, 2

- 1(2), 198. <https://doi.org/10.3390/ijerph21020198>

-Hendy,A.M.(2021).Theconstituentsofbeautyintheinteriordesignandthehumanhealth.ResearchGate.

https://www.researchgate.net/publication/354473369_The_constituents_of_beauty_in_the_interior_design_and_the_human_health

- Dilani, A., Armstrong, K. The "salutogenic" approach--designing a health-promoting hospital environment.(2008) World hospitals and health services:theofficialjournaloftheInternationalHospital.