

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ
FACULTAD DE ARQUITECTURA Y URBANISMO



AMAWT'A
Centro intergeneracional y de protección para el adulto mayor

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
ARQUITECTA**

AUTOR
Anne Michelle Johanna Alfaro Rodas

CÓDIGO
20160030

ASESOR:
Sofia Rodriguez Larrain Degrange

Lima, octubre, 2023



PUCP

Facultad de Arquitectura
y Urbanismo

INFORME DE SIMILITUD

RODRIGUEZ LARRAIN DEGRANGE, SOFIA docente de la Facultad de ARQUITECTURA Y URBANISMO de la Pontificia Universidad Católica del Perú, asesora de la tesis titulada: AMAWT'A. CENTRO INTERGENERACIONAL Y DE PROTECCIÓN PARA EL ADULTO MAYOR.

del / de la autor(a) / de los(as) autores(as)

ALFARO RODAS, ANNE MICHELLE JOHANNA

dejo constancia de lo siguiente:

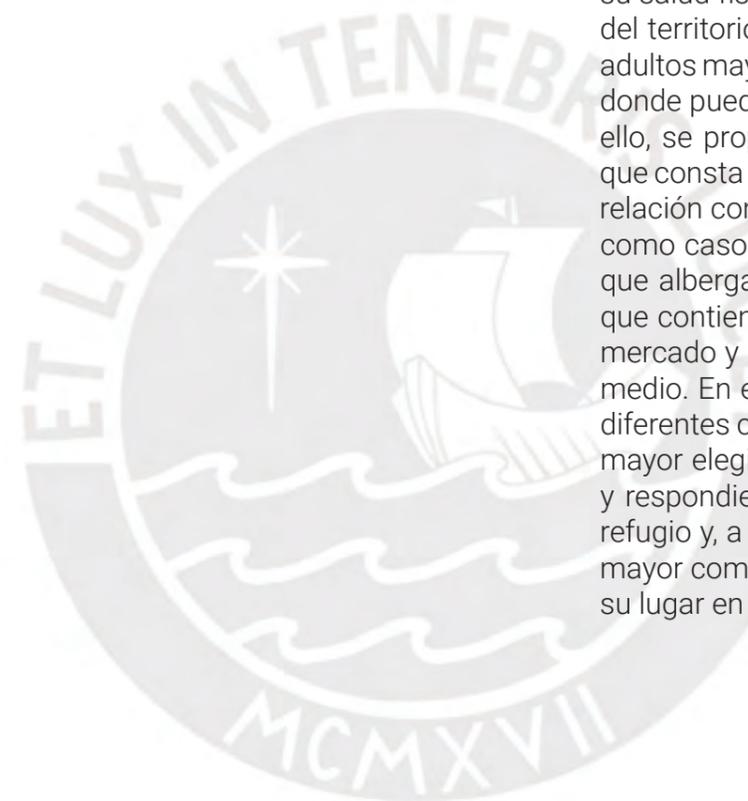
- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de 20 %. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software *Turnitin* el 07/04/2024.
- He revisado con detalle dicho reporte y que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio alguno.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las pautas académicas.

Lugar y fecha: Lima 10 de abril del 2024.

Apellidos y nombres del asesor: RODRIGUEZ LARRAIN DEGRANGE, SOFIA	
DNI: 07859051	Firma 
ORCID: 0000-0003-1744-4567	

RESUMEN

En todo el Perú existen saberes que hemos ido acumulando a través de los años, que conforman nuestra identidad cultural y han ayudado a la conservación y mejora de la calidad de vida de las comunidades. Sin embargo, estos se están perdiendo debido a que se ha relegado en la sociedad a la persona más importante encargada de transmitirlos: El adulto mayor, haciendo que se pierdan sus conocimientos y afectando su salud física y mental. Estos problemas se agravan en Puno, debido a la dispersión del territorio y las migraciones de los jóvenes a la ciudad dejando a más del 70% de adultos mayores viviendo solos. Asimismo, no existe una infraestructura especializada donde puedan acudir si se encuentran en estado de abandono o sufren maltrato. Por ello, se propone una intervención integral, mediante una red multiescalar replicable que consta de tres intervenciones en donde se cuide al adulto mayor y se promueva su relación con las demás generaciones. Para la intervención principal, el proyecto toma como caso de estudio la ciudad de Huancané, una ciudad soporte de gran conexión que alberga una diversidad de saberes debido a las múltiples regiones altitudinales que contiene. Esta intervención urbana busca aprovechar la conexión entre el nuevo mercado y una plaza propuesta para la comunidad, debido a que se encontrará en el medio. En este contexto, el proyecto arquitectónico propone una serie de patios con diferentes características que acompañen al programa propuesto y permitan al adulto mayor elegir cuánto y cómo relacionarse con las personas respetando su privacidad y respondiendo a sus necesidades. Finalmente, se espera que AMAWT'A brinde un refugio y, a su vez, permita y fomente la relación intergeneracional teniendo al adulto mayor como principal protagonista, revalorizando sus conocimientos y devolviéndole su lugar en la comunidad como una fuente de sabiduría.





AMAWT'A

Centro intergeneracional y de protección para el adulto mayor



Pontificia universidad católica del Perú
Facultad de arquitectura y urbanismo

Proyecto final de carrera

Libro de investigación

Estudiante
Anne Michelle Alfaro Rodas

Equipo docente
Luis Jimenez
Silvia Onnis
Sofía Rodríguez Larrain

ÍNDICE DE CONTENIDO

1. ADULTO MAYOR PORTADOR DE SABERES

Introducción	6
Pérdida de saberes en la actualidad	7
¿Qué enfrenta el adulto mayor?	7
El cambio de la percepción hacia el adulto mayor	8
El adulto mayor en el Perú	9
Situación del adulto mayor en Puno	10
Infraestructura existente especializada en el adulto mayor	12
Testimonios	13
Dinámicas sociales	17

2. DEPARTAMENTO DE ESTUDIO

Adulto mayor en Huancané	20
Saberes de Huancané	22
Análisis territorial	23
Análisis urbano	24
Análisis climático y estrategias	25
Elección del lote	26

3. LINEAMIENTOS DE DISEÑO

Usuario y necesidades	28
Intergeneracionalidad	31
Envejecimiento activo	32

4. PROPUESTA

Red de apoyo para el adulto mayor	34
Intervención principal	38
Análisis lote elegido	41
Intervención urbana	43
Centro intergeneracional y de protección para el adulto mayor	44
Estrategias de diseño	47
Patios	49
Cultura material	70
Estrategias bioclimáticas	73

5. ANEXOS

6. CONCLUSIÓN

7. BIBLIOGRAFÍA

INTRODUCCIÓN

Por un largo tiempo, los adultos mayores fueron considerados como un miembro fundamental en sus comunidades para su conservación en el tiempo, al ser vistos como una fuente de sabiduría que transmitía a las generaciones más jóvenes.

Sin embargo, en la actualidad, debido a las nuevas tecnologías, se cree que estos conocimientos ya no son útiles y se están dejando de lado junto con parte de su identidad. Este fenómeno se agrava en Puno, donde la mayoría de adultos mayores viven en la zona rural, en un hábitat muy disperso. A esto se le suma las constantes migraciones de los jóvenes a la capital, haciendo que el adulto mayor se encuentre cada vez más desplazado de las dinámicas sociales pasando casi la totalidad de su tiempo en sus cabañas, realizando actividades en solitario y relacionándose únicamente con su familia o, en muchos casos, con ninguna otra persona. Afectando no solo su bienestar físico, sino también el mental, generando sentimientos de angustia, soledad y desesperanza.

Esta situación se repite a lo largo de todo el territorio teniendo un mayor impacto en la zona circunlacustre con más del 70% de adultos mayores viviendo solos (INEI 2017). Adicionalmente, existen muy pocas infraestructuras especializadas en el cuidado del adulto mayor que funcionan únicamente durante el día y, que, al darse en lugares alquilados que han sido adaptados a este nuevo uso, no responden a las necesidades del adulto mayor. Asimismo, se cuenta solamente con un único albergue en toda la región donde ellos puedan refugiarse en caso de que sufran abandono o maltrato. Tampoco se toma en cuenta programas dedicados a la salud mental de esta población sobre todo en caso de haber sido abandonados.

Teniendo en cuenta esta situación, es oportuno proponer una intervención integral que ayude a mejorar la calidad de vida del adulto mayor y le permita reintegrarse a la comunidad como un miembro activo, generando espacios que alberguen y promuevan las dinámicas de intercambio social entre el adulto mayor y el resto de su comunidad.

Para esto se plantea una red que consta de 3 intervenciones, partiendo desde los niveles más altos, en la Puna y el altiplano, reforzando la vivienda aislada (cabaña) donde vive el adulto mayor así como los caseríos, con materiales que los protejan de las temperaturas extremas de Puno ya que, es donde pasan la mayor parte de su tiempo. Sin embargo, muchas veces estas son construidas con calaminas o materiales que no los protegen del clima. Además, se propone equipamientos flexibles de pequeña escala en los centros poblados, para un mayor acercamiento en las zonas rurales, que permitan el cuidado del adulto mayor a su vez que promueven la relación intergeneracional.

Para la intervención principal se toma como caso de estudio a Huancané, ya que es una ciudad soporte con importantes conexiones viales que cuenta, además, con una gran cantidad de saberes existentes. Se realiza entonces, el centro intergeneracional y de protección para el adulto mayor donde pueda tener un lugar en el que refugiarse y sentirse protegido si se encuentra en estado de abandono o sufre maltrato, atenderse si padece algún problema físico teniendo en cuenta además, su salud mental así como incentivar la relación intergeneracional transmitiendo y preservando los saberes ancestrales mediante actividades en los espacios interiores y patios propuestos promoviendo un envejecimiento activo así como su independencia.

Finalmente, con esta propuesta se busca revalorar al adulto mayor devolviéndole su papel protagónico en la transmisión de saberes, haciendo que se sienta de nuevo parte de la comunidad a su vez que, contribuir a que las nuevas generaciones fortalezcan su identidad cultural y que los saberes se mantengan a través del tiempo.

1. ADULTO MAYOR PORTADOR DE SABERES

"Las costumbres ancestrales se están perdiendo por la migración"

El individualismo y las migraciones, si bien ayudan a mejorar las condiciones económicas de las comunidades, también provocan la pérdida de sus saberes ancestrales y los defensores de sus derechos.

Por: MELBA CORDERO SANDOVAL

Los pueblos que se quedan huérfanos

La pandemia de la covid-19 no solo ha golpeado la salud de las comunidades indígenas sino también su patrimonio cultural. La miseria de los apus supone la pérdida de quienes son los guardianes de sus saberes ancestrales y los defensores de sus derechos.

Por: MELBA CORDERO SANDOVAL

Una comunidad que lucha para que no desaparezcan sus conocimientos ancestrales

Las poblaciones indígenas han sobrevivido durante siglos en un contexto de adaptación y resistencia. En la actualidad, la migración ha provocado la pérdida de sus saberes ancestrales y los defensores de sus derechos.

Por: Jack Lo Lari

Saberes ancestrales de los adultos mayores, en riesgo de desaparecer por el covid-19

Por: Redacción | Julio 26, 2020

La representante de UMA cuenta que a través de los años se ha estado perdiendo parte de las actividades costumbristas de estas fechas, tal es el caso del Ayni y la Apjta, los cuales en años pasados solían reunir a los vecinos y comuneros para un momento de apoyo y compartir, sin embargo de un tiempo acá las personas han empezado a individualizar sus actividades, indica que esto sería parte del efecto de la migración de los jóvenes que parten en busca de oportunidades y adoptan otras costumbres dejando de lado a sus raíces.

Entre otros cambios también mencionó los platos hechos a base de quinua y cañihua característicos de la zona aimara que de a pocos vienen siendo remplazados por productos como galletas, maná, gaseosas y otros. Exhortó a la población a reconsiderar los productos, las costumbres andinas y practicar la reciprocidad como parte de la cultura.

La pérdida

"Antes los niños ayudaban a sus padres en la chacra, según nuestras costumbres, salían a pescar, a buscar al bosque. Ahora ya no hacen nada de eso, están metidos en el Internet, que los está corrompiendo, con ideas malas en la cabeza"

Manuela Ramos

Los días en Huacaria parecían pasar sin sobresaltos. Niños se pelean por jugar con las tablets que les ha dado el Ministerio de Educación para que puedan llevar sus clases virtuales consecuencia de la pandemia de la COVID-19, mujeres tejen artesanías, señoras regresan de un baño en el río. Como toda comunidad, tiene su cancha de fútbol, la escuela y una posta donde el paracetamol y la aspirina alivian cualquier dolor, pero que, al mismo tiempo, esta moderna forma de curar está provocando el desinterés de los más jóvenes por aprender sobre plantas medicinales.

Fuente: Periódicos locales

De 12 a 15% de adultos mayores de la región Puno se encuentran en abandono

Publicado por: Puntomedia | 14/08/2021

El coordinador regional del Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables en Puno, John Machaca Tapia, informó sobre la situación de abandono en la que se encuentran un porcentaje significativo de adultos mayores en la región.

Según él, el problema social es preocupante para las autoridades públicas, quienes están tomando medidas para intervenir en este sector de la sociedad.

Día del adulto mayor: 61% de casos de violencia son causados por sus hijos

Miads promueve trato digno para ese sector de la población

13:23 | Lima, ago 25

El 61% de los casos de hechos de violencia contra los adultos mayores son sus hijos, según cifras registradas por el Módulo de Vigilancia de Casos de Riesgo de Violencia Contra el Adulto Mayor, implementado por el Programa Nacional de Asistencia Solidaria -Pensión 65 del Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social.

La medición se desarrolló en un periodo de 15 meses, de junio de 2018 a agosto de 2019 en todas las regiones del país, donde los promotores de Pensión 65 identificaron 119 casos de posibles situaciones de violencia contra el adulto mayor usuario del Programa.

Lamentan que autoridades olviden a los adultos mayores pese a ser población vulnerable

El 14 de agosto se conmemora el Día Nacional del Adulto Mayor, autoridades Quispacocha, representantes del CNP en Puno, señalan que, en coordinación con el COREPA, vienen promoviendo campañas de sensibilización frente al incremento del índice de abandono y desprotección de los adultos mayores de parte de sus familiares, los mismos que son derivados al Centro de Emergencia Mujer para las acciones que corresponden.

Finalizó con: Hoy somos los adultos mayores en completa abandono porque los hijos están a trabajar en otras regiones, también en el centro de la ciudad. Hoy podemos pedirnos que se olviden de sus padres, los mismos que son abandonados por sus hijos.

Fuente: Periódicos locales

MÁS DE 700 MIL ADULTOS MAYORES NO CUENTAN CON NINGÚN SEGURO DE SALUD

Publicado por: PUNTO MEDIA | 14/08/2021

Pese al incremento de 6.5% de asegurados por SIS el 26% de los adultos mayores de 65 años no cuentan con ningún seguro de salud en el Perú.

En el Perú, el Seguro Nacional de Salud (SIS) es el seguro de salud más común, con el 25.8% de la población adulta mayor en el Perú (de 65 años a más), no cuentan con ningún seguro de salud y que el 26.8% de los hogares del país tienen entre sus residentes habituales al menos una persona de 65 años de edad o más.

Puno: se incrementa el índice de abandono de adultos mayores

Tras el aumento en el índice de abandono y desprotección de los adultos mayores por parte de sus familias, se vienen realizando diferentes campañas para concientizar a la población.

Cada 15 de agosto se conmemora el Día Nacional del Adulto Mayor, autoridades Quispacocha, representantes del CNP en Puno, señalan que, en coordinación con el COREPA, vienen promoviendo campañas de sensibilización frente al incremento del índice de abandono y desprotección de los adultos mayores de parte de sus familiares, los mismos que son derivados al Centro de Emergencia Mujer para las acciones que corresponden.

Finalizó con: Hoy somos los adultos mayores en completa abandono porque los hijos están a trabajar en otras regiones, también en el centro de la ciudad. Hoy podemos pedirnos que se olviden de sus padres, los mismos que son abandonados por sus hijos.

Juliaca: lamentan casos de abandono y desalojo de familiares hacia adultos mayores

Los integrantes del Centro Integral del Adulto Mayor, participaron de una marcha de sensibilización, por el día Mundial de Toma de Conciencia del Abuso y Maltrato en la Vejez, que se recuerda cada 15 de junio, en donde con carteles en mano y algunas letradas de Machuaycha y Chhupitros exigieron respeto hacia ellos y no al maltrato.

La responsable del Centro Integral del Adulto Mayor de la Municipalidad Provincial de San Andrés, Lilia Mejía Ramos, lamentó que haya casos de abandono y desalojo en los adultos mayores, en la ciudad de Juliaca "tanto hombres y mujeres", y que hoy, como antes, no se respetan sus derechos, "tenemos 1550 integrantes, que trabajan con ellos en los 'diferentes' distritos".

Recordó, además, que uno de los casos, que se dio, es de un adulto mayor que vivía por el quinto piso de un edificio, pero fue desalojado por sus hijos que son profesionales, ahora el adulto mayor vive en una comunidad, "todo, sin contar con los servicios básicos y otros".



Fuente: Imagen propia tomada en las calles de Hu...

La pérdida de saberes es un tema importante a tratar en la actualidad. Si bien el Estado realiza acciones para evitar su desaparición, aún las personas no tomamos conciencia de la gran importancia que poseen siendo reemplazados por los nuevos inventos tecnológicos teniendo la falsa creencia que son mejores solo porque son modernos.

Hemos reemplazado las plantas medicinales por pastillas, alimentos de gran valor nutricional por productos envasados, construcciones con materiales locales como la tierra, piedra y paja por ladrillo y concreto que muchas veces no responden al clima donde habitamos... músicas, danzas, poco a poco están desapareciendo, quedando solo las que promueve el turismo olvidando parte de nuestra identidad.

Estos saberes son los legados de nuestros adultos mayores y se están dejando de lado junto con ellos creyendo que ya no tienen nada que aportar, pensando que son solo una carga económica llegando a abandonarlos e incluso maltratarlos. Esto se demuestra con el incremento de violencia hacia ellos de parte de su propia familia repercutiendo gravemente en su calidad de vida.

Día a día vemos personas de la tercera edad en las calles, pidiendo dinero, no teniendo donde ir, así como bastante indiferencia de nuestra parte hacia ellos, cuando en realidad, no nos damos cuenta que ellos son nuestro patrimonio vivo y, por ende, debemos tratarlos como tal.

“Quien tiene un adulto mayor al lado tiene un amigo, un aliado y una fuente inagotable de información.”



Se considera como personas adultas mayores a la población de 60 y más años de edad.

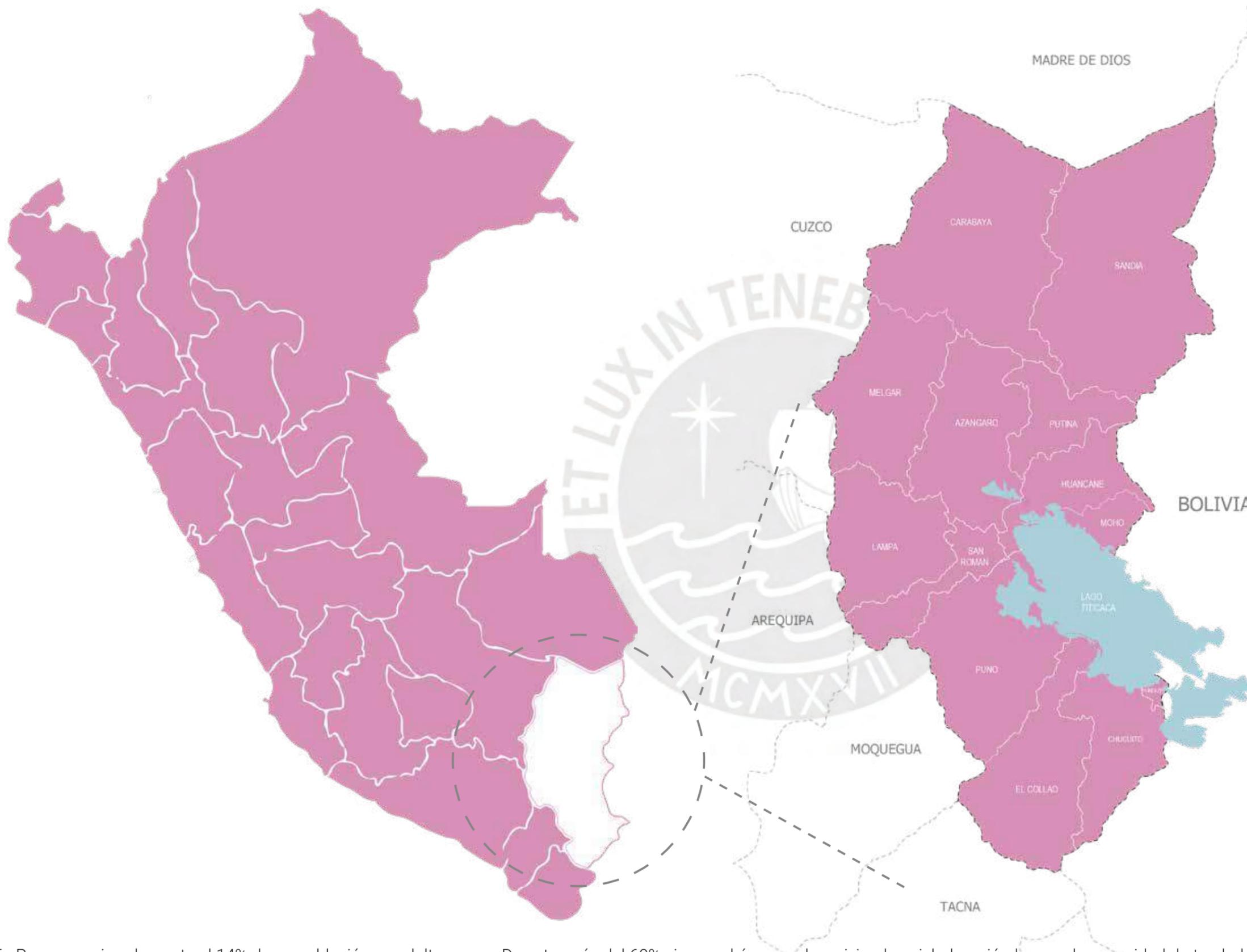
En el Perú existen **más de 4 millones** de adultos mayores, lo cual representa el **13.6% de la población** al 2023.

Al primer trimestre del año 2023, el **39,6% de los hogares del país tenía entre sus miembros al menos una persona adulta mayor**. En el Área rural, la proporción de hogares con algún miembro adulto/a mayor, alcanza el 42,7%.

Departamentos como **Puno** concentran un mayor porcentaje de adultos mayores, siendo el 14% de su población, de los cuales más del **70% viven solos**.

Solo el 18,7% de los adulto/a mayor declararon ser beneficiarios del programa social Pensión 65.

FUENTE: INEI - INFORME LA SITUACIÓN DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES 2023



9 372
Centros poblados

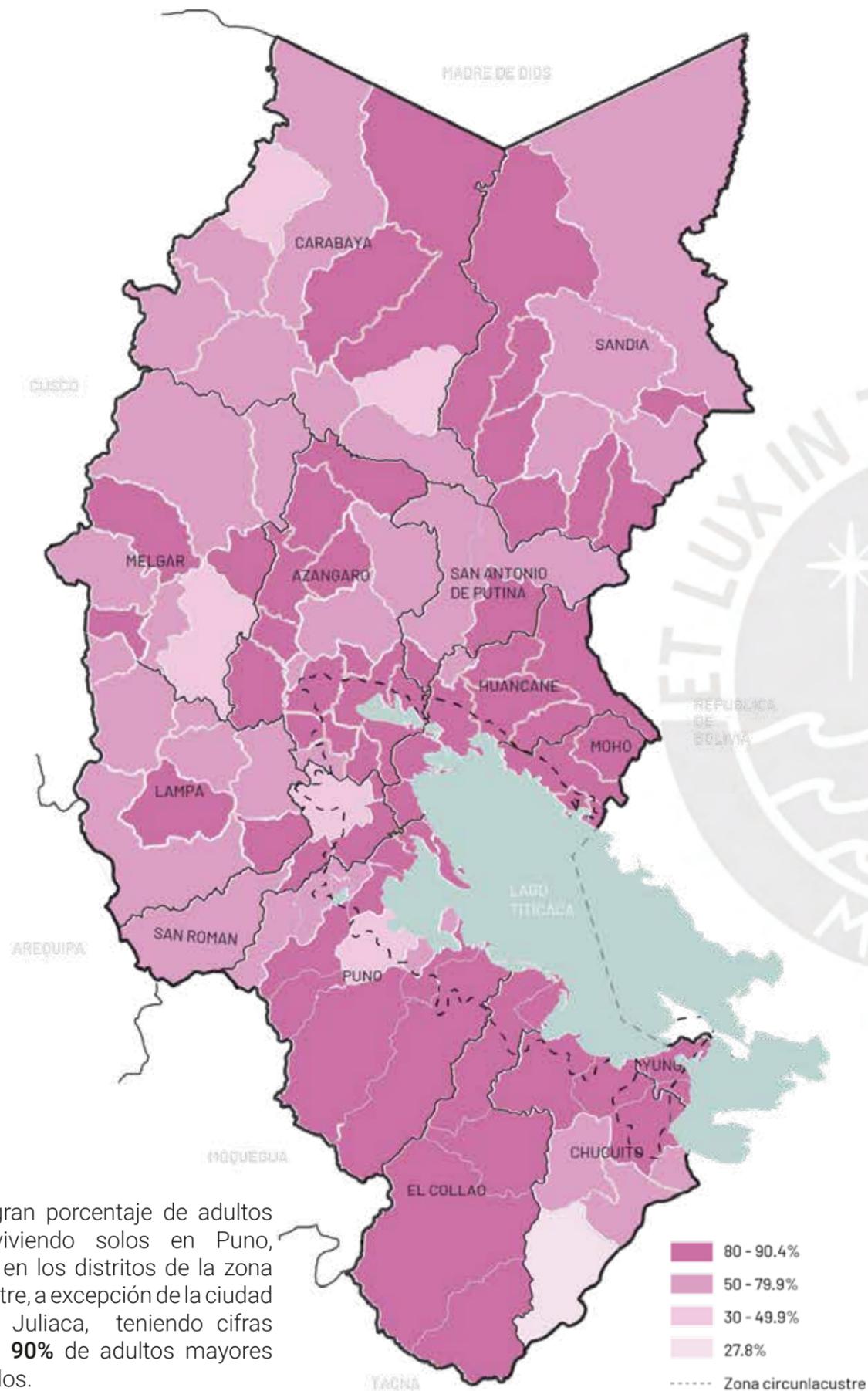
+ 18.3%
Migraciones*

*Aumento del 2007 al 2017

FUENTE: INEI 2017-2023

En Puno aproximadamente el 14% de su población es adulta mayor. De esta, más del 60% vive en el área rural en viviendas aisladas, viéndose en la necesidad de trasladarse a los centros poblados o a las ciudades soporte para relacionarse con otras personas, atenderse en centros de salud, hacer compras, etc. donde muchas veces tampoco consiguen la ayuda necesaria. Su situación se agrava debido al aumento de migraciones de los jóvenes a lo largo de los años generando en ellos aislamiento y soledad.

PORCENTAJE DE ADULTOS MAYORES VIVIENDO SOLOS POR DISTRITO



En Puno existe una gran dispersión de la población debido a los diferentes niveles altitudinales, esto acarrea que se creen diferentes maneras de habitar y que el adulto mayor así como los demás usuarios se desplacen a lo largo de todo el territorio dependiendo sus actividades y necesidades.

VIVIENDA AISLADA



Es donde el adulto mayor que vive en zona rural pasa la mayor cantidad de su tiempo, realiza actividades de pastoreo, agricultura, etc. Se encuentran alejadas unas de otras generando que sea muy complicado relacionarse con personas externas a su familia.

CENTRO POBLADO



Ubicados también en la zona rural, son una agrupación de viviendas donde hay ciertos equipamientos básicos para la población. Las personas suelen tener una casa aquí también pero no se usa tanto como el primer caso.

CIUDAD SOPORTE

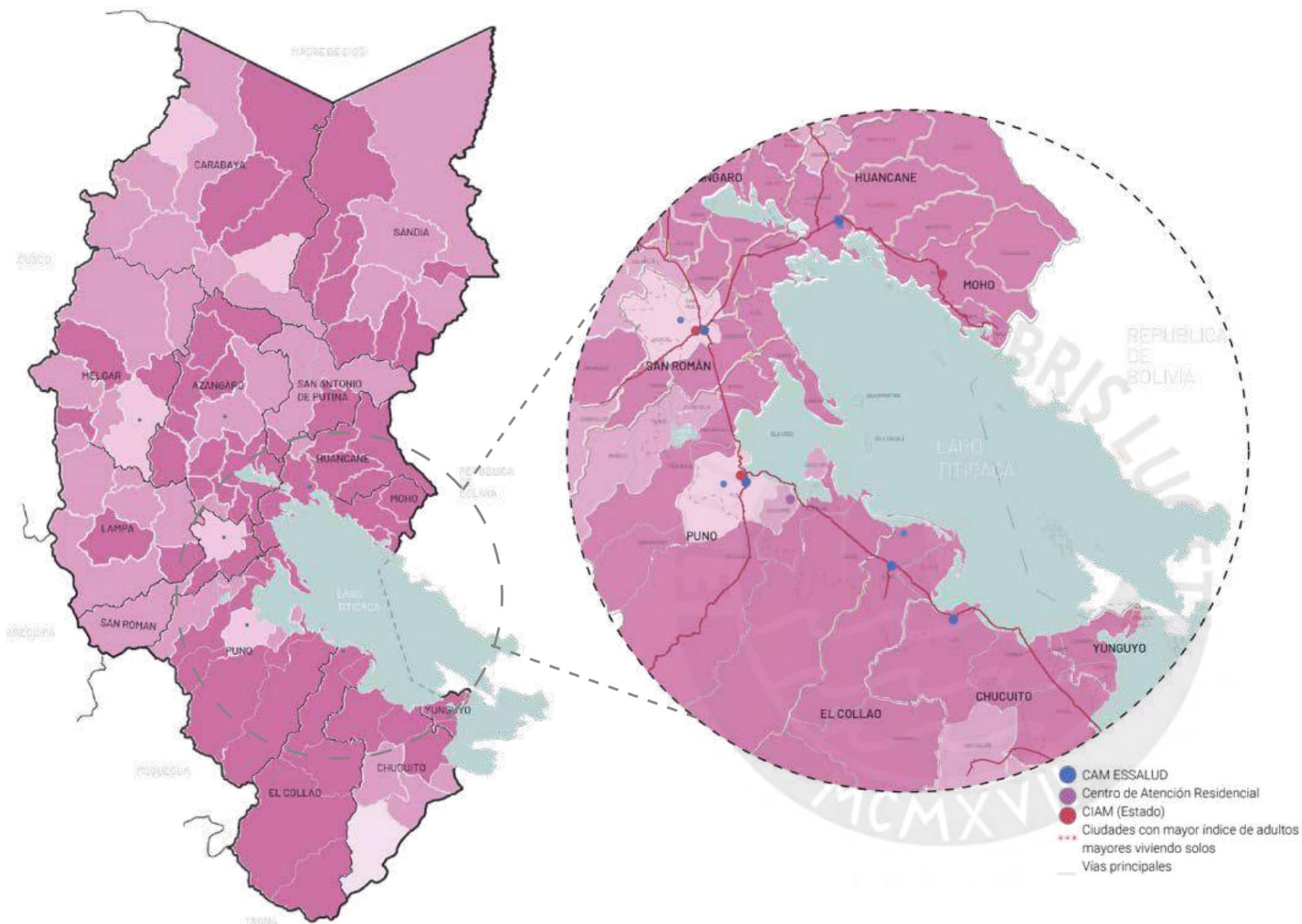


Debido a la dispersión del territorio, existe una relación muy fuerte entre las localidades rurales y los centros urbanos cercanos, funcionando estos últimos como sus ciudades soporte donde existe una mayor cantidad y diversidad de equipamientos.

AMAWT'A

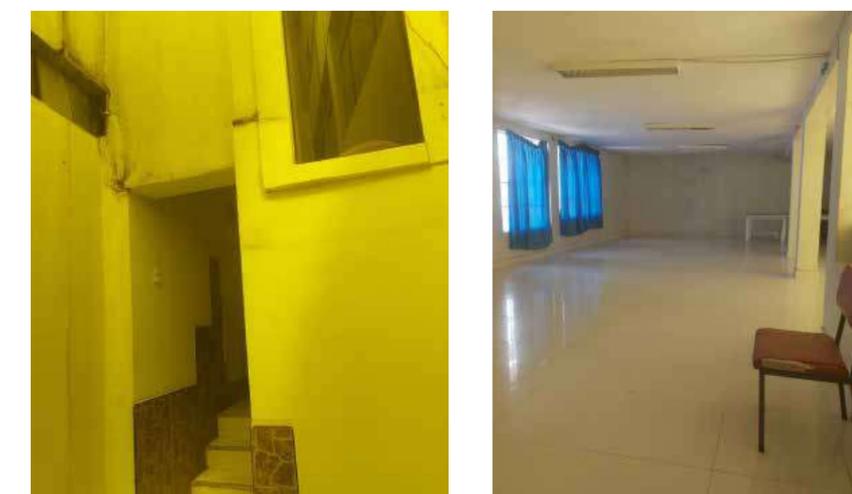
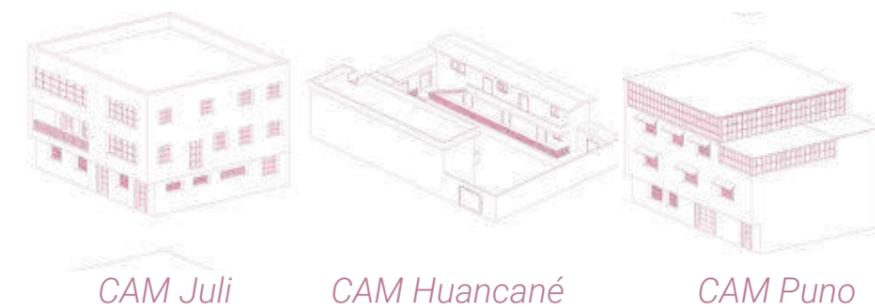
Centro intergeneracional y de protección para el adulto mayor

¿QUÉ INFRAESTRUCTURA EXISTE PARA EL ADULTO MAYOR?



CAM - CENTRO DEL ADULTO MAYOR

Los CAM son parte de la red asistencial de EsSalud y, por ende, solo los asegurados pueden ser parte de las actividades (2-10% de toda la población adulta mayor). Se encuentran en algunas ciudades del departamento. Sin embargo, debido a que se dan en espacios alquilados que han sido adaptados, la infraestructura no responde a los requerimientos del adulto mayor. (ej. escaleras empinadas, lugares sin iluminación natural, etc). Tampoco cuenta con un protocolo en caso de abandono del adulto mayor.



CIAM - CENTRO INTEGRAL DEL ADULTO MAYOR

Los CIAM forman parte de la subgerencia de desarrollo de la Mujer, niño, adolescente y Adulto Mayor perteneciente al Estado. No cuentan con una infraestructura dedicada especialmente para estas actividades por lo cual se realizan en lugares públicos al exterior como parques o losas. Asimismo, promueven un par de veces al año los Saberes Productivos, un evento en donde los adultos mayores pueden demostrar sus conocimientos al resto de la comunidad.



Tienen como objetivo mejorar la calidad de vida de los adultos mayores a través de programas de integración generacional, socioculturales, recreativos y productivos para un ENVEJECIMIENTO ACTIVO.

AMAWT'A

Centro intergeneracional y de protección para el adulto mayor

Fuente: Imágenes propias

Fuente: Pensión 65

SEÑOR OCTAVIO

78 años

“ME SENTÍA INVISIBLE, MIS OPINIONES ERAN IGNORADAS... ME ABANDONARON EMOCIONALMENTE”

“Mi familia siempre fue mi razón de ser, pero a medida que envejecía, parecían alejarse cada vez más... Me encontré viviendo en la misma casa, pero como un extraño. **Me sentía invisible, mis opiniones eran ignoradas...** Me abandonaron emocionalmente, dejándome con una sensación de tristeza y soledad que todavía persiste, **ahora esa sensación se volvió física, cada uno se fue a hacer su vida a otra ciudad y yo vivo solo...** al menos cuando hay festividades me siento feliz y acompañado, me distrajo un rato”



Fuente: Imagen propia



SEÑOR JOSÉ

75 años

"ME GUSTARÍA VOLVER A DAR CLASES, ENSEÑAR A LOS NIÑOS... ESO ME HACÍA SENTIR FELIZ Y SENTIR QUE TENÍA UN PROPÓSITO"

"Me parece que venir al CAM es todo lo que hago durante el día, si no existiera no podría hacer amigos ni salir de mi casa porque no hay otro lugar adonde ir además de la plaza, **no hay donde sentarse ni nada para hacer para la gente de mi edad...** Cuando era joven, era maestro, pero ahora no creen que pueda seguir enseñando... me gustaría volver a dar clases, enseñar a los niños... eso me hacía sentir feliz y sentir que tenía un propósito... ahora solo veo tele casi todo el día hasta que llegan **mis nietos, a veces me piden ayuda en sus tareas o que les cuenta historias de cuando yo era joven, eso me hace volver a sonreír"**

Fuente: Imagen propia tomada en el CAM de Huancané

SEÑORA CARMELA

72 años

"ME GUSTA VENIR A LA CIUDAD, EN MI CASA ESTOY SOLA CASI TODO EL DÍA, AQUÍ AL MENOS CONVERSO CON LAS PERSONAS, ME ENTRETENGO UN RATO Y ME SIENTO ÚTIL"

"Yo vivo por aquí cerca, a unos 20 minutos a pie, vengo a Huancané todos los días a vender los productos de mi chacra... Me gusta venir a la ciudad, en mi casa estoy sola casi todo el día, aquí al menos converso con las personas, me entretengo un rato y me siento útil, gano algunos cuantos soles que sirven para algo en mi familia... **A veces siento que no apporto lo suficiente**, ya estoy mayor así que no puedo hacer tanto como me gustaría... **Lo que menos quiero es ser una carga para mi familia**, mi hija ya tiene suficiente con sus 3 niñas y su esposo, a veces le ayudo con **las niñas** cuando salen del colegio, **son una alegría para mí**"





ENCARGADA DEL CENTRO DEL ADULTO MAYOR ESSALUD - HUANCANÉ

“ME HA TOCADO VER CIENTOS DE CASOS DE ABANDONO NO SOLO EN LA CIUDAD SINO EN LOS ALREDEDORES, PERO NO PODEMOS HACER MUCHO, NO TENEMOS UN LUGAR DONDE ACOGERLOS”



Fuente: Imágenes propias tomadas en las calles de Huancañé



“Llevo en este pues ya 7 años y me ha tocado ver cientos de casos de abandono no solo en la ciudad sino en los alrededores, pero no podemos hacer mucho, no tenemos un lugar donde acogerlos, **solo nos queda intentar contactar a la familia y pedirles que se hagan cargo...** A veces vienen 10, a veces 20 (al CAM) siempre varía el número, **cuando hacemos eventos vienen más** pero como algunos viven en el campo no vienen tan seguido... inscritos en Essalud de Huancañé tenemos unos 300 pero **solo hemos podido contactar a 100** a los cuales les hacemos seguimiento”

¿CÓMO CAMBIA LA DINÁMICA DE UNA PERSONA CONFORME SE VA CONVIRTIENDO EN ADULTA MAYOR?

ACTIVIDADES EN LAS QUE PARTICIPA



PERSONAS CON LAS QUE SE RELACIONA

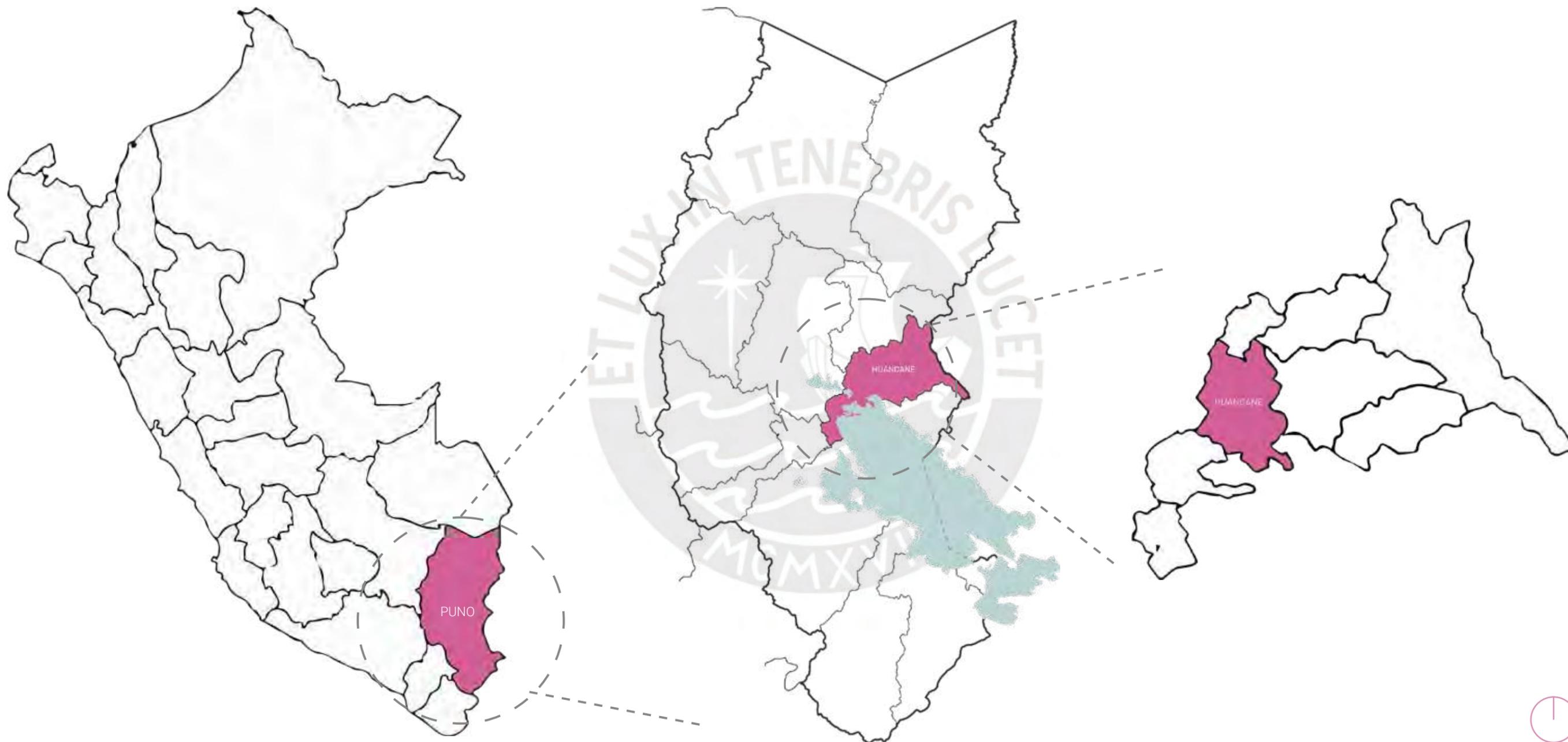
Con el pasar de los años nuestro círculo social y actividades diarias se van ampliando hasta llegar a la adultez. Sin embargo, cuando se pasa a la siguiente etapa, la energía y capacidad de movilización ya no es la misma, impidiendo la realización de ciertas actividades y dejando de participar en otras. Dando como resultado que el adulto mayor se quede la mayor parte del día en casa, a veces cuidando a sus nietos o solamente viendo televisión si es que viven solos, lo que a la larga afectará tanto su salud física por la falta de movilidad así como su salud mental relegándose aún más de la comunidad.



2. DEPARTAMENTO DE ESTUDIO: HUANCANÉ, HUANCANÉ, PUNO



Fuente: imagen propia





Fuente: Google earth

La zona más crítica para el adulto mayor es la zona circunlacustre. Dentro de ella, la provincia de Huancané posee 2 de los distritos con mayor porcentaje de adultos mayores viviendo solos en todo Puno, así como también se encuentra cercano a otros 2. Esto convierte al distrito capital en una ciudad soporte estratégica para brindar ayuda al adulto mayor debido a sus conexiones viales además de la gran concentración de este grupo etario en el distrito.

14 % DE SU POBLACIÓN TOTAL ES ADULTA MAYOR

CUENTA CON UNA POBLACIÓN RURAL DE 86.6%

POSEE MÁS DE 700 CENTROS POBLADOS EN SU TERRITORIO

1 CENTRO DEL ADULTO MAYOR QUE NO CUMPLE CON LOS REQUERIMIENTOS NECESARIOS

Fuente: INEI 2017

CALLES



A lo largo de las calles de Huancané se pueden ver adultos mayores caminando solos o sentados en alguna calle muchas veces sin un rumbo fijo o alguna actividad para hacer.

COMERCIO



En los exteriores del mercado y en las ferias se pueden observar adultos mayores vendiendo sus productos, algunos viven en el distrito pero otros vienen de los centros poblados cercanos.

FESTIVIDADES



Cada cierto tiempo realizan festividades en la plaza y calles circundantes donde bailan y tocan música tradicional, son los eventos donde se ve un mayor número de adultos mayores observando el espectáculo e incluso participando en algunos números artísticos.



CORDILLERA



CERAMICA



PLANTAS MEDICINALES



NUTRICIÓN



CONSTRUCCIONES EN PIEDRA



LENGUA AYMARA

LLANURA



NUTRICIÓN



TEXTILES



DANZAS Y MÚSICA



CONSTRUCCIONES EN TIERRA



LENGUA AYMARA

CIRCUNLACUSTRE



TEXTILES



DANZAS Y MÚSICA



AGRICULTURA FRENTE A INUNDACIONES

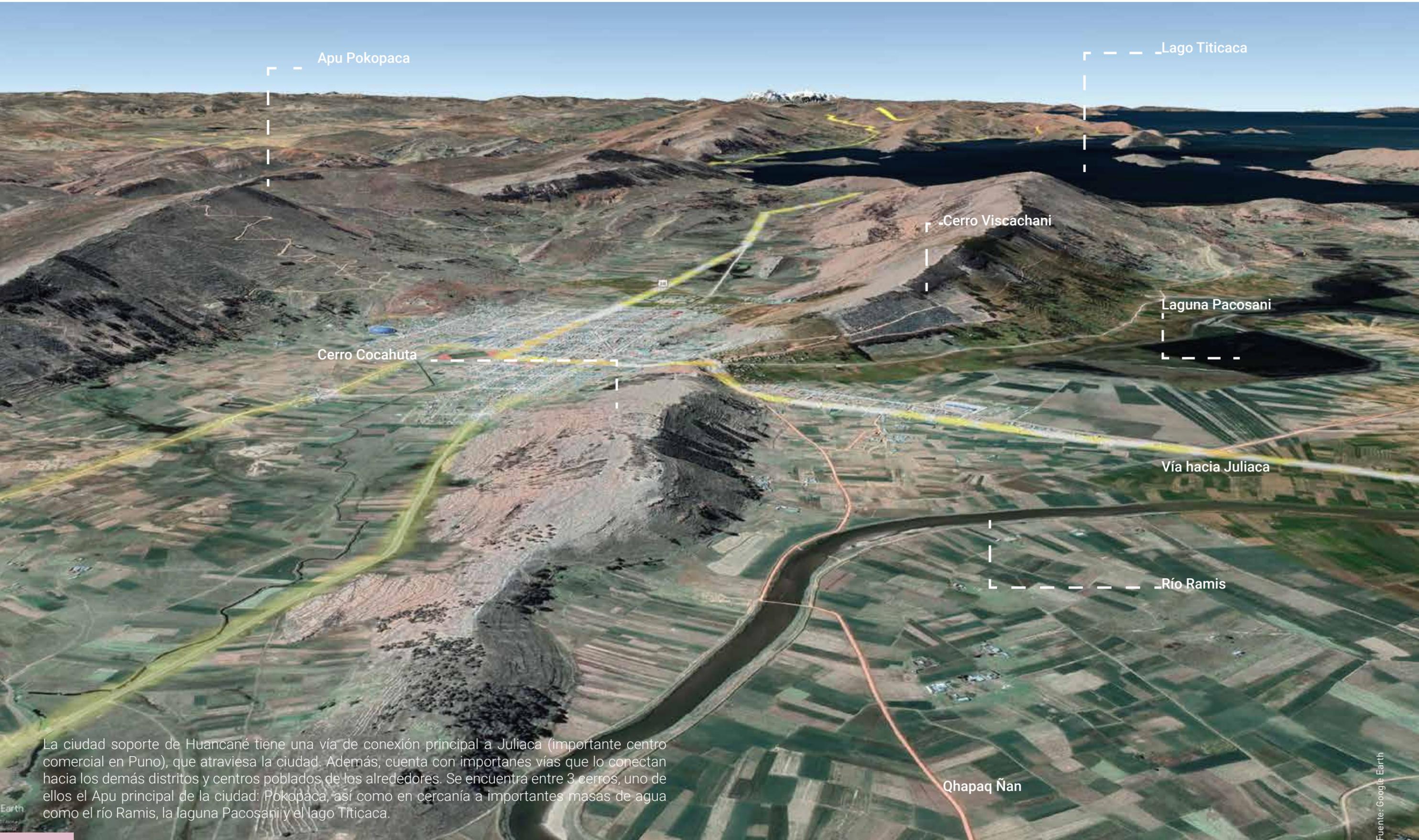


CONSTRUCCIONES Y MANUALIDADES EN TOTORA



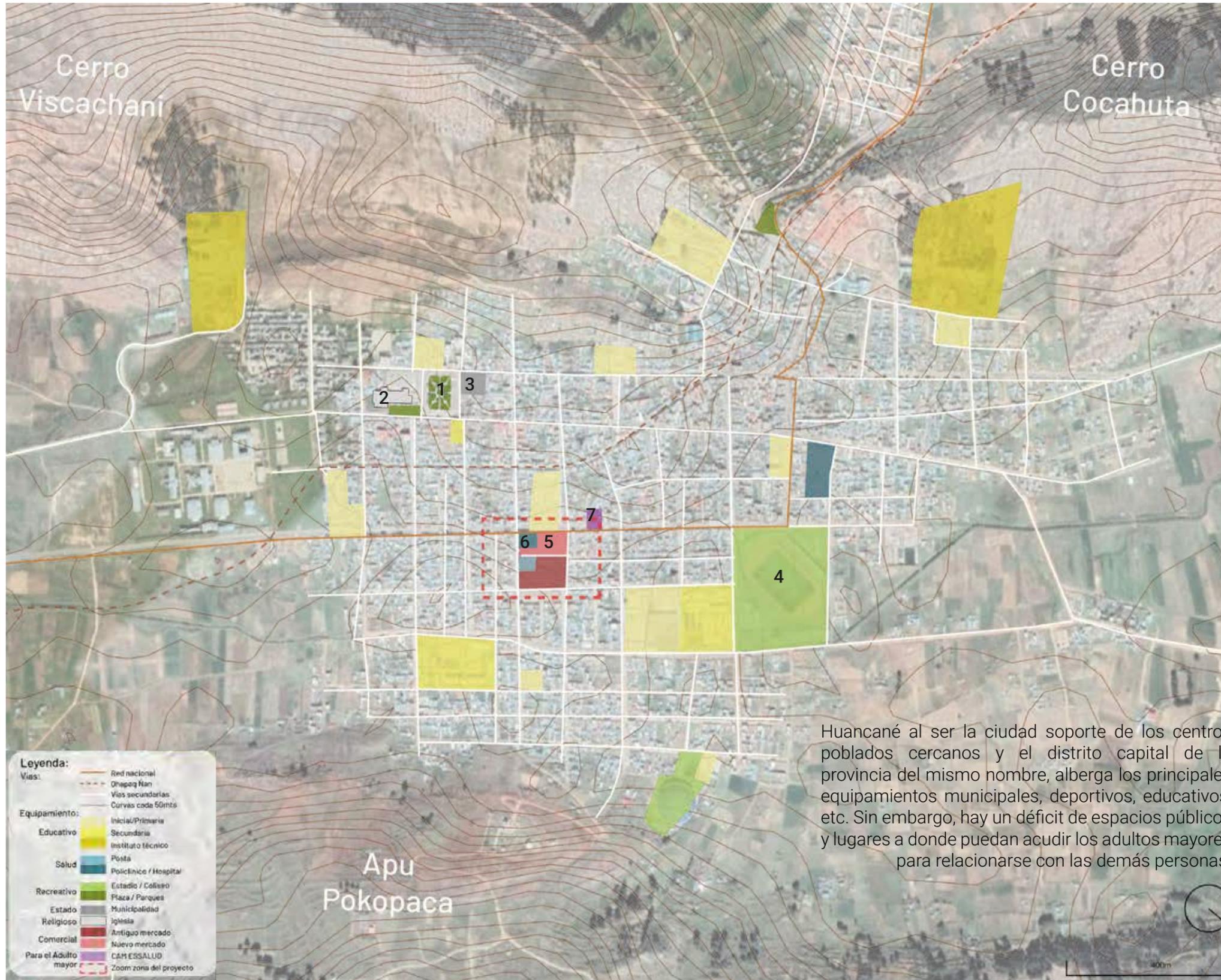
CONSTRUCCIONES EN CHAMPA (PUTUCOS)

A lo largo de Puno existe diferentes zonas altitudinales, cada una de ellas cuenta con distintos saberes que se adaptan a su territorio y sus dinámicas de vida. La provincia de Huancané alberga 3 de ellas, de las cuales se busca documentar la mayor cantidad de saberes para que estos puedan ser transmitidos por los adultos mayores a las nuevas generaciones en la propuesta de intervención, para que así puedan seguir preservándose en el tiempo.



La ciudad soporte de Huancané tiene una vía de conexión principal a Juliaca (importante centro comercial en Puno), que atraviesa la ciudad. Además, cuenta con importantes vías que lo conectan hacia los demás distritos y centros poblados de los alrededores. Se encuentra entre 3 cerros, uno de ellos el Apu principal de la ciudad: Pokopaca, así como en cercanía a importantes masas de agua como el río Ramis, la laguna Pacosani y el lago Titicaca.

Fuente: Google Earth



Huancané al ser la ciudad soporte de los centros poblados cercanos y el distrito capital de la provincia del mismo nombre, alberga los principales equipamientos municipales, deportivos, educativos, etc. Sin embargo, hay un déficit de espacios públicos y lugares a donde puedan acudir los adultos mayores para relacionarse con las demás personas.

1. Plaza de Armas



2. Iglesia



3. Municipalidad de Huancané



4. Estadio



5. Nuevo mercado



6. Policlínico - CEM - 7. CAM Huancané oficinas municipales

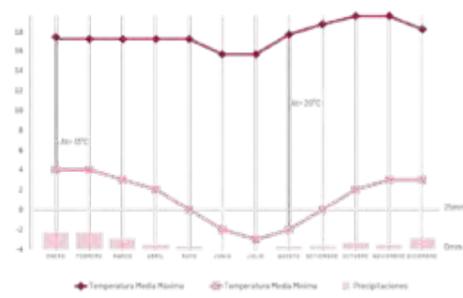


Fuente: Google Earth

Fuente: Fotos propias

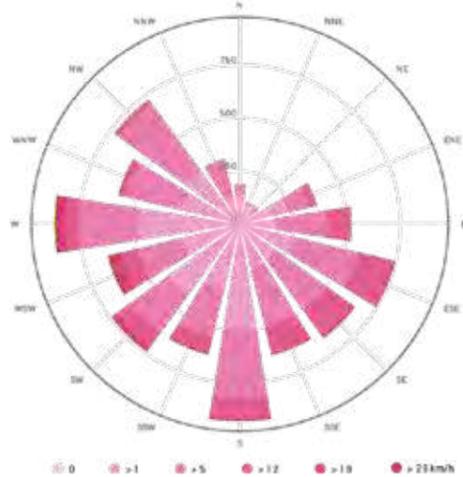
ANÁLISIS CLIMÁTICO

TEMPERATURA Y PRECIPITACIÓN



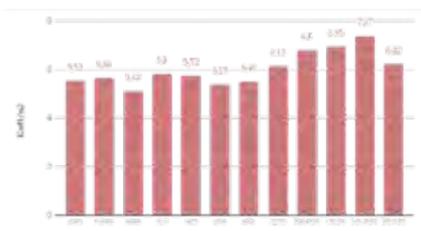
Grandes diferencias de temperatura llegando a 18°C en la mañana y a -3 en la noche. Poca precipitación a lo largo del año.

ROSA DE VIENTOS



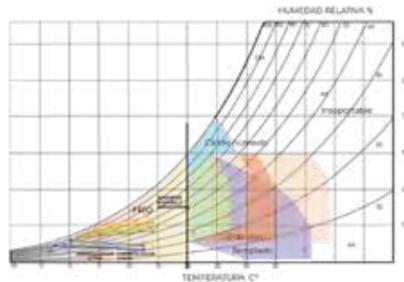
Mayor predominancia de viento hacia el lado Sur.

RADIACIÓN SOLAR



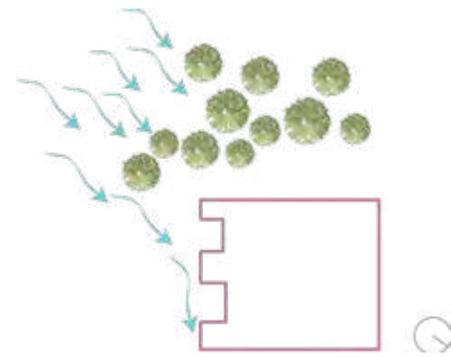
Grandes niveles de radiación solar a lo largo del año.

CARTA PSICOMÉTRICA

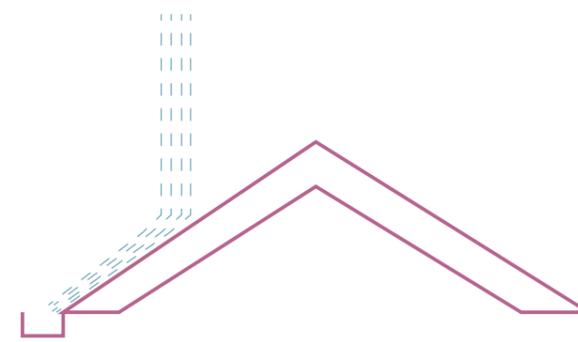


CLIMA FRÍO DE ALTURA.

ESTRATEGIAS CLIMÁTICAS: CIUDAD DE HUANCANÉ



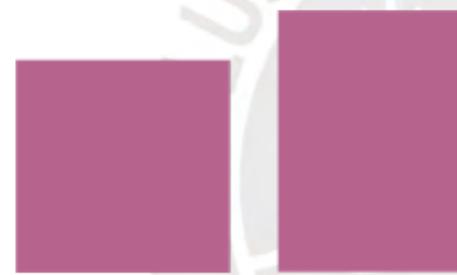
Protección frente los vientos del sur: arbustos densos (hoja permanente), capas de aislamiento y desfase del volumen.



Protección frente los vientos del sur: arbustos densos (hoja permanente), capas de aislamiento y desfase del volumen.



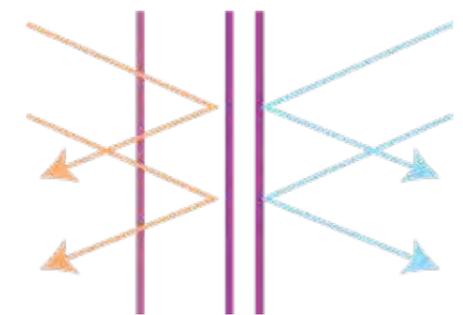
Patios interiores que regulen la temperatura a lo largo del día.



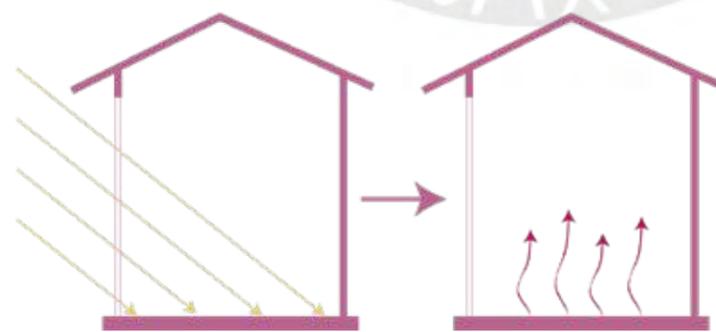
Forma compacta que tienda al cuadrado, poca altura.



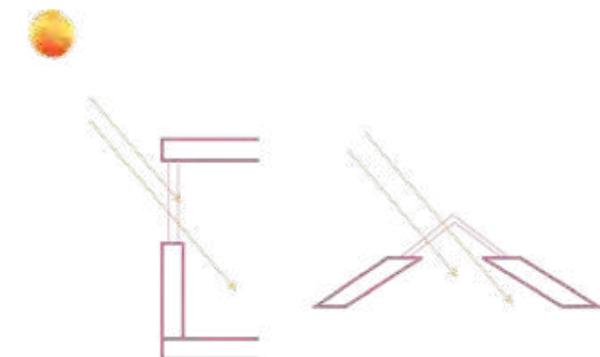
Ganancia solar pasiva mediante invernaderos de captación solar.



Aislamiento para evitar que el aire frío ingrese y que el calor escape de los ambientes.



Iluminación a través de vanos orientados a este y oeste y luz cenital. Adicionalmente, se le añaden filtros para evitar la sobreexposición.



Iluminación a través de vanos orientados a este y oeste y luz cenital. Adicionalmente, se le añaden filtros para evitar la sobreexposición.



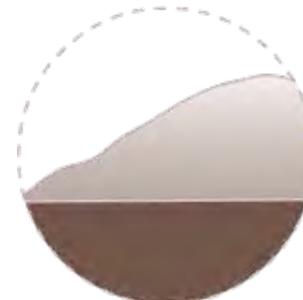
Conectado a la ciudad y sus vías principales para un mejor acceso y flujo de las personas.



Cercanía a equipamientos donde actualmente existen dinámicas del adulto mayor como policlínico, mercado, CAM, etc. y educativos para generar una conexión con otras generaciones.



Integrada a la ciudad para que el proyecto y los adultos mayores se sientan parte de la comunidad.



Espacio amplio y con conexiones visuales a la naturaleza, sobre todo el Apu tutelar Pokopaca tan importante en su cultura.

FOTO DESDE EL MIRADOR





Fuente: Imagen propia

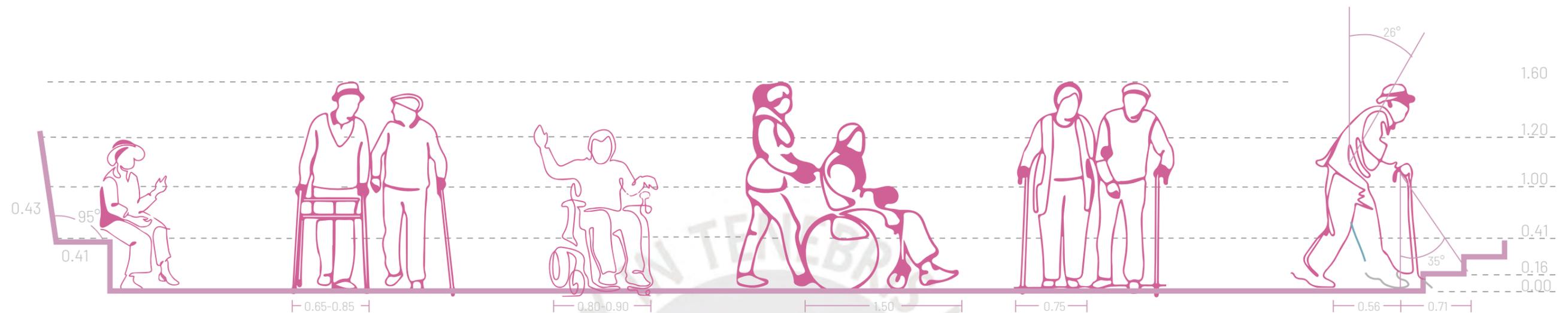
3. LINEAMIENTOS DE DISEÑO

AMAWT'A

Centro intergeneracional y de protección para el adulto mayor

USUARIO PRINCIPAL: EL ADULTO MAYOR

Las personas adultas mayores son aquellas que tienen **60 años a más**, según la legislación nacional. **Existen situaciones de riesgo que afectan sus derechos** entre las que se encuentran la pobreza, el maltrato, la violencia, el abandono y la dependencia. También **la discriminación por la edad y la lengua genera condiciones de desigualdad que impiden que continúen participando activamente en la sociedad.** (Defensoría del pueblo) En Puno, el 73.7% de la población adulta mayor viven solos (INEI : 2018)



EN ABANDONO



INDEPENDIENTE PERO SOLITARIO



Día a día en Puno se reportan **varios casos de adultos mayores en estado de abandono**, dejados a su suerte y sin las capacidades para poder mantenerse por sí solos, esto muchas veces se da porque **la familia los ve como una carga económica** lo que además produce **casos de maltrato físico** y verbal hacia esta población. **“Esto repercute de gran manera en su calidad de vida** y a nivel emocional como baja autoestima, sentimientos de inferioridad, enfermedades crónicas, sentimientos de culpa, soledad, etc.” (Nuñez : 2019)

Esto se da principalmente debido a las **migraciones de los jóvenes** a las ciudades, **los adultos mayores se quedan trabajando** en el campo mientras puedan valerse por sí mismos o sus familias les mandan apoyo económico pero, **al ser tan disperso el territorio de Puno la interacción con otras personas es poca o casi nula** acrecentando el **sentimiento de soledad** que no les permite tener un envejecimiento saludable ni de calidad.

USUARIOS QUE SE RELACIONARÁN CON EL ADULTO MAYOR



INFANTES (2 - 5 AÑOS)

La relación con el adulto mayor se propone a través de una guardería donde, además de ser monitoreados por gente especializada, los adultos mayores puedan ir y relacionarse con ellos creando vínculos afectivos.

NIÑOS Y ADOLESCENTES

Usuarios que buscan conocimientos, aprender de su comunidad y su cultura en una atmósfera de integración y dinámicas compartidas donde también interioricen un concepto positivo del envejecimiento mientras los adultos mayores comparten sus experiencias y saberes.



JÓVENES

Una gran parte de los jóvenes migran en busca de mejores oportunidades a las ciudades. Una manera de reducir un poco las cifras es que los adultos mayores le transmitan conocimientos productivos con los que puedan emprender sin necesidad de migrar.

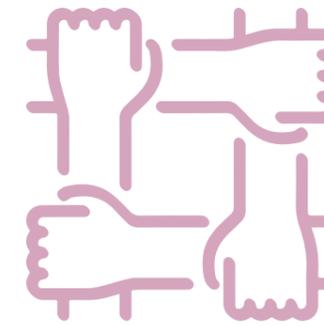


COMUNIDAD

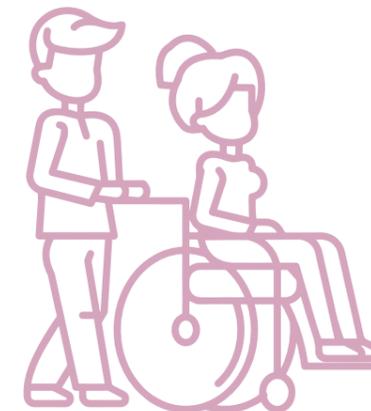
La comunidad necesita espacios públicos culturales y recreativos donde se refuercen las dinámicas de integración en un ambiente de confort. Con la propuesta, contarían con espacios de esparcimiento donde se podrían realizar eventos como ferias o danzas teniendo al adulto mayor como protagonista.



OTROS ACTORES



Personas, organizaciones o instituciones involucradas en la problemática del adulto mayor y que puedan participar en acciones de transferencia intergeneracional de saberes. (ONG, municipalidades, instituciones educativas, etc)



Personal de apoyo encargado del cuidado especial de algunos adultos mayores que lo requieran. (permanentes)



Personal capacitado para promover y ayudar a que la transmisión de saberes se de de la mejor manera durante las actividades. (temporales)

A PARTIR DEL ENTENDIMIENTO DE LA PROBLEMÁTICA SOCIAL Y EL ANÁLISIS TERRITORIAL, SE PROPONE UNA RED DE EQUIPAMIENTOS MULTIESCALAR REPLICABLE A LO LARGO DE LA ZONA CIRCUNLACUSTRE. LA CUAL TIENE COMO OBJETIVO REVALORAR AL ADULTO MAYOR COMO FUENTE DE SABIDURÍA, BRINDÁNDOLE ESPACIOS DE PROTECCIÓN DONDE SE SIENTAN SEGUROS Y SE FOMENTE LA TRANSMISIÓN DE SABERES ENTRE LAS DIVERSAS GENERACIONES, TENIENDO EN CUENTA LOS PRINCIPIOS DE INTERGENERACIONALIDAD Y ENVEJECIMIENTO. ACTIVO LOGRANDO ASÍ SU PRESERVACIÓN EN EL TIEMPO Y LA MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR, REINSERTÁNDOLO EN LAS DINÁMICAS SOCIALES DE LA COMUNIDAD.

EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO



Proceso en el que se optimizan las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen (OMS 2002). Por ello, tener un envejecimiento saludable y activo implica participar en todos los aspectos sociales, culturales y familiares.

Cuando las personas envejecen, su calidad de vida está fuertemente determinada por su habilidad para mantener la **autonomía** y la **independencia**, y por la esperanza de **vida sana**, es decir, la esperanza de vida sin enfermedad.

El envejecimiento activo, a su vez, tiene otro objetivo principal: romper con el estereotipo de que el envejecimiento es negativo. Hacerse mayor es una experiencia positiva, que deja muchos recuerdos y aprendizajes a lo largo de la vida. Por ello, **el envejecimiento activo tiene el propósito de trabajar por el bienestar físico, mental y emocional de los mayores, con el fin de transformar la vejez en una experiencia positiva.**

Para promover el envejecimiento activo **en la arquitectura** se tiene que tener en cuenta una **correcta accesibilidad**, ya que de esta manera, se promueve la independencia en los adultos mayores.

Además, proponer **ambientes que ayuden a la mejora de sus habilidades** físicas y cognitivas.

Asimismo, los **espacios al exterior** favorecen un envejecimiento saludable y activo ya que los adultos mayores pueden recrearse, interactuar con diversas personas y disfrutar del entorno en **contacto con la naturaleza.**



LA INTERGENERACIONALIDAD

El proceso de envejecer activamente implica al conjunto de la sociedad y tiene como uno de sus fundamentos las **relaciones entre las generaciones**. (Acosta 2017)

Asimismo, debe ir de la mano con una buena salud física y mental. Sin embargo, factores como la **soledad y el aislamiento afectan** no solo la salud mental de los adultos mayores sino también su salud física. Diversos estudios concluyen que **la soledad debilita el sistema inmunológico** haciendo más posible a los adultos mayores padecer ciertas dolencias.

Es por esta razón que **la intergeneracionalidad debe ir de la mano con el envejecimiento activo**, ya que de esta manera, la sensación de soledad disminuye y el adulto mayor se siente nuevamente integrado a la comunidad mientras transmite su conocimiento.

Al momento de diseñar **espacios que promuevan la intergeneracionalidad** se debe tener en cuenta la **elección del adulto mayor** en términos de cuánto y cómo interactuar con otras personas.

Los espacios comunitarios suelen ser abiertos, acogedores y evolutivos. «**La flexibilidad es esencial** en el diseño de un ambiente intergeneracional que permita tanto la actividad planificada y la no planificada a diferentes tipos de interacción entre generaciones». (Hatton-Yeo y Melville:2016)

Además, es importante planificar actividades donde los participantes compartan sus experiencias personales ya que potencia la empatía. Además de conformar la identidad colectiva. Asimismo, planificar y organizar el espacio de tal manera que se **facilite la interacción sin violar la privacidad de las personas**. (Zheng :2016)



Fuente: portal.municipuno.gob.pe

Fuente: portal.municipuno.gob.pe

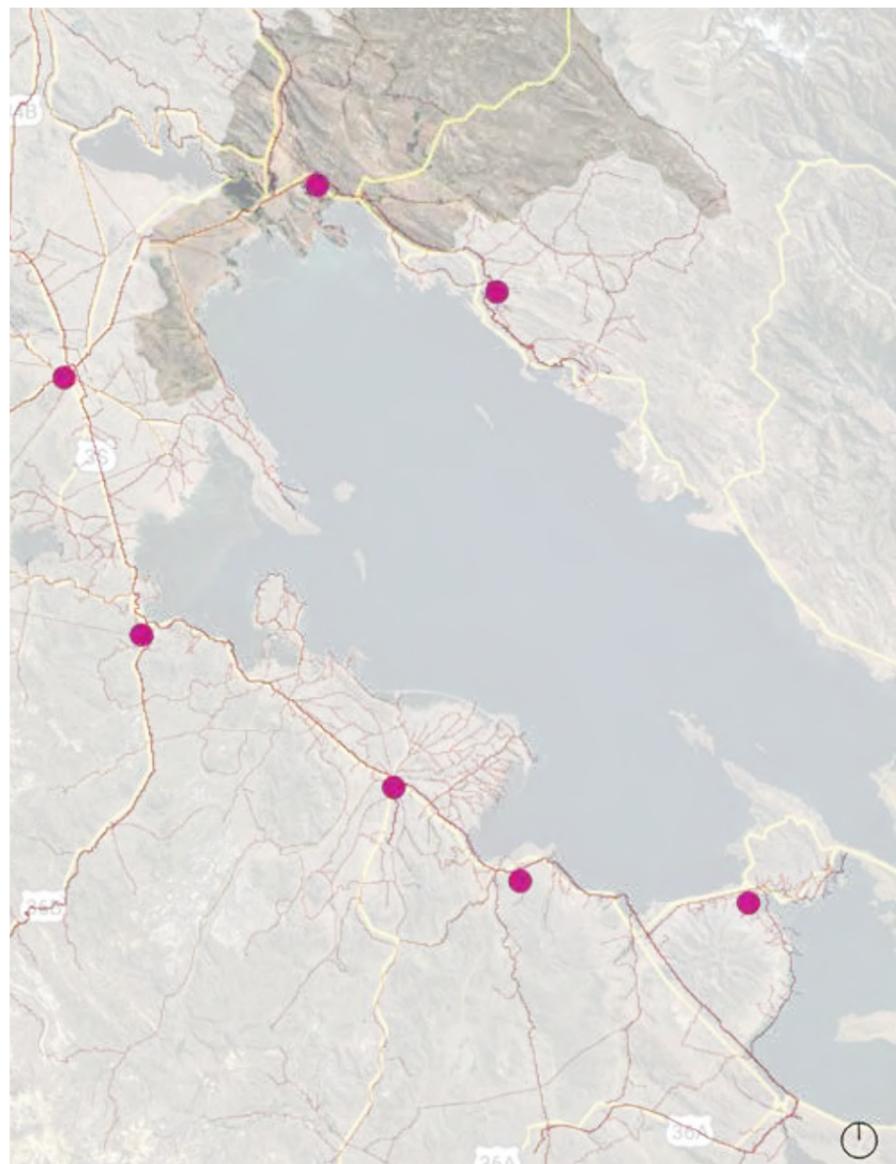


4. PROPUESTA: RED MULTIESCALAR REPLICABLE

Se propone una **red a lo largo de la zona circunlacustre**, la cual es la zona más crítica para el adulto mayor. Esta contará con **3 intervenciones replicables de diferente escala**: Siendo la primera, como infraestructura principal, un centro intergeneracional y de residencia dedicado al adulto mayor, ubicado en las ciudades soporte de cada provincia debido a su mayor accesibilidad.

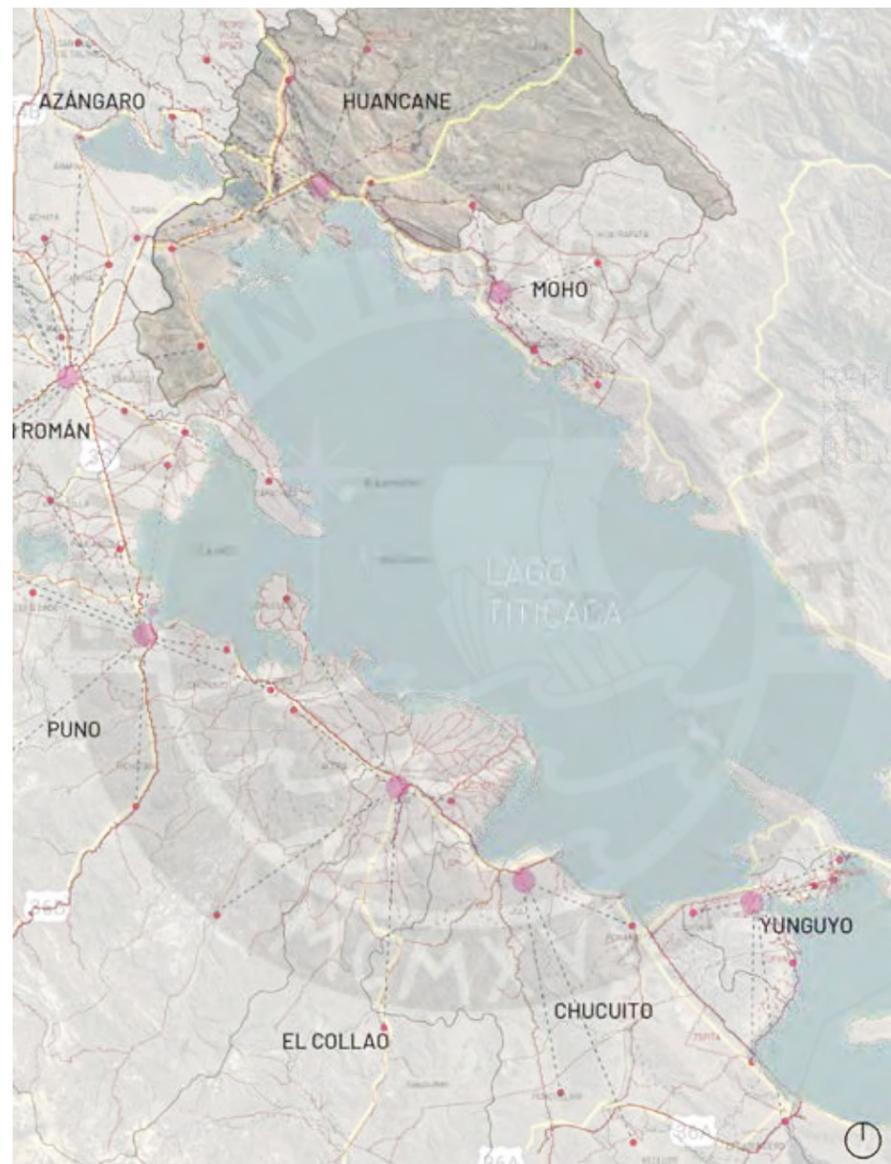
Como segunda intervención, se plantea un equipamiento flexible de menor escala que sirva tanto para el cuidado del adulto mayor, así como fomentar la intergeneracionalidad, es por ello que se ubican en los demás distritos de la provincia, para un mayor alcance y acercamiento a las zonas rurales.

Por último, se plantea intervenir en la vivienda aislada y en la de los centros poblados reforzándola con materiales aislantes que permitan que el adulto mayor viva en confort, ya que es el lugar donde pasarán un mayor tiempo mientras sean independientes.



CENTRO INTERGENERACIONAL Y DE PROTECCIÓN PARA EL ADULTO MAYOR

CIUDADES SOPORTE



EQUIPAMIENTO FLEXIBLE

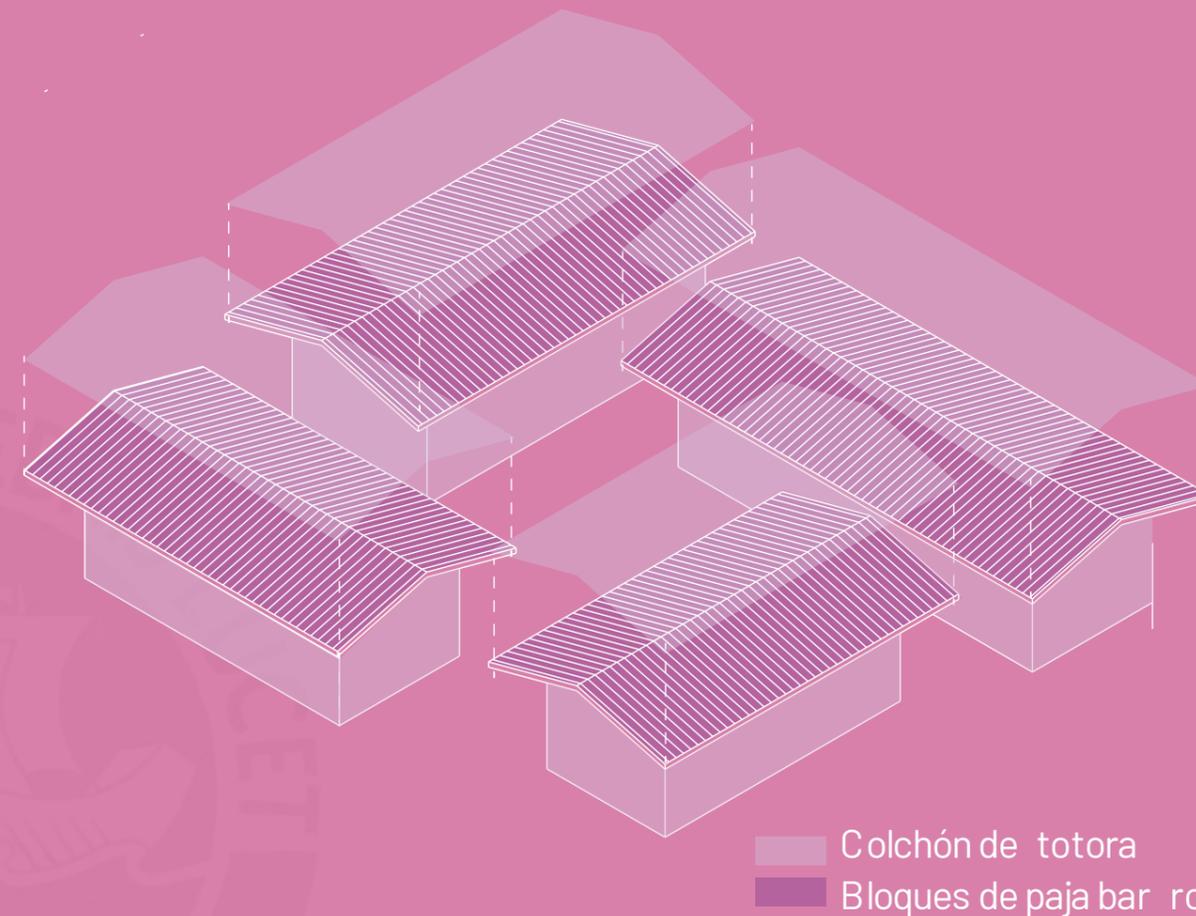
DISTRITOS



REFORZAMIENTO DE LA VIVIENDA

CENTROS POBLADOS - VIVIENDA AISLADA

PROPUESTA EN LA VIVIENDA AISLADA - CENTROS POBLADOS



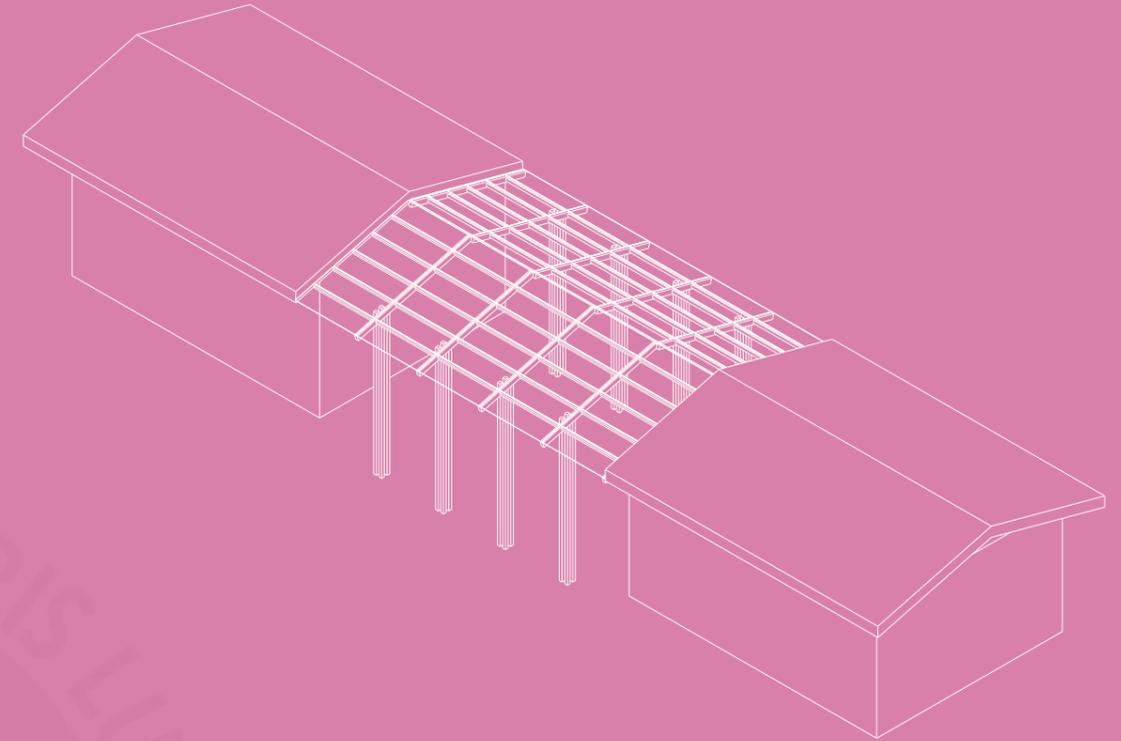
Propuesta:

Intervenir en la vivienda aislada y la de los centros poblados **reforzándola con materiales aislantes** que permitan que el adulto mayor viva en confort ya que es el lugar donde pasarán un mayor tiempo mientras sean independientes.

Lineamientos:

- Uso de **materiales locales** con propiedades de inercia térmica y aislamiento para promover su uso y que la propuesta pueda ser replicada por los pobladores.
- **Mejorar la calidad de vida del adulto mayor** a pesar de que no asista a los demás equipamientos con frecuencia.

PROPUESTA EN LOS DISTRITOS DE CADA PROVINCIA



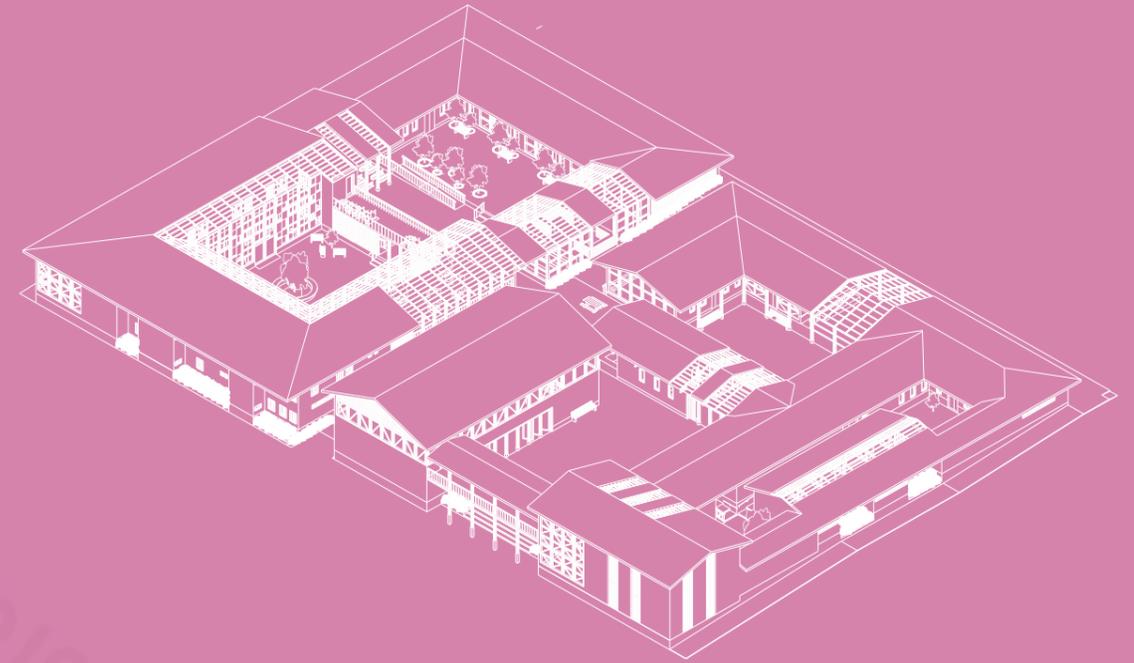
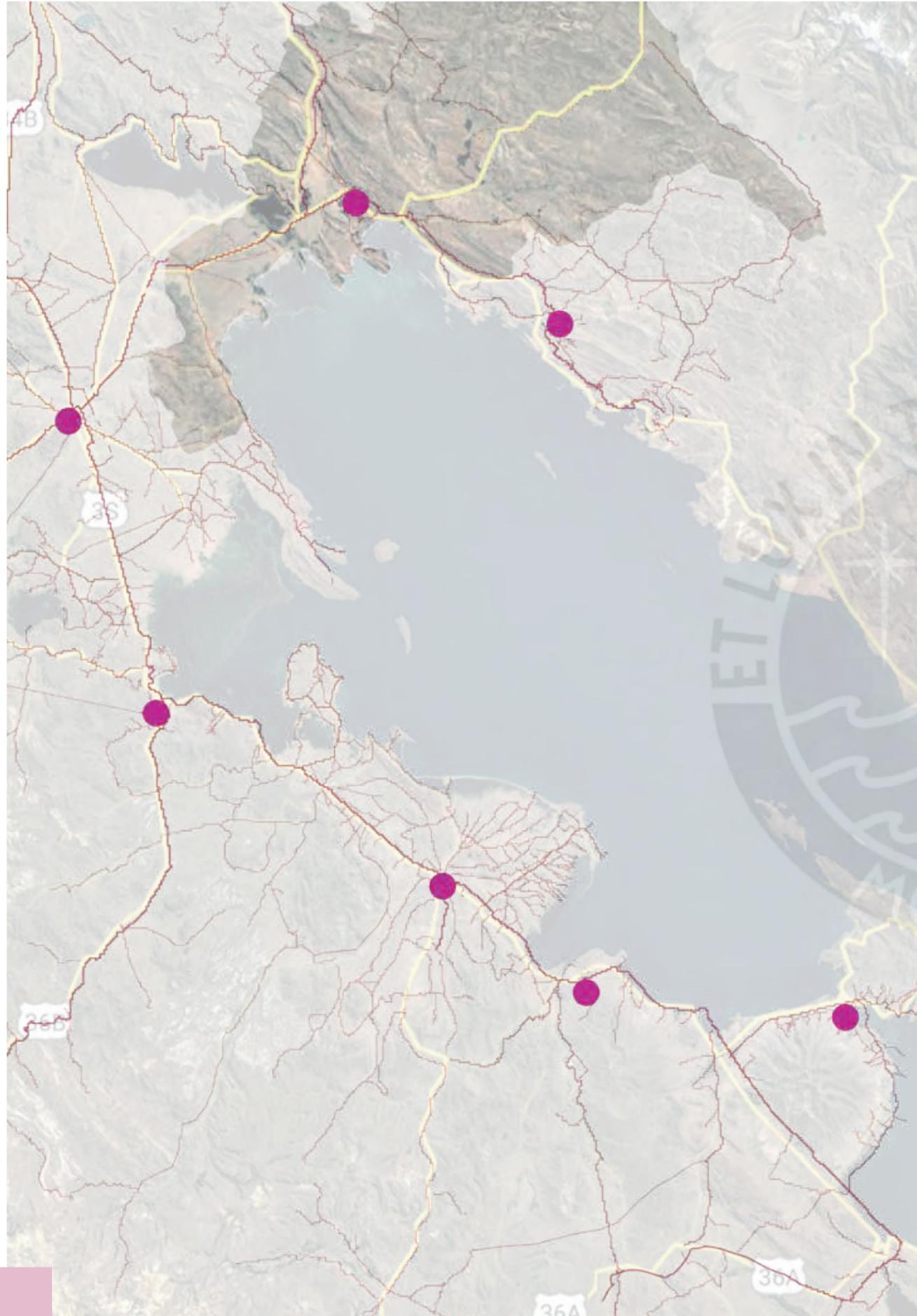
Propuesta:

Se plantea un equipamiento flexible de menor escala que sirva tanto para el cuidado del adulto mayor, así como fomentar la intergeneracionalidad, es por ello que se ubican en los demás distritos de la provincia, para un **mayor alcance y acercamiento a las zonas rurales**.

Lineamientos:

- Creación de **espacios flexibles modulares** que puedan ser adaptados en diversas ubicaciones y dependiendo del espacio existente puedan ser de mayor o menor tamaño
- **Flexibilidad de uso** para que pueda adaptarse a las necesidades de cada distrito, pero siempre teniendo en consideración el cuidado del adulto mayor y la relación intergeneracional.
- Contar con un **espacio público abierto y techado** para la comunidad que, a su vez, fomente la interacción y la transmisión de saberes.
- Uso de **materiales locales** para la protección frente al clima extremo y promover su uso.

PROPUESTA EN CIUDADES SOPORTE



Propuesta:

Se plantea un centro intergeneracional y de protección para el adulto mayor ubicados en las ciudades soporte de cada provincia debido a su **mayor accesibilidad** y cercanía a las vías principales y equipamientos de importancia.

Lineamientos:

- En **cercanía a las dinámicas sociales actuales del adulto mayor** y con una afluencia de personas las cuales puedan ser parte de las actividades junto a los adultos mayores
- Contar con un **espacio público abierto y techado** para la comunidad que, a su vez, fomente la interacción y la transmisión de saberes.
- Uso de **materiales locales** para la protección frente al clima extremo y promover su uso.

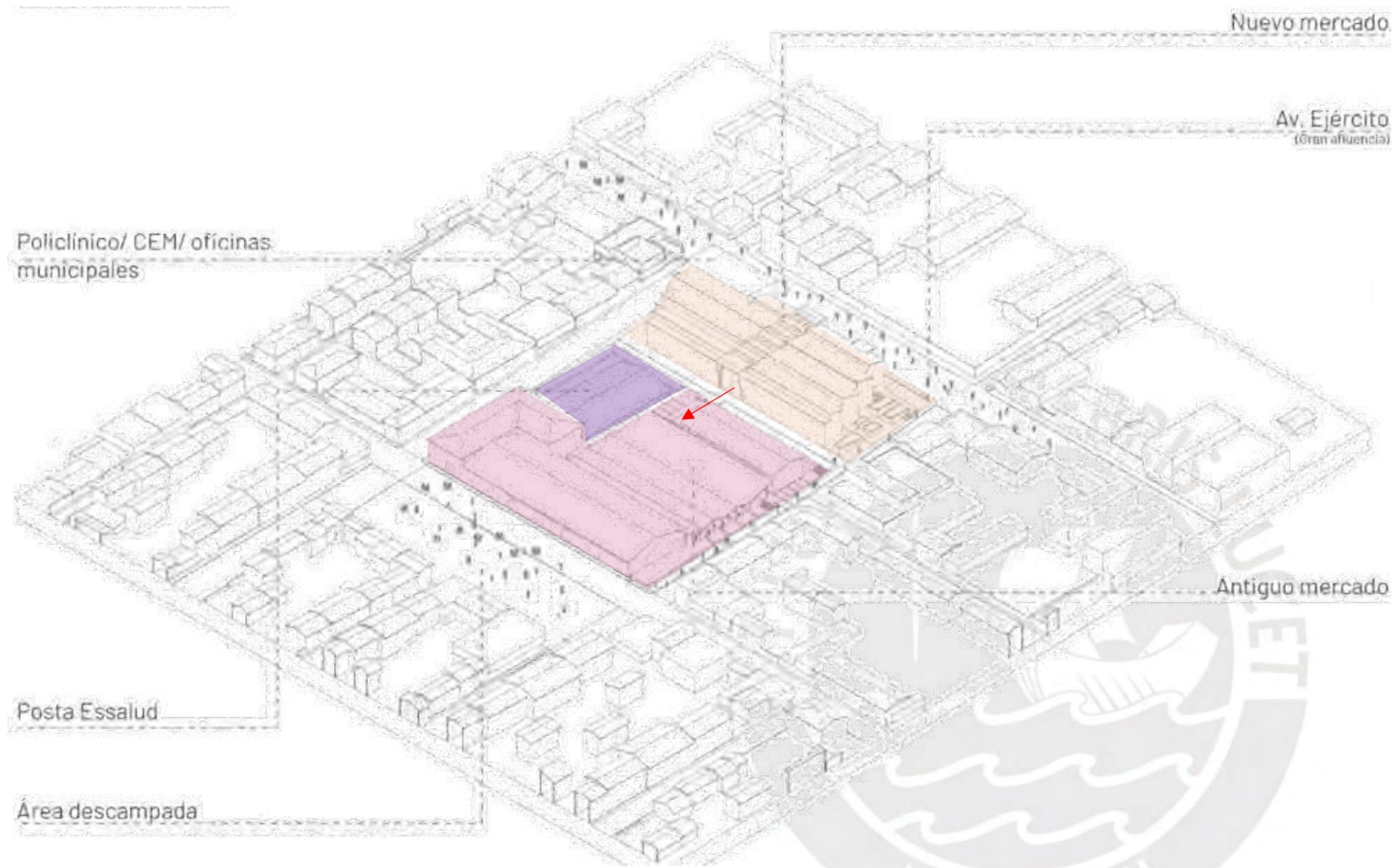
An architectural rendering of a large, modern building complex with a prominent red roof. The building features large glass windows and a central entrance. In the foreground, there is a courtyard with several trees, benches, and raised garden beds. The background shows a hazy landscape with hills and a sky with soft clouds. A semi-transparent red rectangular overlay covers the middle portion of the image, containing the title text.

AMAWT'A: CENTRO INTERGENERACIONAL Y DE PROTECCIÓN PARA EL ADULTO MAYOR

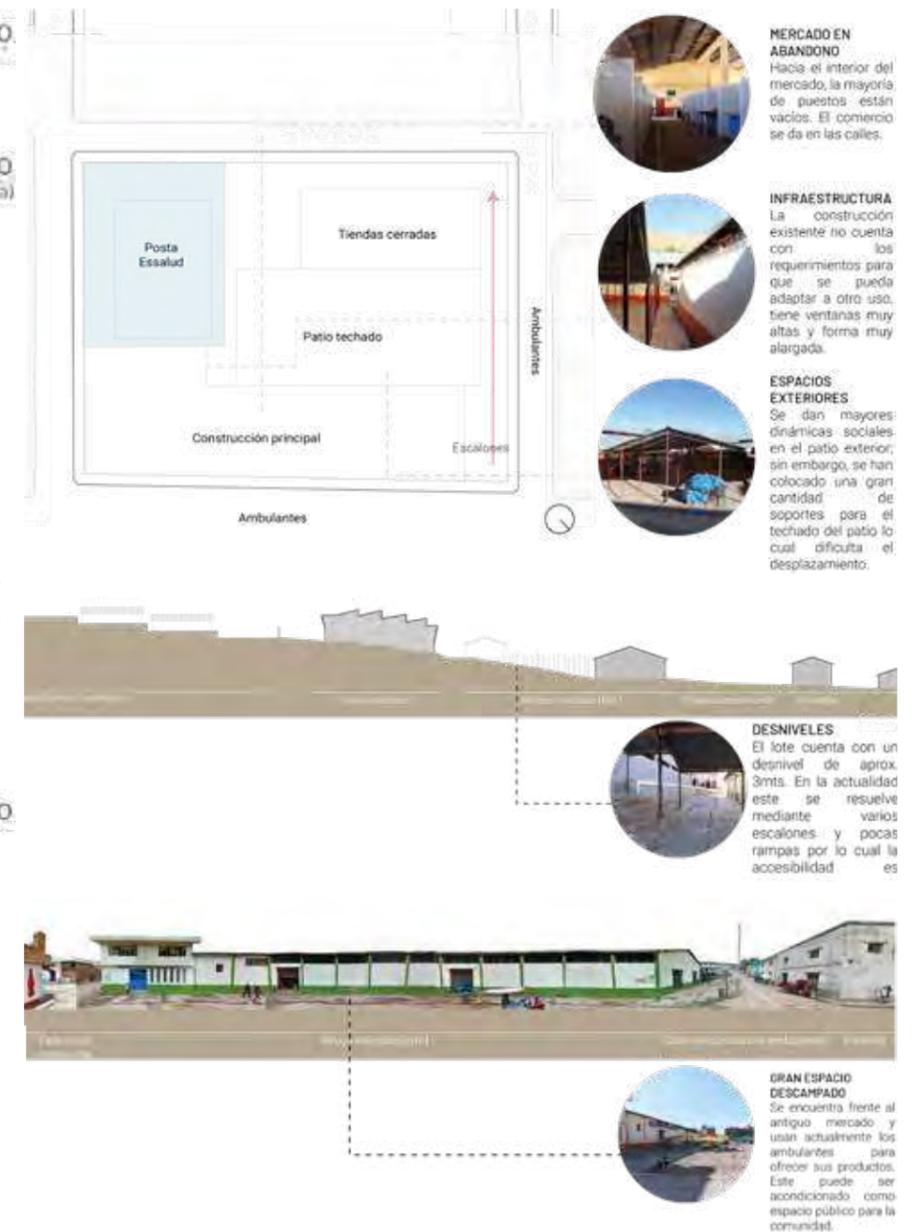


INTERVENCIÓN URBANA

ANÁLISIS LOTE ESTADO ACTUAL



ANTIGUO MERCADO (LOTE ESCOGIDO)



AV. EJÉRCITO



La avenida Ejército es la **principal** en Huancañe ya que, atraviesa todo el distrito y es la vía de conexión hacia Juliaca, también tiene un gran **carácter comercial** debido a los ambulantes y a las ferias que se dan los domingos a todo lo largo de la calle, sobretodo frente al nuevo mercado.

POLICLÍNICO / CEM

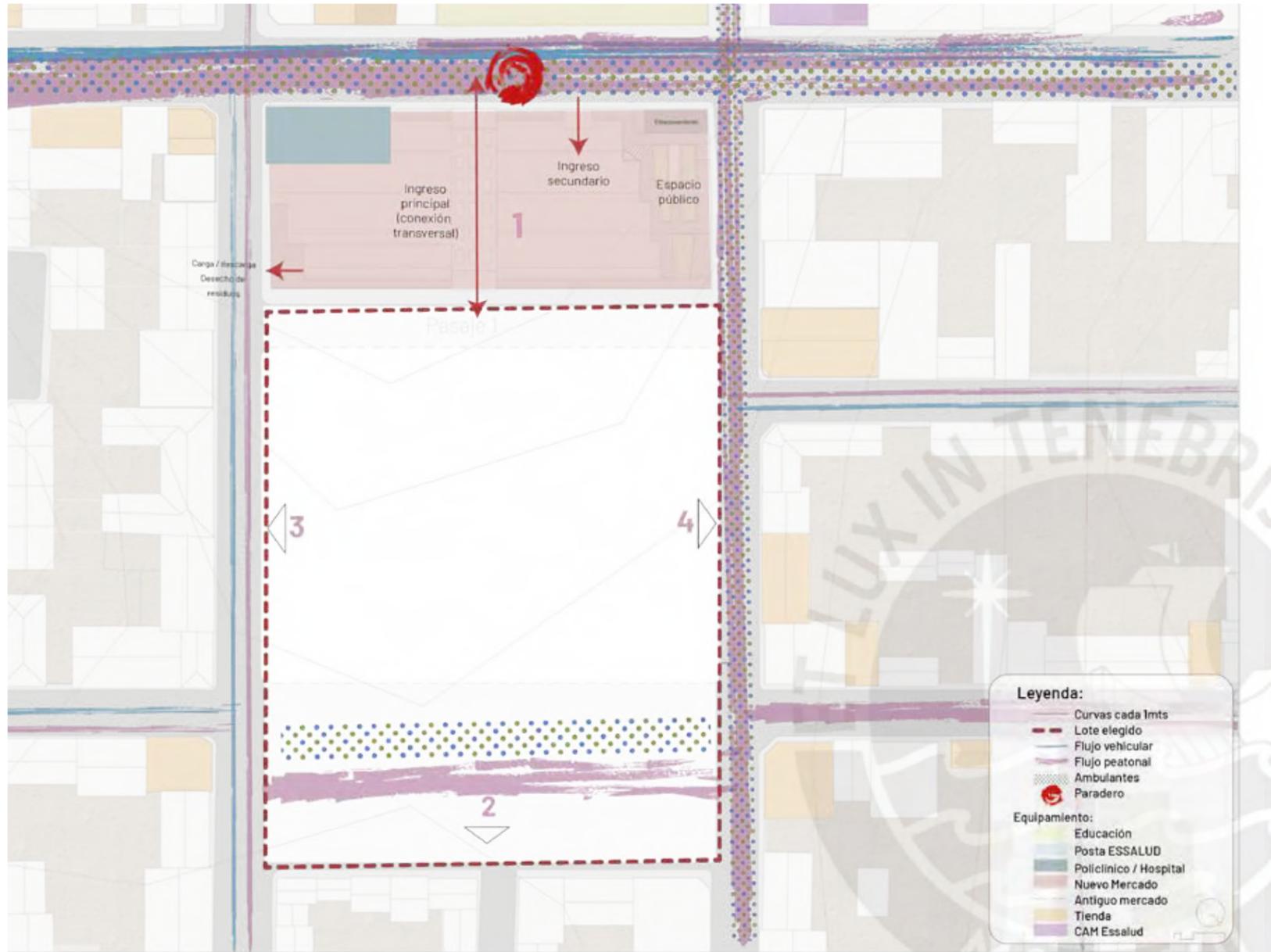


Al lado del nuevo mercado se encuentra el policlínico y el Centro de Emergencia para la Mujer donde también **se puede denunciar casos de abandono o maltrato hacia el adulto mayor.**

POSTA ESSALUD



Además del antiguo mercado, se encuentra en el lote una pequeña posta de salud que **se busca agregar al proyecto** como un área de salud especializada en el adulto mayor.



2. FRENTE HACIA EL DESCAMPADO



3. FRENTE HACIA JIRÓN ARICA

Avenida **poco concurrida** mayoritariamente uso de vivienda a excepción de algunas tiendas pequeñas.

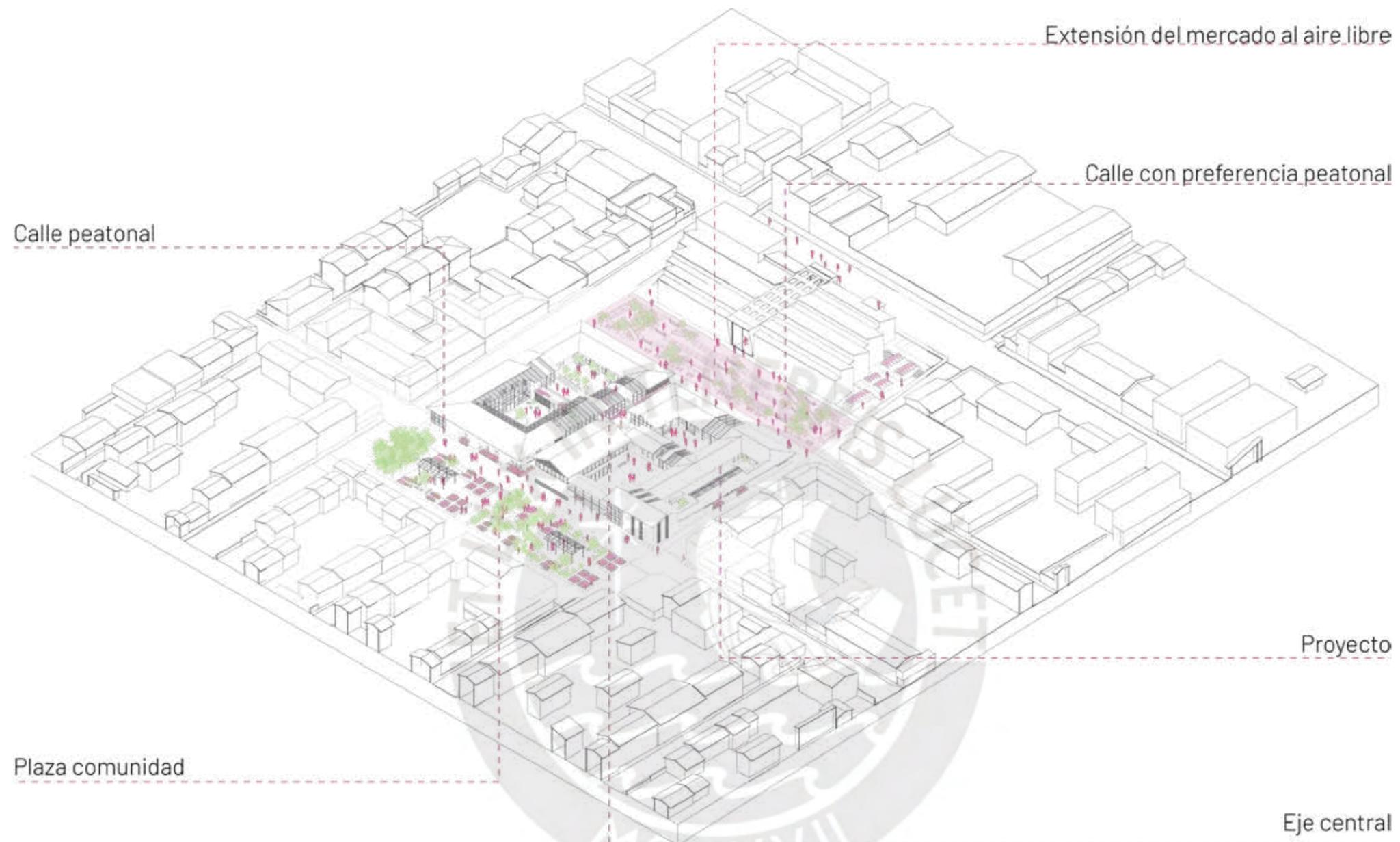


4. FRENTE HACIA JIRÓN AREQUIPA

Avenida de **gran flujo** debido a la cantidad de ambulantes que alberga además de las tiendas que lo complementan de usos diversos como venta de ropa, juguetes, etc.

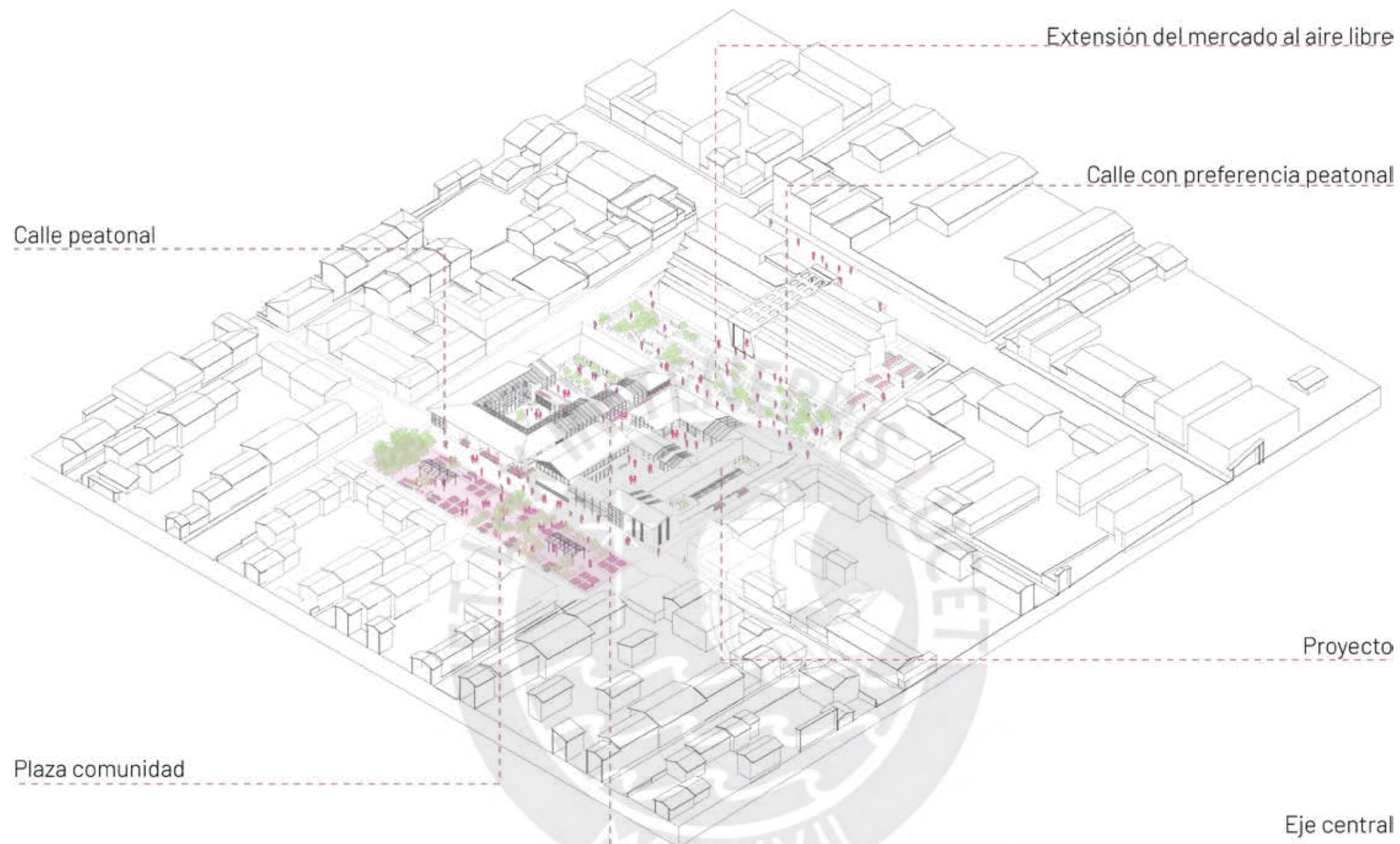


PROPUESTA DE INTERVENCIÓN URBANA: EXTENSIÓN DEL MERCADO



Se propone en la salida posterior del mercado una extensión hacia el exterior del nuevo mercado que **se adapte a la topografía** y **permita recibir a todos los ambulantes que actualmente se encuentran a los alrededores** del lote. Asimismo, se divide en **diferentes zonas** para un mayor orden, poniendo una zona de bancas en contacto con el proyecto para que este pueda ser visualizado. Asimismo, se le añade **vegetación para generar sombra y a su vez protección contra los vientos del sur para el proyecto**. Además, se convierte la vía anexa en prioridad peatonal.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN URBANA: PLAZA COMUNIDAD



Hacia el otro lado del proyecto, en el área descampada, se propone una plaza para la población debido a la **escasez de espacio público en el distrito**. Además, se genera en el proyecto visuales hacia esta y al Apu que se encuentra detrás. También **se peatonaliza la vía** entre el proyecto y la plaza comunidad para **generar una continuidad**. Dentro de la plaza **se proponen espacios techados de usos múltiples**, donde se den actividades que involucren al adulto mayor, así como **mobiliario especializado, vegetación y biohuertos para integrar a toda la población en su cuidado**.



CENTRO INTERGENERACIONAL Y DE PROTECCIÓN PARA EL ADULTO MAYOR

SE PROPONE UN CENTRO QUE TENGA COMO PROTAGONISTA AL ADULTO MAYOR, GENERANDO ESPACIOS QUE FOMENTEN EL INTERCAMBIO Y ENCUENTRO INTERGENERACIONAL, COMPLEMENTANDOLO CON UN PROGRAMA DE USO COMUNITARIO. DE ESTA MANERA, SE BUSCA LOGRAR QUE EL ADULTO MAYOR VUELVA A SENTIRSE PARTE DE SU COMUNIDAD, COMBATIENDO LA SOLEDAD Y TRANSMITIENDO SUS SABERES.



ESPACIOS FLEXIBLES QUE SE ABREN AL EXTERIOR

VISUAL HACIA EL APU

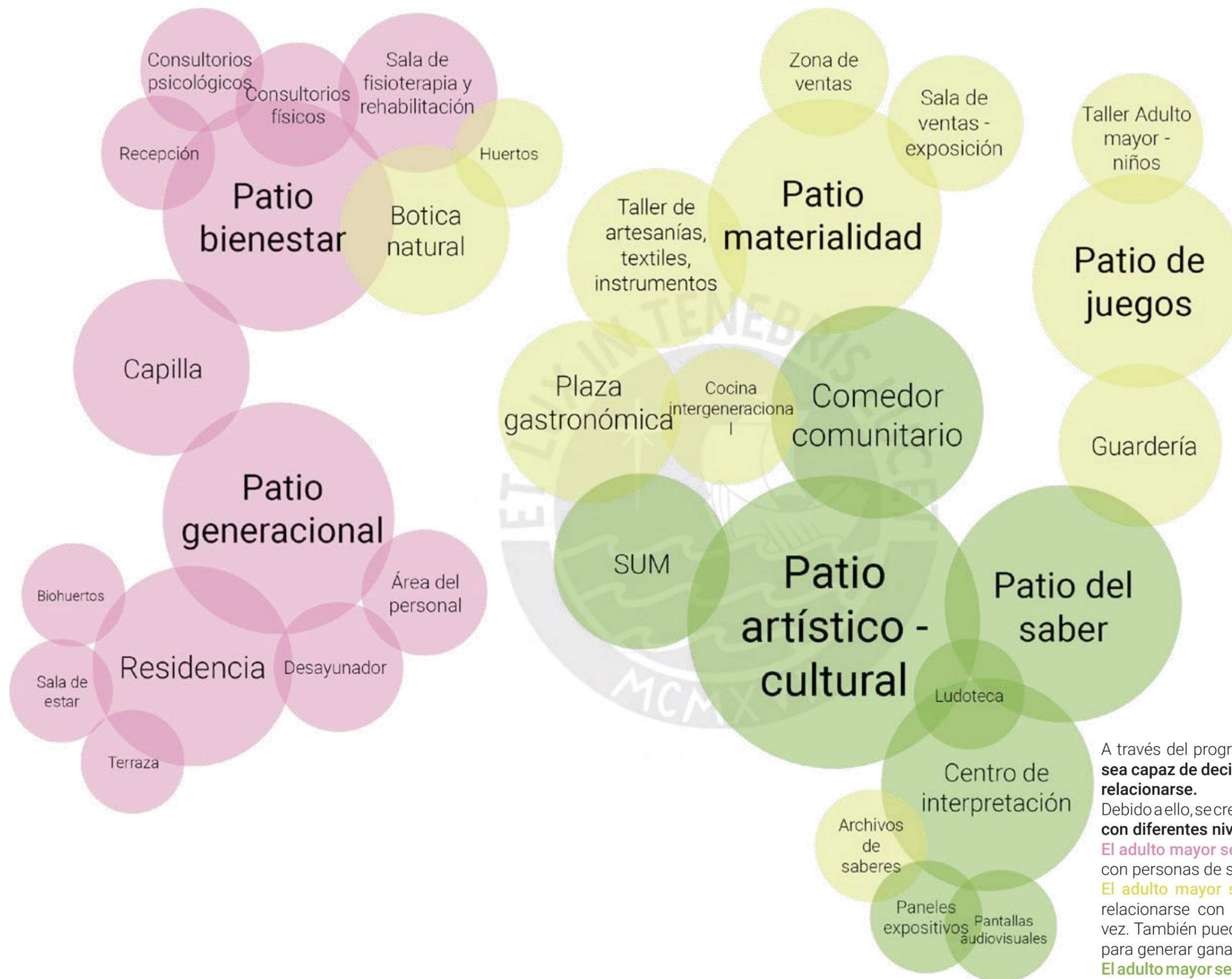
MURALES DE TIERRA

USO DE MATERIALES LOCALES

CONTACTO CON LA NATURALEZA

VACÍO COMO ESPACIO INTEGRADOR

EJE CENTRAL DE CONEXIÓN



A través del programa se busca que **el adulto mayor sea capaz de decidir cómo, cuánto y con quién desea relacionarse.**

Debido a ello, se crean **3 grandes grupos programáticos con diferentes niveles de privacidad:**

El adulto mayor se cuida: se relaciona con él mismo y con personas de su misma generación.

El adulto mayor se relaciona y produce: empieza a relacionarse con las demás generaciones, una a la vez. También puede producir y vender sus creaciones para generar ganancias.

El adulto mayor se reintegra a la comunidad: programa comunal donde se integrarán todas las generaciones en diversas actividades.

HORARIOS DE USO Y RELACIÓN ENTRE USUARIOS

PRINCIPAL USUARIO



Residencia
Protección
Cuidados de salud

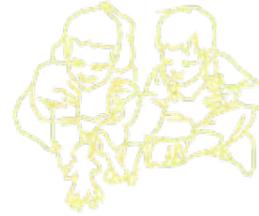
EN ABANDONO
Dependiente / Independiente (permanente)



Relacionarse
Actividades
Producción

INDEPENDIENTE PERO SOLITARIO (temporal)

USUARIOS SECUNDARIOS



INFANTES
(2 - 5 años)



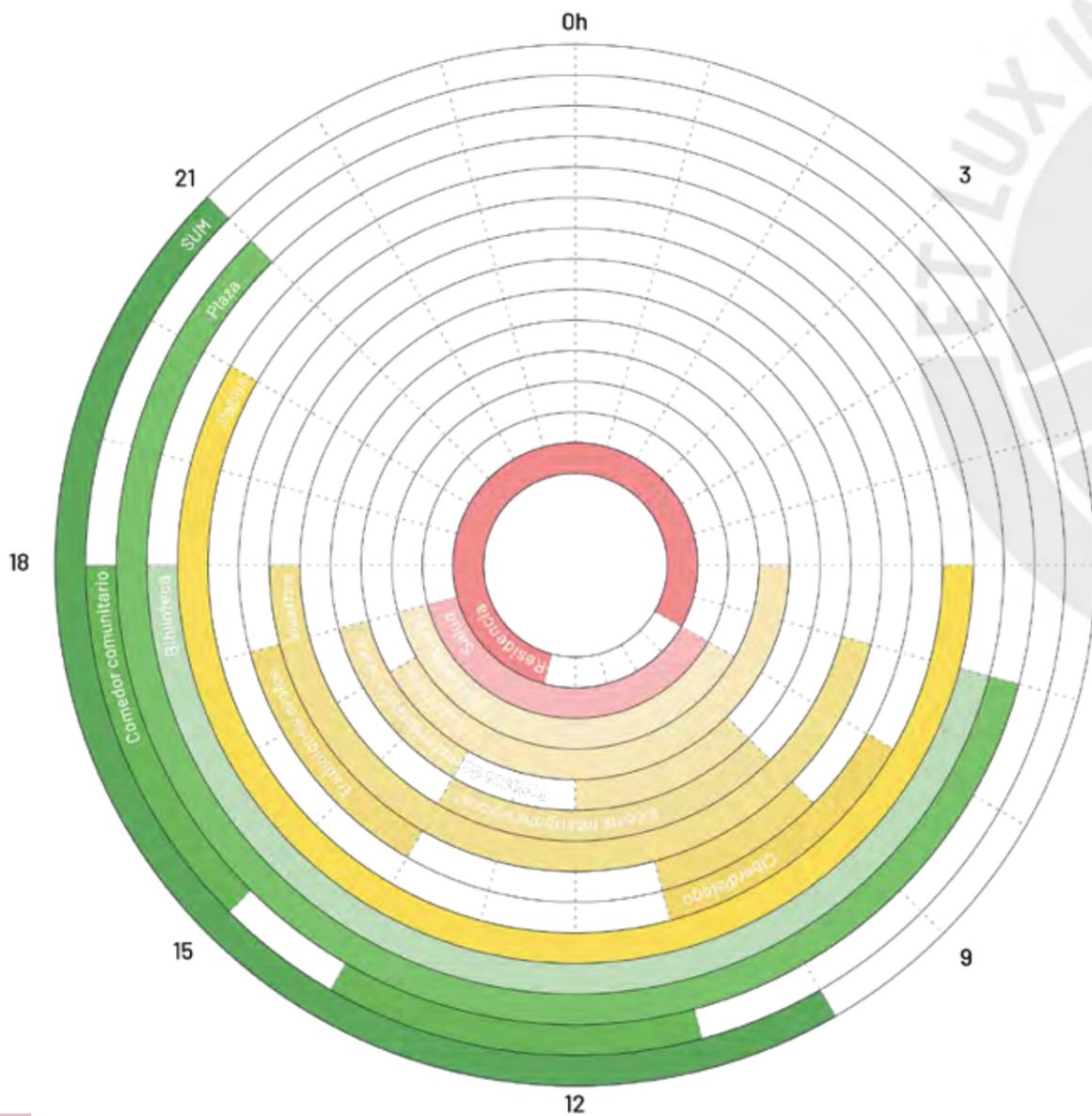
NIÑOS Y ADOLESCENTES



JÓVENES



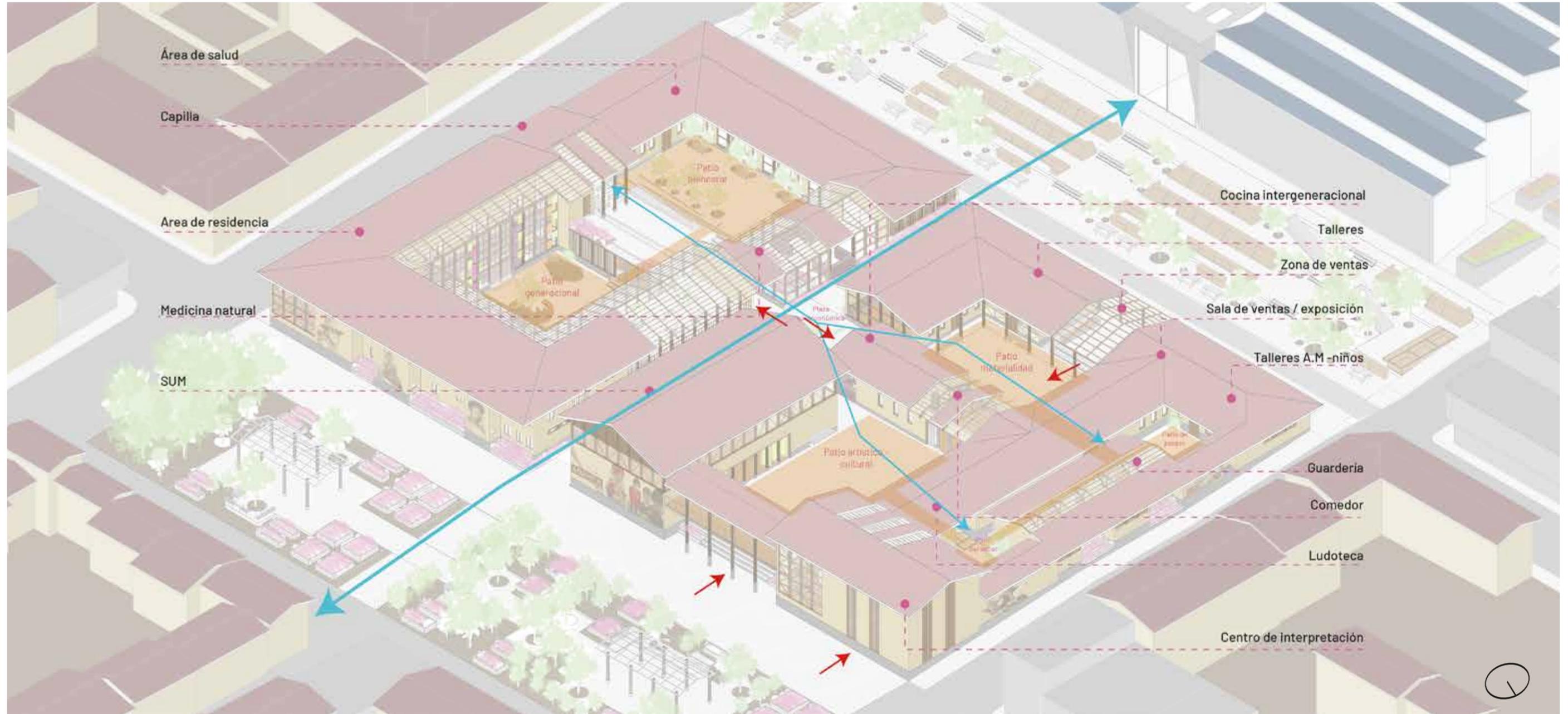
COMUNIDAD



	Programa	Privacidad	Iluminación	Viento/Ventilación	Visual	L	M	M	J	V	S	D
Adulto mayor se cuida	Relación con su misma generación y espacio de privacidad	Habitaciones compartidas	Privado	Directa pero controlada (preferiblemente en las tardes)	Protección alta	[Bar chart showing usage hours]						
	Salud	Rehabilitación/ Terapia	Privado	Indirecta	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						
		Psicología / salud mental / Charlas	Privado	Indirecta	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						
		Consultas/ atención médica	Privado	Indirecta	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						
	Botica remedios naturales	Semipúblico	Directa	Protección baja	[Bar chart showing usage hours]							
Adulto mayor se relaciona y produce	Relación con la primera edad	Guardería	Privado	Controlada	Protección alta	[Bar chart showing usage hours]						
	Taller Experimental Materialidad (vivienda - turismo)	Totora / Champa/ Barro	Semipúblico	Controlada	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						
		Artesanías / sogas / fabricación de instrumentos	Semipúblico	Controlada	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						
	Taller Experimental Textil (vestimenta)	Taller Experimental Textil	Semipúblico	Controlada	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						
	Nutrición	Cocina	Semipúblico	Indirecta	Protección baja	[Bar chart showing usage hours]						
	Agricultura / Plantas medicinales	Huertos	Semipúblico	Controlada	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						
	Cultura / Lengua / cosmovisión-saberes/ intercambio de conocimiento	Tradiciones orales. Saberes climáticos. Experiencias compartidas	Semipúblico	Indirecta	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						
Ciberdiálogo (uso de tecnología)		Semipúblico	Indirecta	Protección media	[Bar chart showing usage hours]							
Adulto mayor se reintegra a la comunidad	Juegos ancestrales / extensión de ambientes / integración	Pacios	Público	Tener en cuenta lugares con sombra	Protección alta	[Bar chart showing usage hours]						
	Biblioteca	Archivo de saberes	Público	Indirecta	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						
		Salas de lectura	Público	Indirecta	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						
		Ludoteca	Público	Indirecta	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						
		Mediateca	Público	Indirecta	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						
		Área social de intercambio	Público	Indirecta	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						
Área informativa	Público	Indirecta	Protección media	[Bar chart showing usage hours]								
Exhibición de trabajos realizados / venta / ferias / eventos de integración	Plaza	Público	Tener en cuenta lugares con sombra	Protección media	[Bar chart showing usage hours]							
	Comedor comunitario	Público	Controlada	Protección media	[Bar chart showing usage hours]							
	Reuniones al interior / Juntas / Charlas / Capacitaciones	SUM	Público	Controlada	Protección media	[Bar chart showing usage hours]						

Grupos programáticos y especificaciones

ESTRATEGIAS DE DISEÑO



EJE CENTRAL

EJE TRANSVERSAL

VISTA AL APU

LOS PATIOS COMO ELEMENTO INTEGRADOR



Une el exterior del nuevo mercado con el espacio público propuesto generando una conexión directa física y visual, haciendo que el flujo de personas atraviese y sea parte del proyecto. Además, lo divide en dos volúmenes conectados a través del eje transversal. Cuenta con pasamanos y mobiliario.



Estos son un elemento esencial para las actividades diarias de los adultos mayores debido a su flexibilidad y que les permite tener una conexión con el exterior dentro del mismo espacio. Es por esto que los espacios interiores se abren hacia ellos y se cierran, en su mayoría, al exterior. Asimismo, crean microclimas para mayor confort y cuentan con diferentes niveles de privacidad e interacción que se adapta a las necesidades del adulto mayor.

DOS VOLÚMENES, UN MISMO LENGUAJE

Hacia la izquierda, programa dedicado al cuidado del adulto mayor, un volumen más cerrado, controlado y de un solo ingreso. Hacia la derecha, el programa intergeneracional y comunitario por lo cual es más permeable y con diversos ingresos.

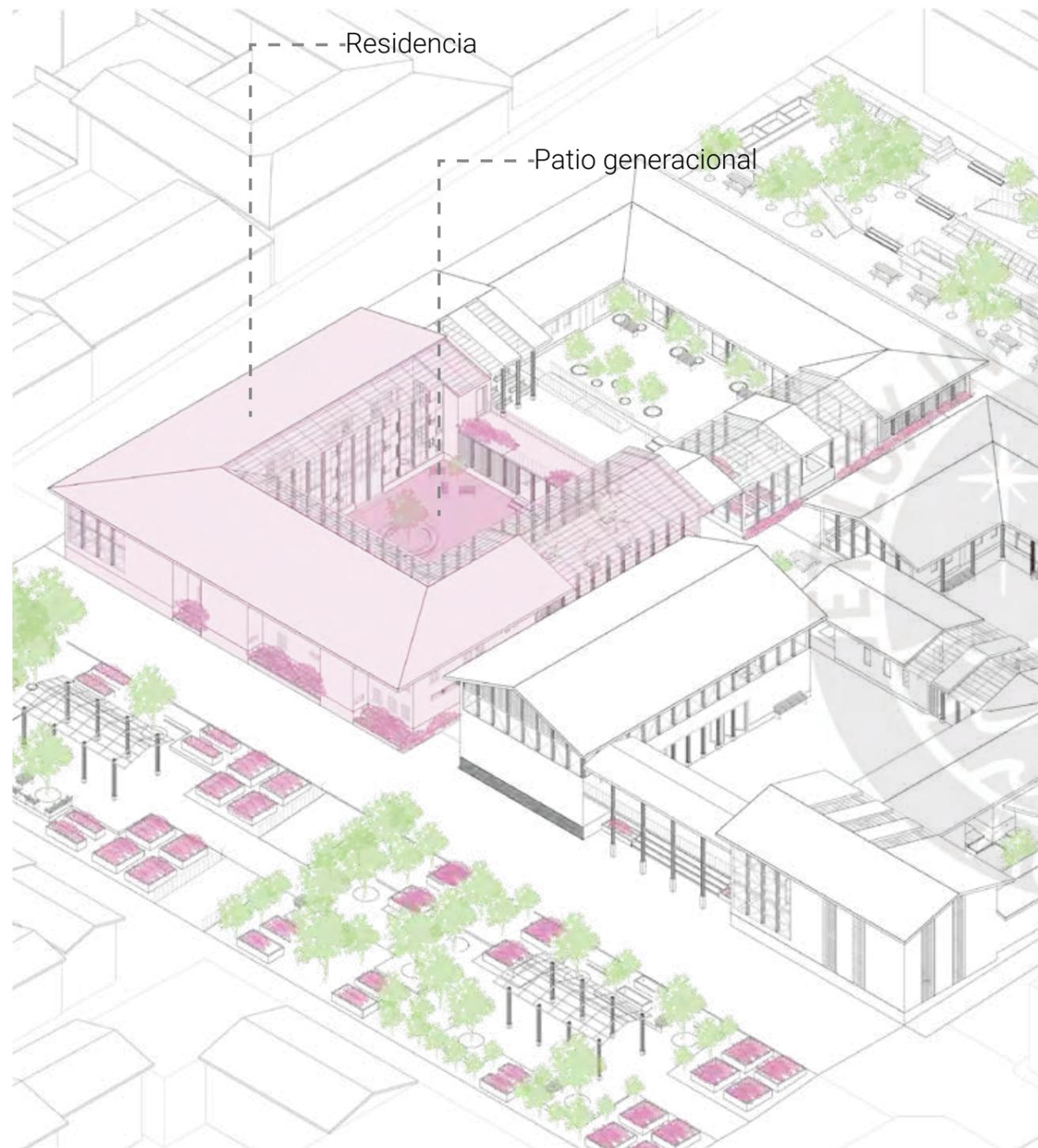
AMAWT'A

Centro intergeneracional y de protección para el adulto mayor



EL ADULTO MAYOR SE CUIDA

PATIO GENERACIONAL



El patio generacional se encuentra dentro de la residencia del adulto mayor, es de uso exclusivo para ellos. Debido a esto, es un **lugar tranquilo** donde sentarse en **contacto con la naturaleza** y, además, sentirse seguros **en compañía de otros adultos mayores** mientras se relacionan. Cuenta con un **control en el ingreso** para mayor seguridad y se encuentra **bordeado por un invernadero con detalles de totora** que sirven como filtro del sol a la vez que le dan un aspecto más colorido para transmitirle alegría al adulto mayor.

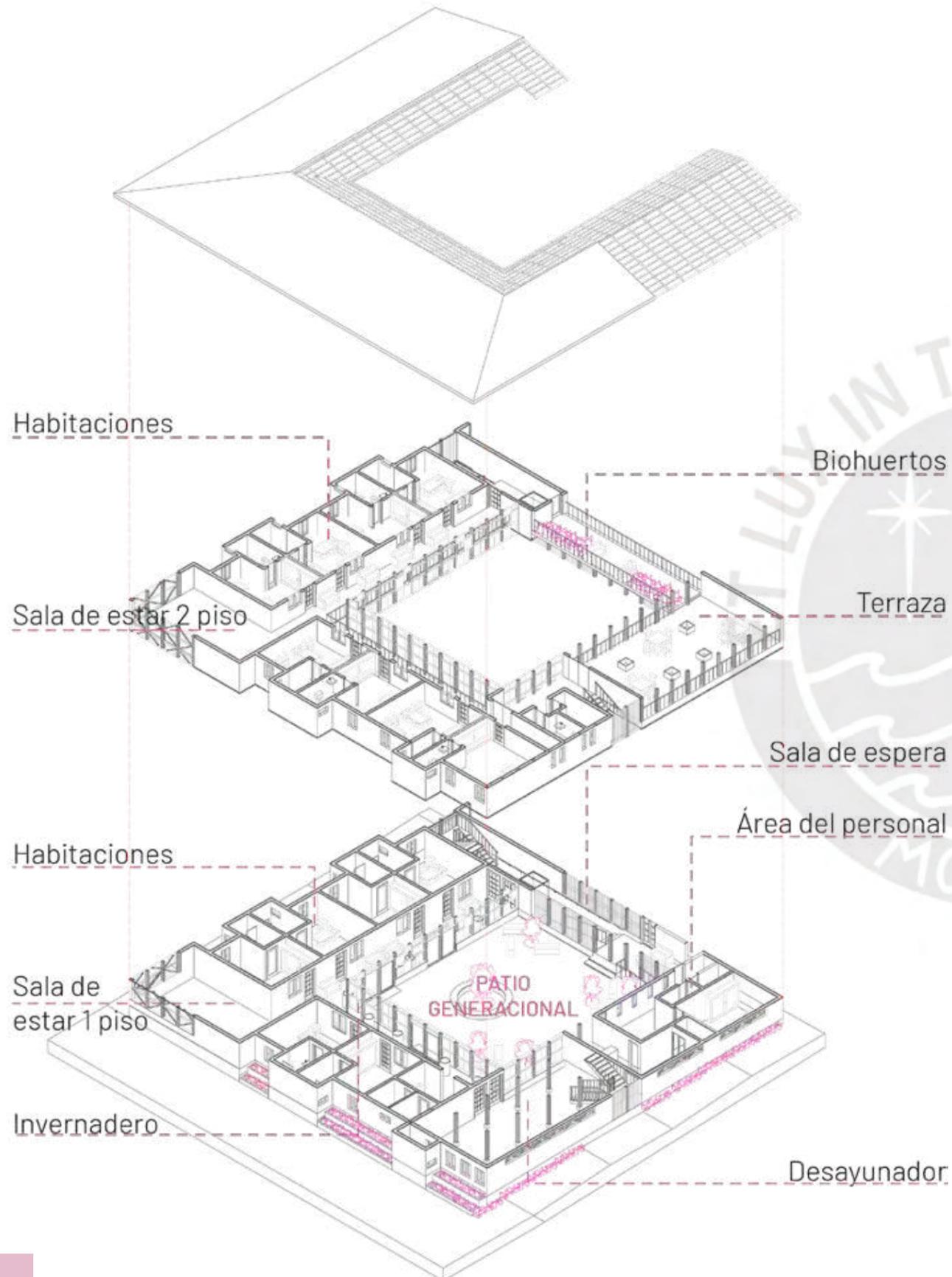


Mobiliario especializado

Promueve la independencia

PATIO GENERACIONAL

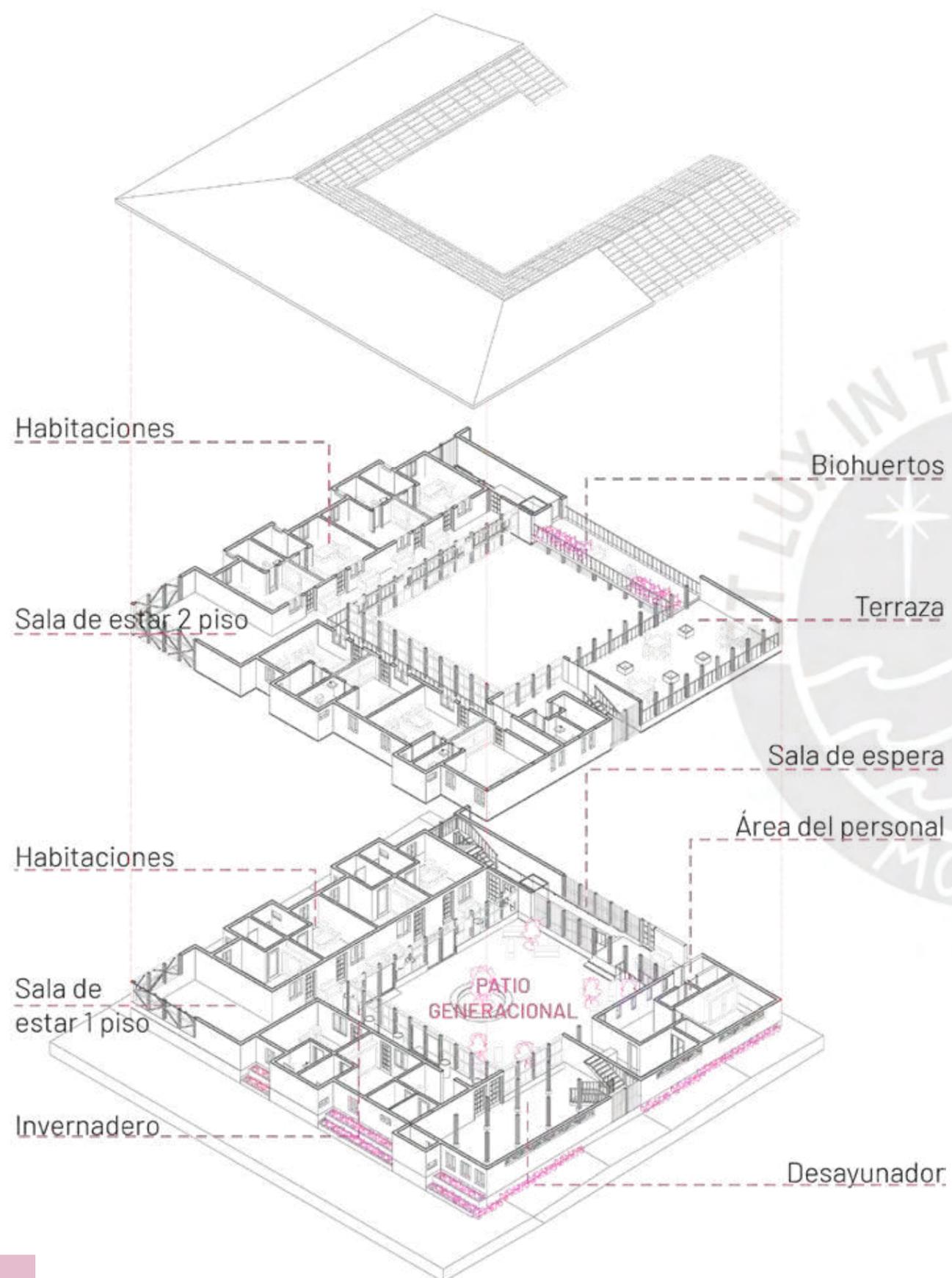
VISTA DESDE INVERNADERO - PASILLO



HABITACIÓN



PATIO GENERACIONAL



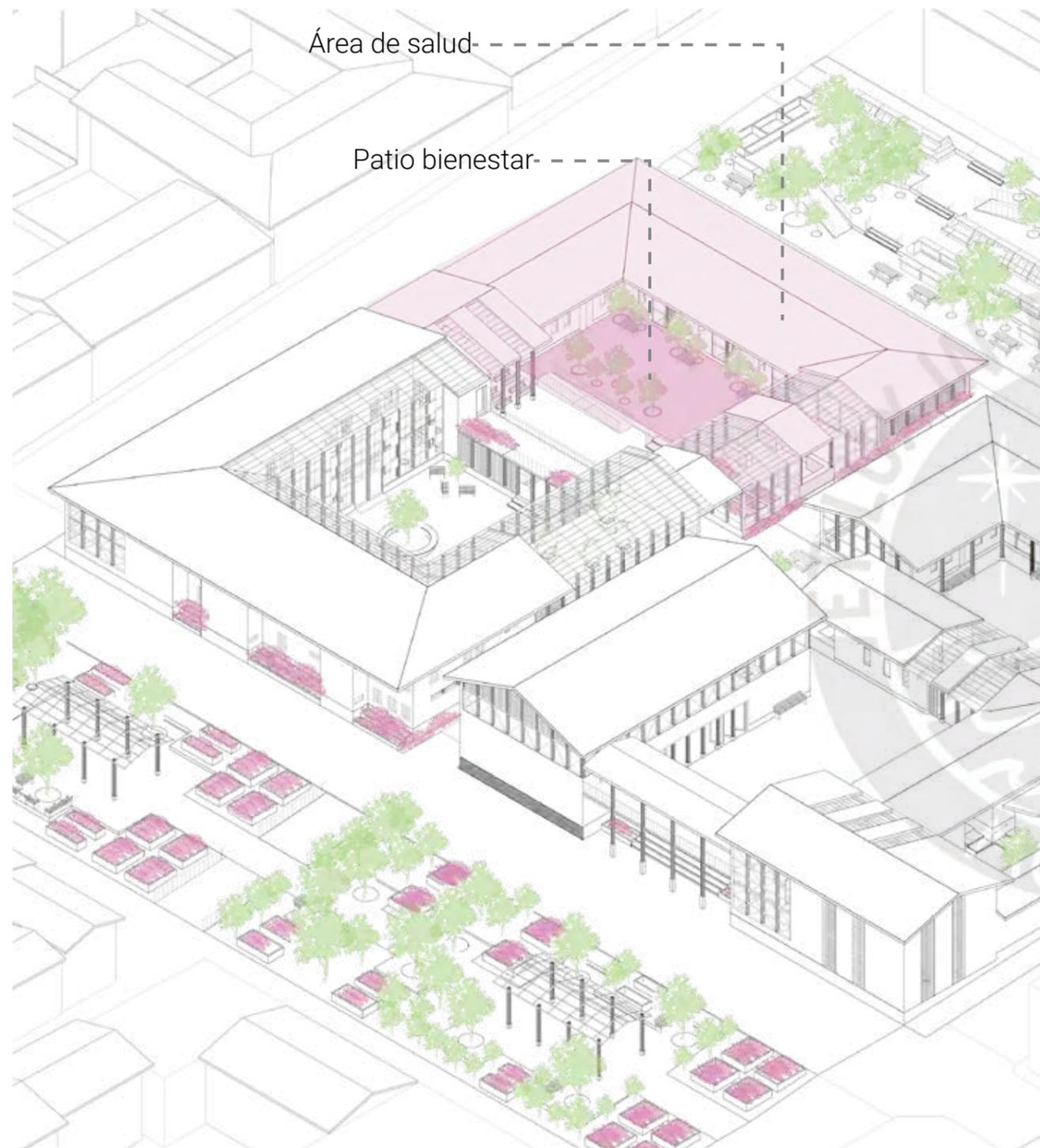
SALA DE ESTAR - PRIMER PISO



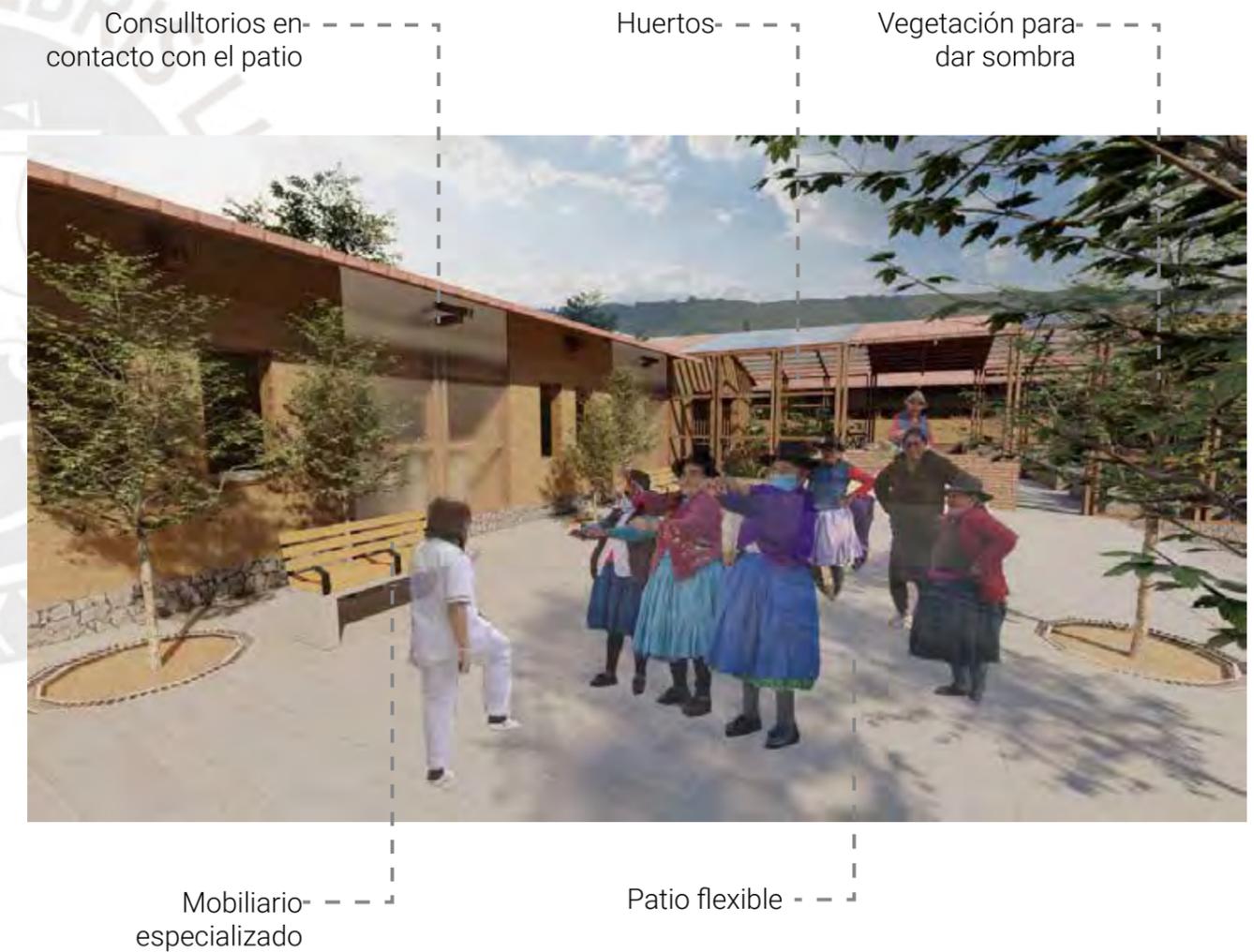
VISTA DESDE TERRAZA



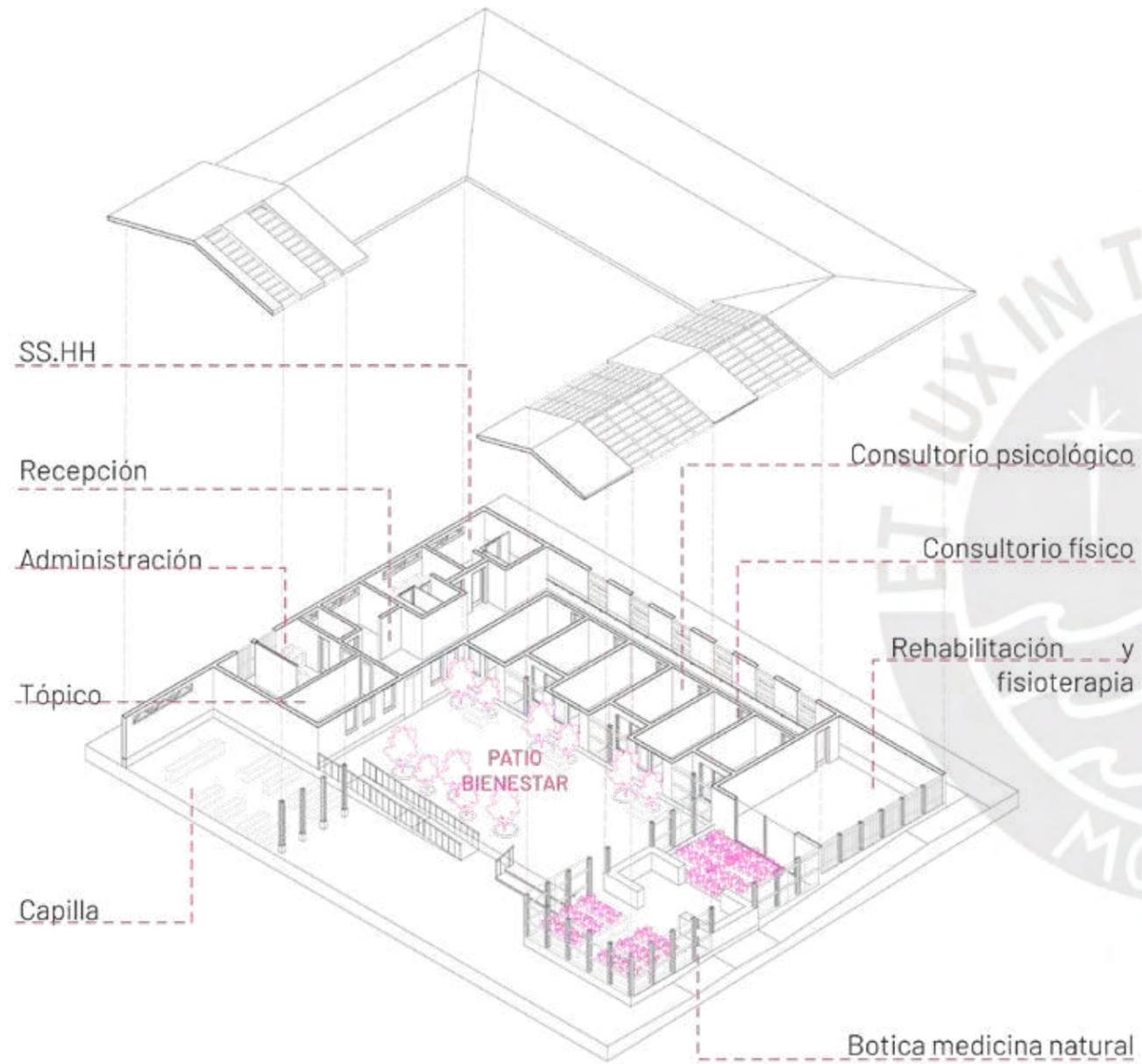
PATIO BIENESTAR



El patio bienestar se encuentra rodeado del área de salud, es un **espacio flexible** ya que ahí se dan diversas **actividades al aire libre en beneficio tanto físico como psicológico del adulto mayor**. Debido a ello, está rodeado de **vegetación** para dar sombra. Asimismo, se encuentran **los huertos** donde **el adulto mayor puede cultivar y hacer uso de plantas medicinales así como transmitir sus conocimientos** en este tema a las demás personas debido a la conexión directa con el eje central, revalorando así el conocimiento ancestral medicinal y evitando su pérdida. Como conexión de ambos patios se encuentra la capilla brindándole un lugar al adulto mayor donde compartir sus creencias.



PATIO BIENESTAR



CONSULTORIO PSICOLÓGICO

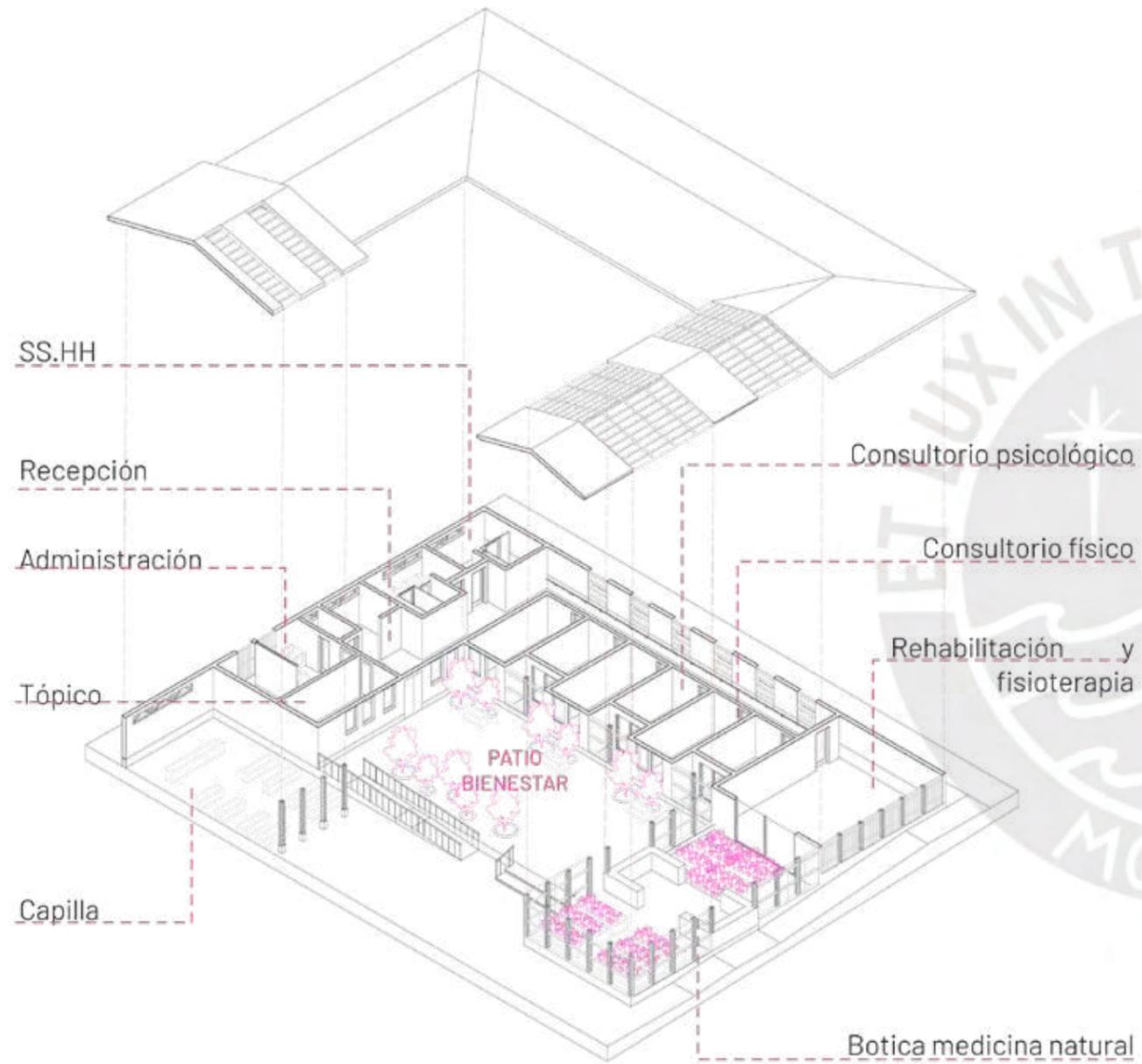


SALA DE REHABILITACIÓN Y FISIOTERAPIA



PATIO BIENESTAR

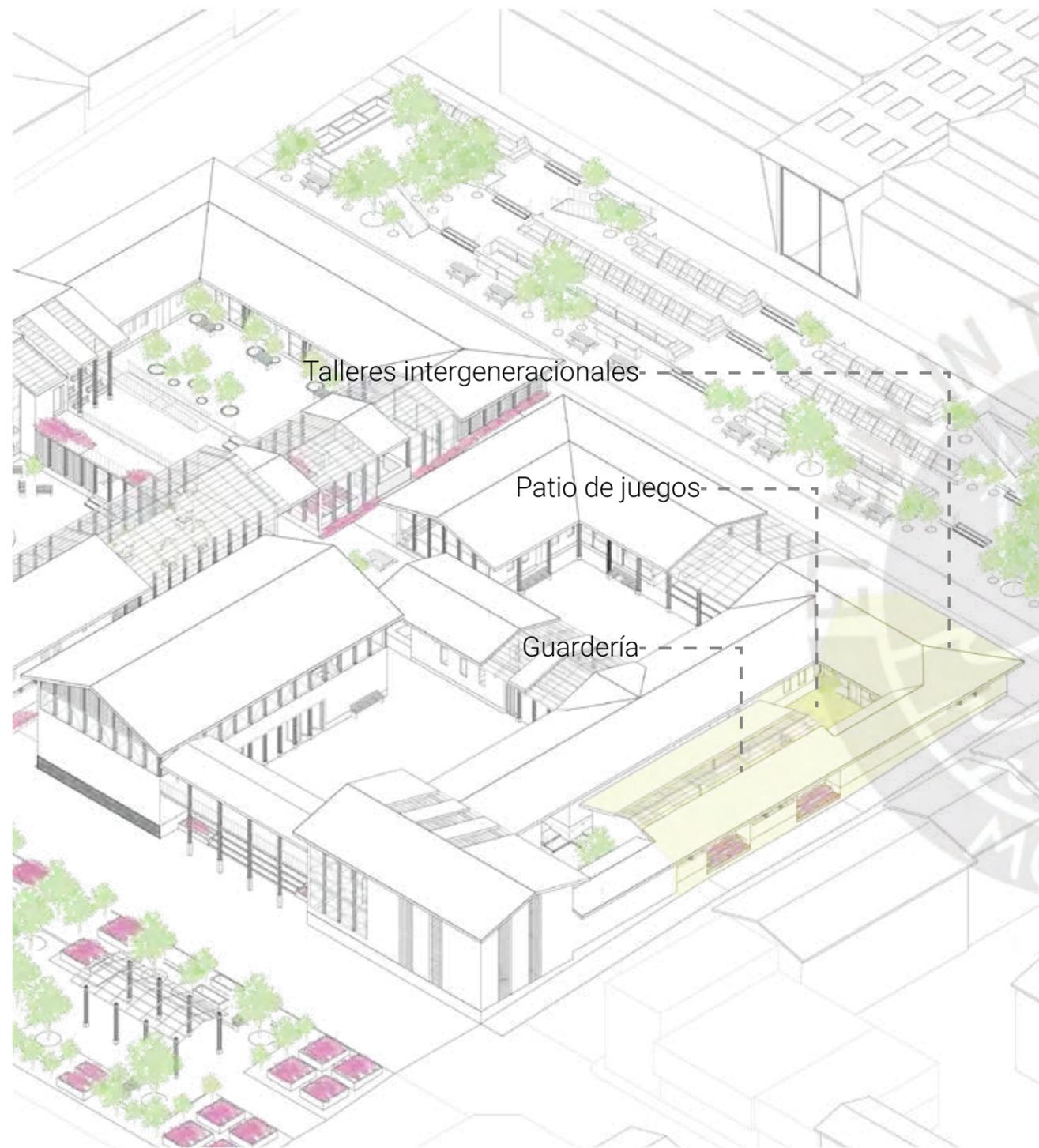
BOTICA MEDICINA NATURAL



CAPILLA



PATIO DE JUEGOS



Patio dedicado a los niños y su relación con los adultos mayores mediante **mobilario especializado** que permita una mejor comunicación y brindándole un **espacio flexible donde realizar interacciones juntos**. Tiene conexión directa con la guardería y con los talleres multiusos donde, **a través de juegos y/o actividades para los niños, los adultos mayores pueden transmitir su sabiduría en artesanías, textiles, tradiciones orales, etc.** Creando una conexión entre estas dos generaciones **obteniendo beneficios mutuamente y preservando** la lengua tradicional de Huancané: **El aymara**.

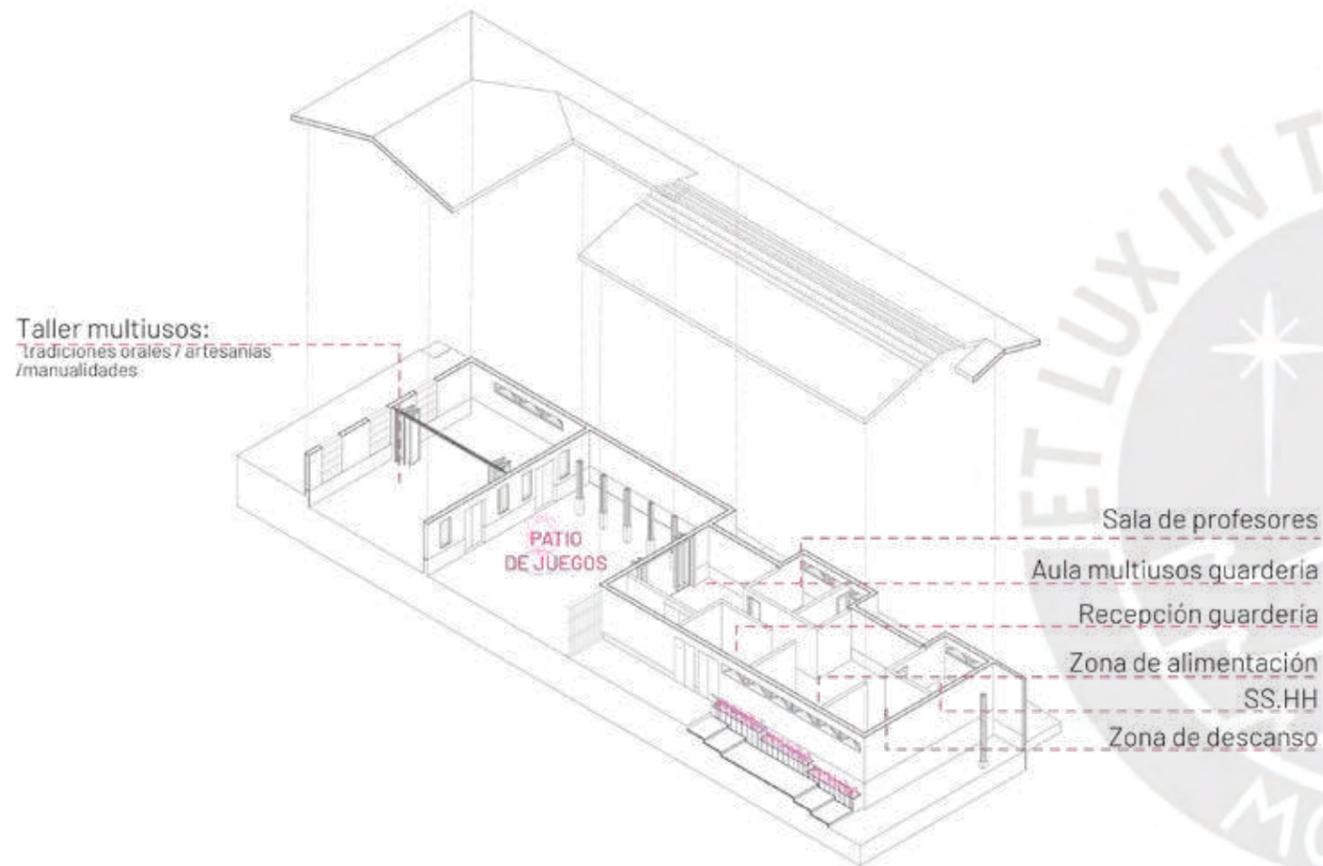
Revestimiento de columnas para darle color --- Conexión directa con la guardería --- Juegos de madera ---



Mobilario especializado para fomentar la relación niño - AM --- Vegetación para dar sombra --- Piso de prolipileno para evitar accidentes ---

PATIO DE JUEGOS

AULA MULTIUSOS GUARDERÍA

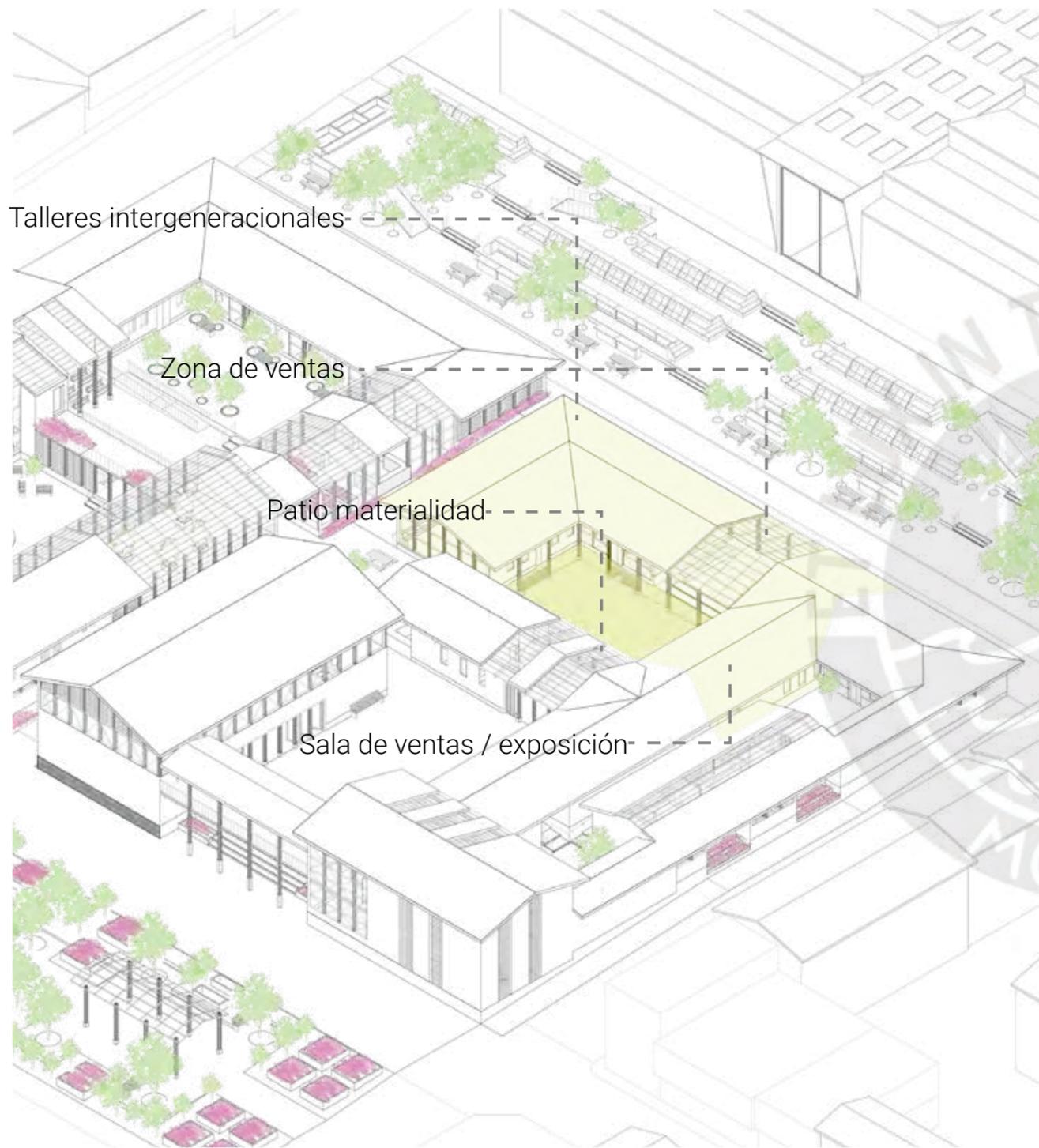


TALLERES MULTIUSOS



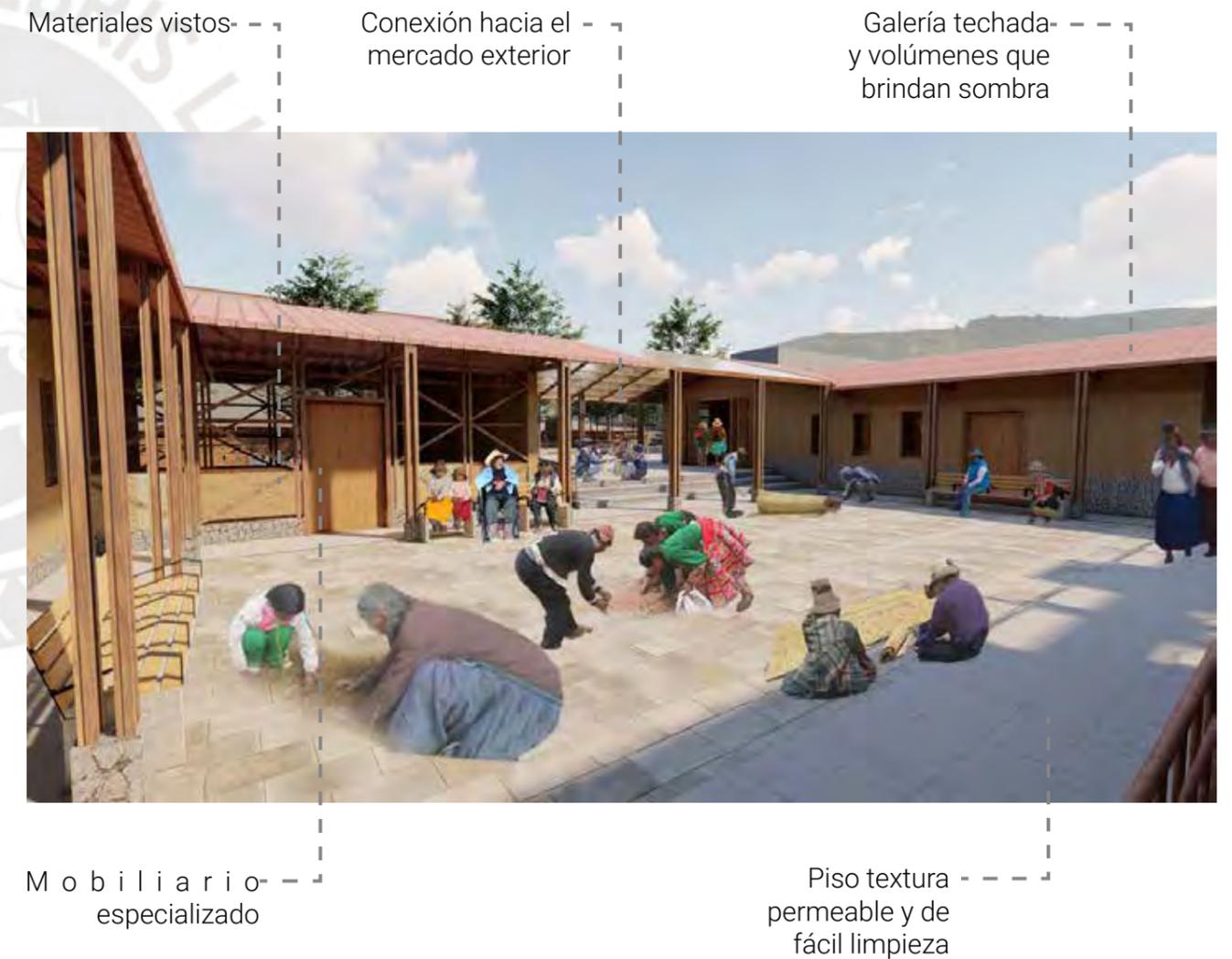
Se propone una pequeña guardería en el proyecto sobre todo para los padres que vendan en el mercado. Logrando así, incluir a un nuevo grupo generacional al proyecto con el cual podrá relacionarse el adulto mayor. Los niños transmiten alegría, vitalidad y es algo que el adulto mayor necesita, a la vez que comparten su sabiduría, valores y lengua natal con los más pequeños.

PATIO MATERIALIDAD



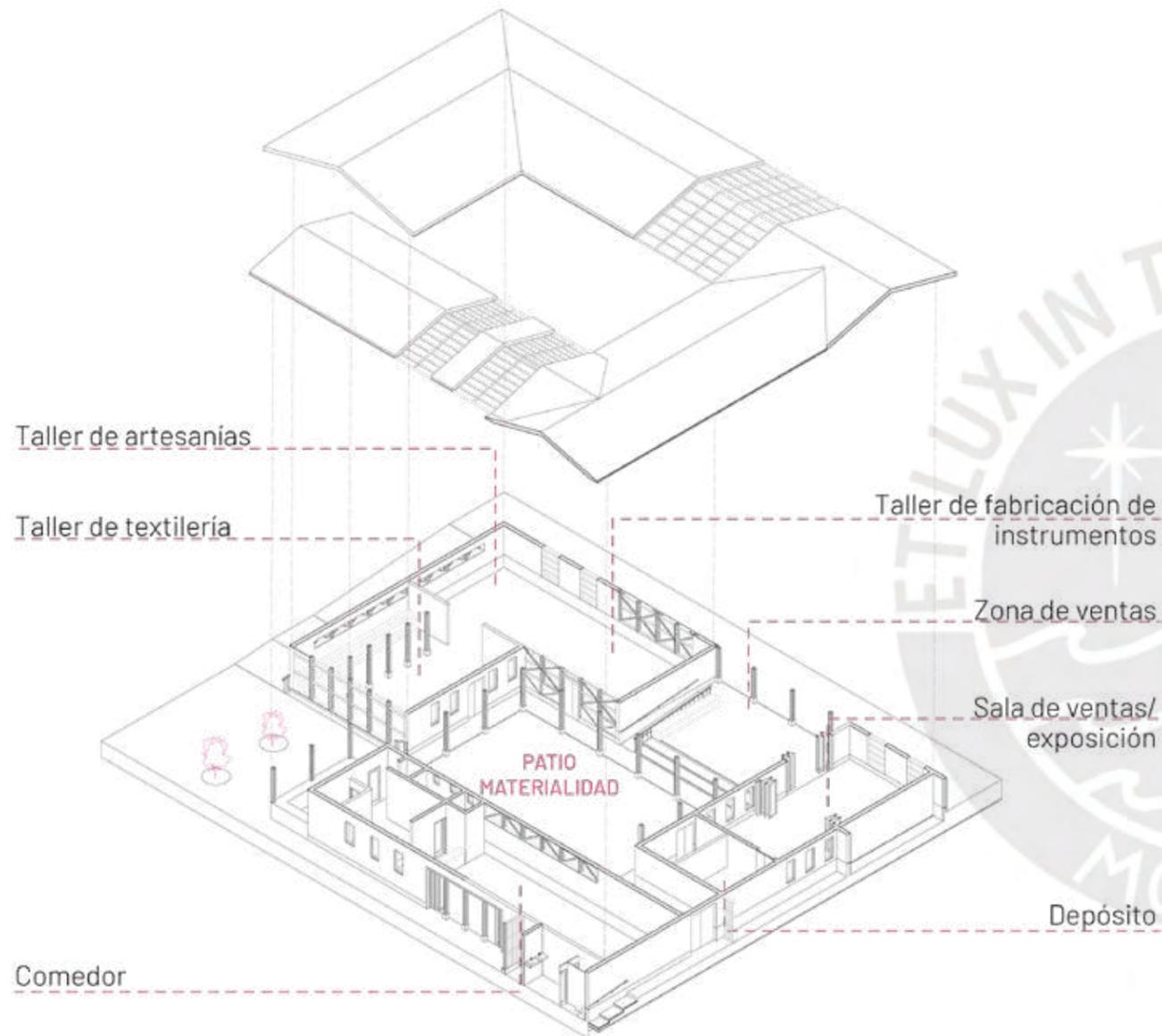
Patio donde niños, jóvenes y adultos puedan **experimentar con los materiales de la zona** como la tierra, totora, piedra, etc. a su vez que **aprender técnicas constructivas** transmitidas por los adultos mayores, para que estas **puedan aplicarse en las nuevas construcciones**. Además, se dejan vistos algunos materiales usados para la construcción del proyecto.

Asimismo, se añade una **zona de ventas** en conexión con el mercado exterior, que a su vez es una entrada al proyecto, **donde el adulto mayor pueda vender los productos que fabrique obteniendo ganancias para sí mismo**.



PATIO MATERIALIDAD

TALLER TEXTIL



ZONA DE VENTAS

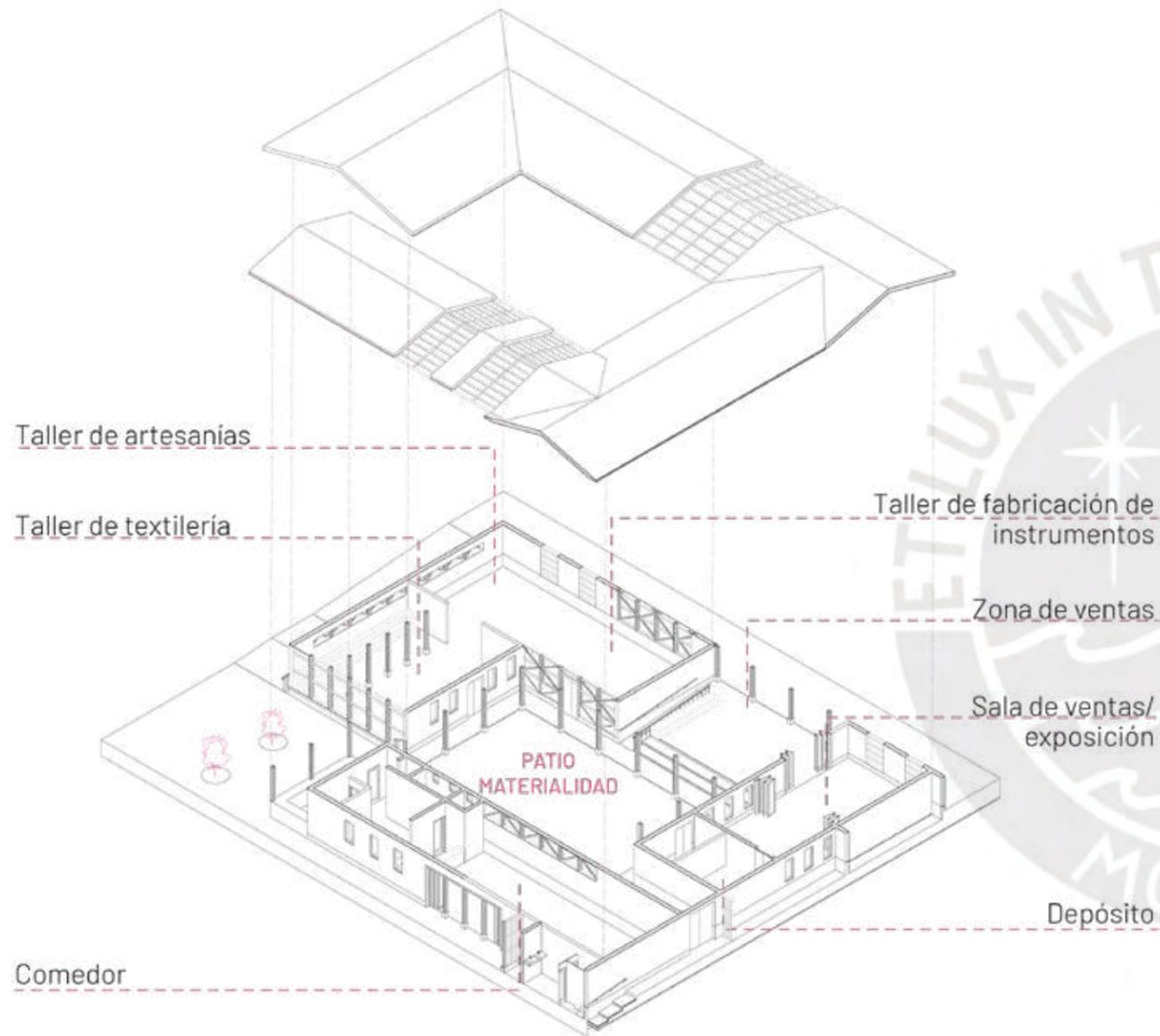


Esta experimentación del material se complementa con talleres donde los adultos mayores muestren conocimientos que se han ido perdiendo a las demás generaciones en ámbitos como textiles, hacer tipos de sogas, artesanías e incluso la fabricación de instrumentos para los festivales que se dan en el distrito y que se han dejado de hacer. Se añaden detalles que faciliten estos talleres como columnas adicionales donde se pueda amarrar el tejido.

Por otro lado, en la zona de ventas se añade textiles permitiendo el ingreso de luz solar filtrada mostrando además su trabajo realizado.

PATIO MATERIALIDAD

SALA DE VENTAS - EXPOSICIÓN



SALA DE EXPOSICIÓN MATERIAL



Anexado a la zona de ventas se agrega una sala de ventas y exposición donde se pueda mostrar los trabajos realizados en los talleres intergeneracionales así como generar ganancias. Asimismo, en la siguiente sala se añade una exposición de cultura material donde se muestre los materiales y técnicas usadas para construir el centro e incluso se muestren pequeñas maquetas de construcción para promover su uso.

PLAZA GASTRONÓMICA



Huancané así como toda la región de Puno cuenta con productos naturales de gran valor nutricional. Es por esto, que se crea una plaza gastronómica en el cruce de los dos ejes del proyecto, con el fin de **fomentar la comida tradicional que actualmente ha sido reemplazada por comida procesada**. Esto a cargo de las abuelitas, que a su vez transmiten esos conocimientos a los nuevos padres o jóvenes que deseen obtenerlos **cocinando juntos y ofreciendo sus productos** a los visitantes del proyecto.

Conexión visual con taller textil

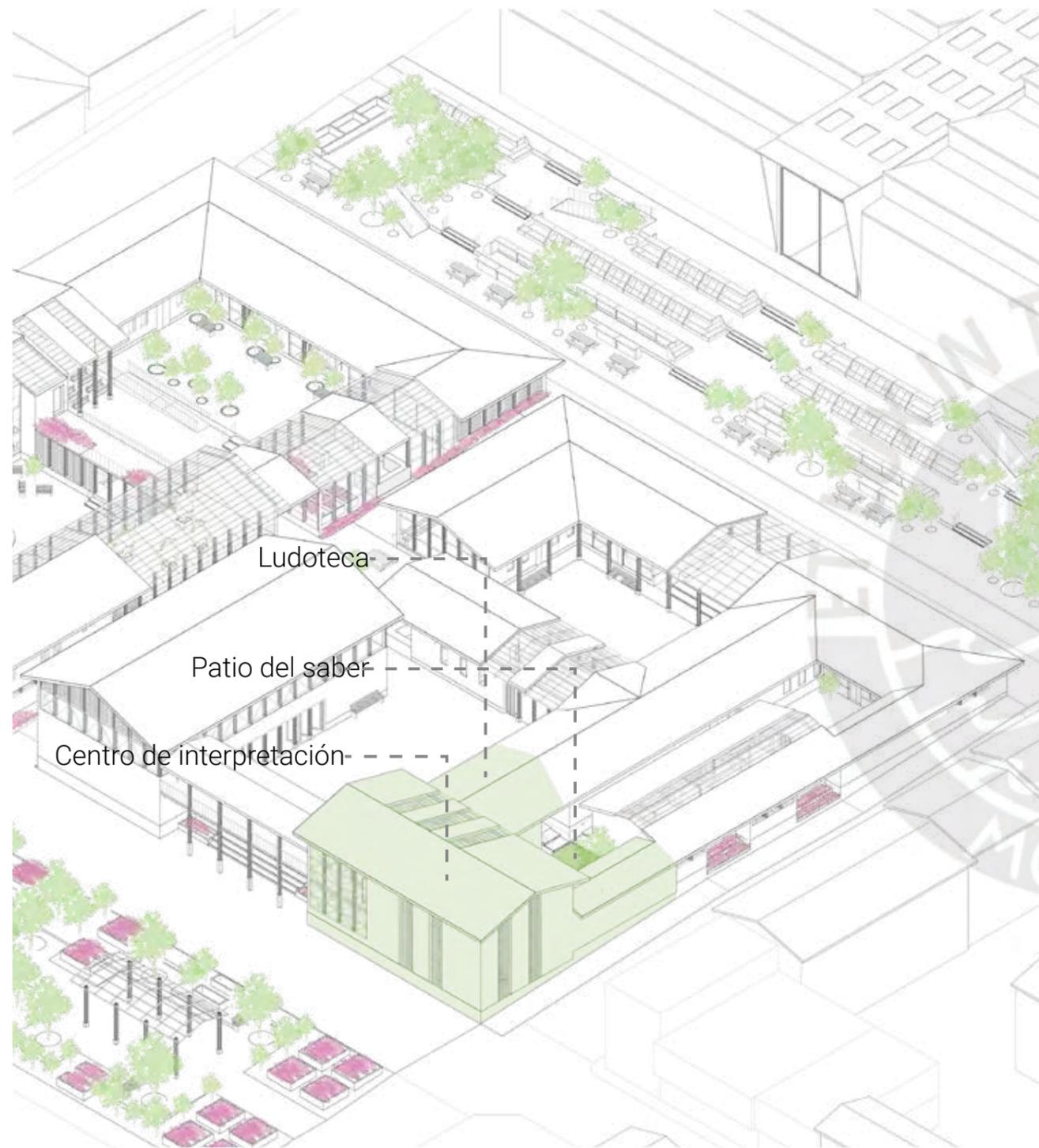
Cocina mejorada a leña



Vegetación para dar sombra

EL ADULTO MAYOR SE REINTEGRA A LA COMUNIDAD

PATIO DEL SABER



Patio como extensión del centro de interpretación al aire libre para toda la población. De menor tamaño para **mayor privacidad y confort** usado también por la ludoteca, debido a ello la conexión con la guardería. Cuenta con **mobiliario que propicia la interacción y equipamiento móvil** como son los puff en el área techada para mayor comodidad en sombra.

Vegetación para dar sombra

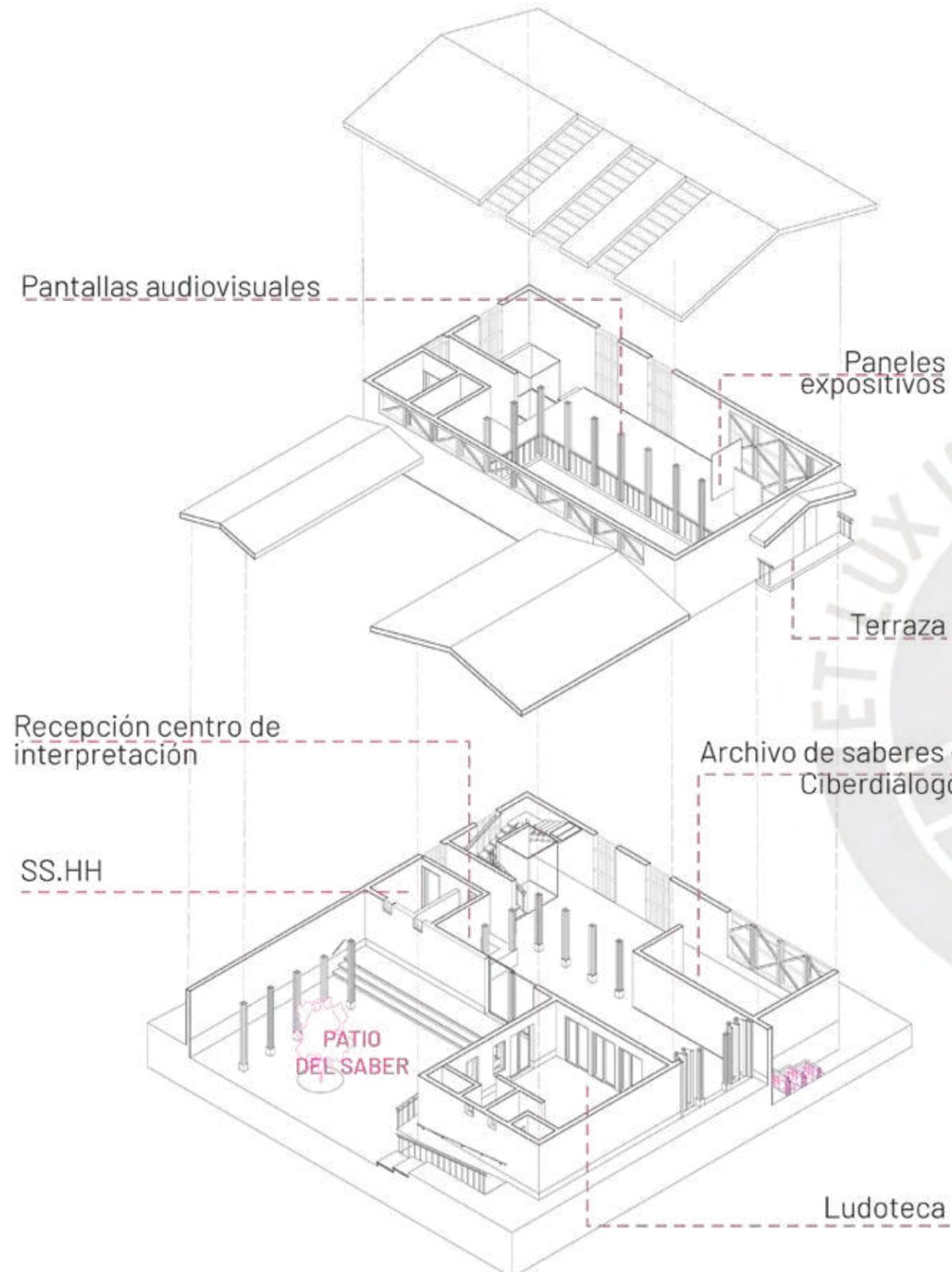


Puff

Accesibilidad

PATIO DELSABER

CENTRO DE INTERPRETACIÓN



PANTALLAS AUDIOVISUALES



Asimismo, el centro de interpretación cuenta con una zona de archivo de saberes donde, con ayuda de varias generaciones, los conocimientos se puedan documentar. Además, un área de ciberdiálogo donde jóvenes puedan enseñarle a los adultos mayores el uso de la tecnología. En el segundo nivel, un área de paneles expositivos y pantallas audiovisuales donde se puedan conocer los saberes documentados a través de afiches y videos.

PATIO ARTÍSTICO - CULTURAL



Huancané así como todo Puno es una ciudad donde priman las festividades, de las cuales el adulto mayor suele ser parte, ya que es uno de sus pocos medios de distracción en la actualidad. Es por eso, que se dedica este gran patio como una extensión del SUM donde se puedan hacer **actividades y números artísticos - culturales en los cuales el adulto mayor, en relación con el resto de las generaciones, puedan realizar interpretaciones además de disfrutar de ellas.** De esta manera, se busca integrar al adulto mayor a las dinámicas sociales desapareciendo su sentimiento de soledad.

Textiles artísticos brindan alegría y sombra

-Terraza con vista al patio, a la plaza comunidad y al apu

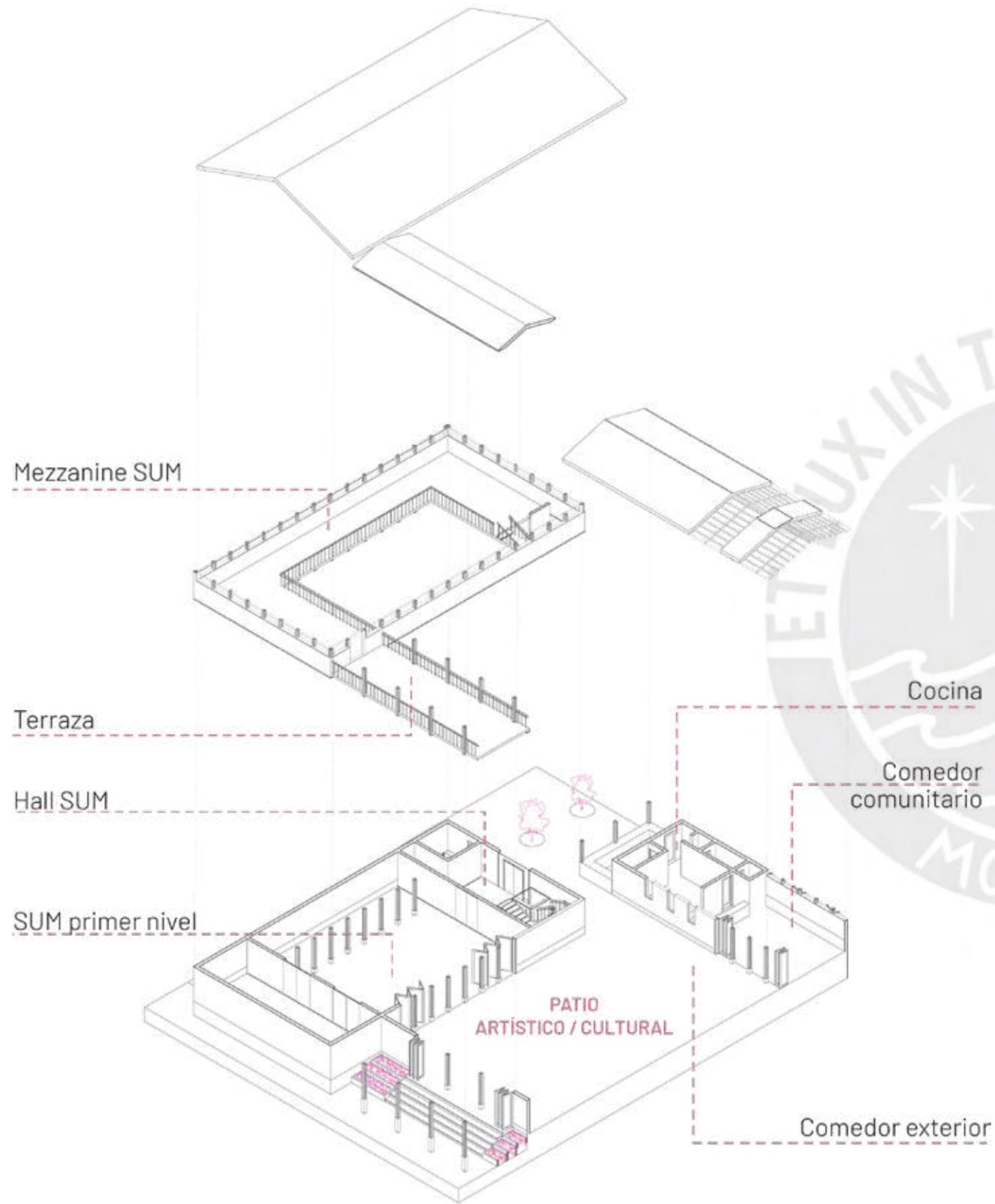


Gran espacio flexible

Mobiliario para sentarse

PATIO DELSABER

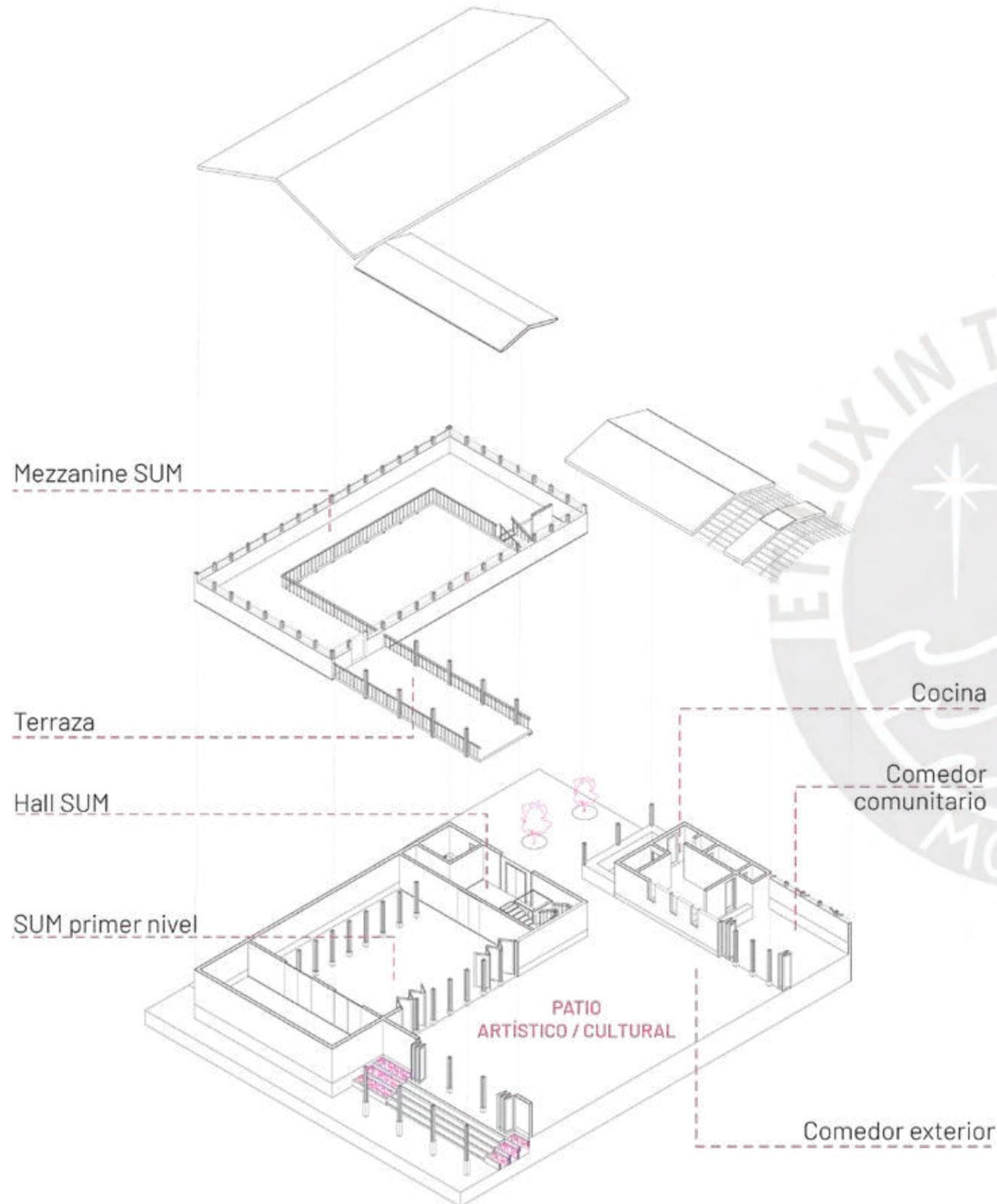
TERRAZA



SUM



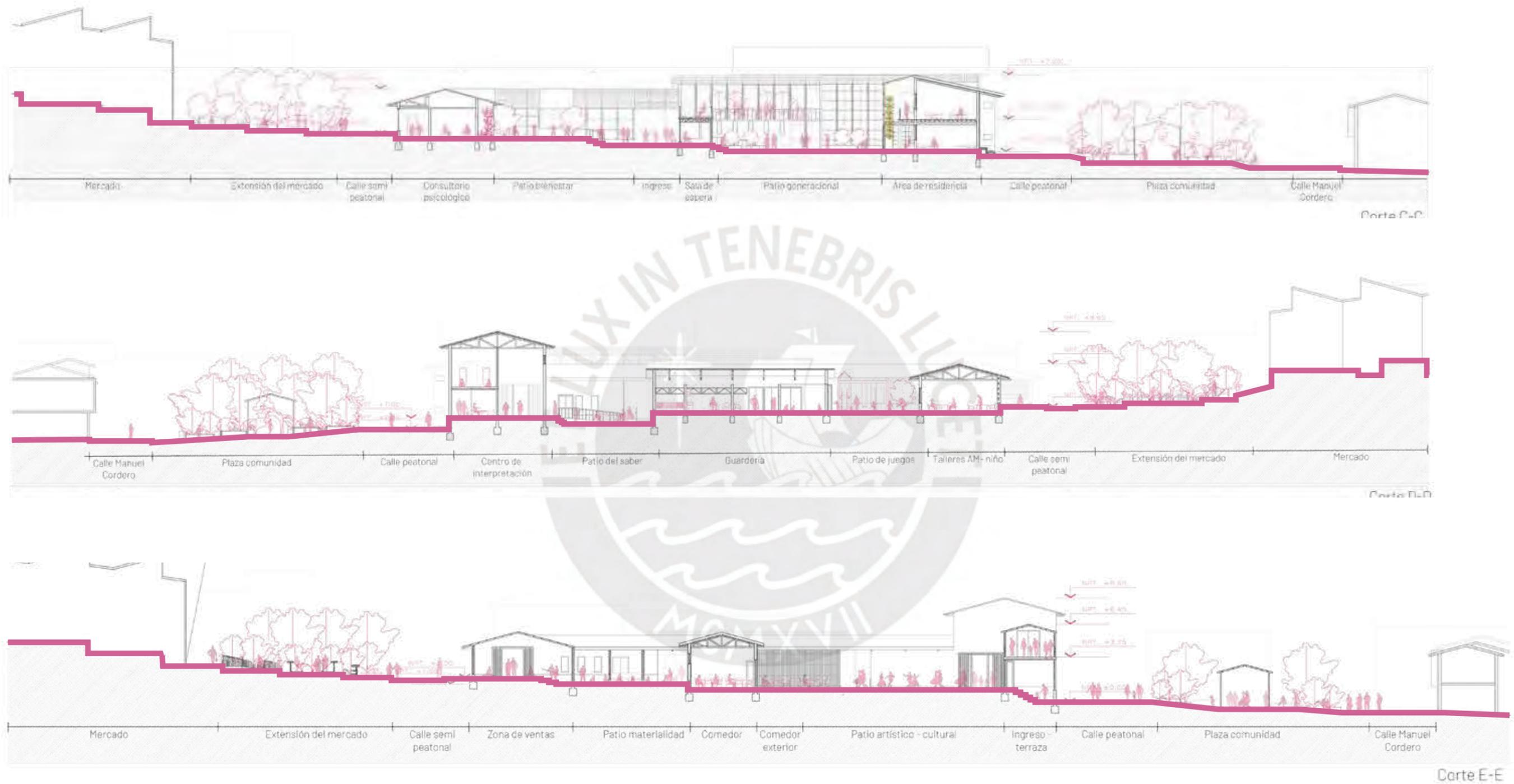
PATIO DELSABER



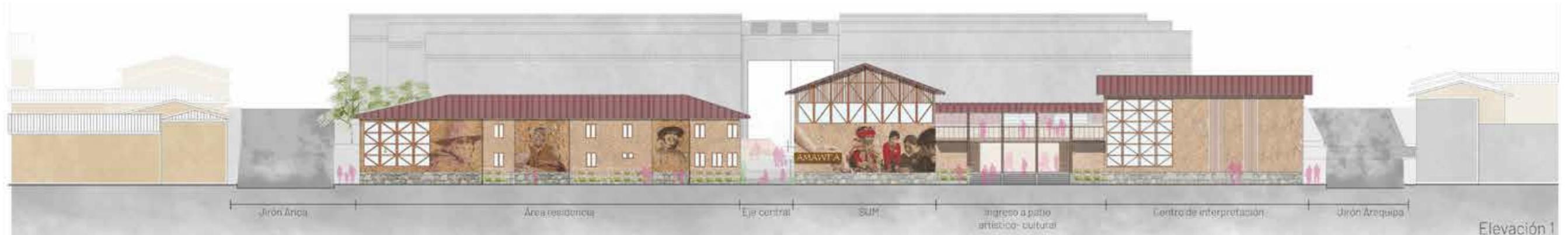
COMEDOR COMUNITARIO



Asimismo, se propone un comedor comunitario para toda la población con una extensión hacia el exterior. De esta manera, se logran espacios flexibles que pueden conectarse tanto visual como físicamente siendo también parte del patio artístico-cultural.



El proyecto se adapta a la topografía mediante la creación de **4 subniveles de 0.5m** de diferencia resueltos mediante **escalones y rampas**, debido a que **se busca que el proyecto sea accesible para el adulto mayor** ya que una correcta accesibilidad promueve su independencia. es por eso que se mantiene **en su mayoría en un solo nivel** y en caso de que tenga dos niveles, se añade plataformas para personas en silla de ruedas.



Techo a dos aguas para evocar la **tradición cultural y protección frente a las lluvias**. Además, se usa para crear **transparencias en ciertas zonas** para mayor iluminación y ganancia solar. Se utiliza vidrio y policarbonato antirradiación UV, dependiendo el uso interior pero **con textiles y paneles de totora para evitar el sobrecalentamiento**.

Techo

- Cubierta ondulina e=3cm
- Aislamiento de totora e=15cm

Estructura

- Viguetas de madera e=15cm
- Cercha plana de madera @120cm
- Entablamiento de madera e=2.5cm

Muro exterior

Estructura

- Corte de madera
- Viga collar doble
- Travetaños de madera
- Diagonales de refuerzo
- Durmiente de madera

Aislamiento

- Bloques de paja barro (más paja)
- Colchón de totora e=15cm

Acabado

- Capa de paja harita
- Revestimiento de tierra e=2cm

Entrepiso

Acabado

- Zoclo de madera e=2cm
- Entablamiento de madera e=2.5cm
- Entrepiso de madera e=2.5cm

Estructura

- Correas de madera
- Viguetas de madera
- Cercha plana @120cm

Aislamiento

- Bloques de paja barro

Cimiento y sobrecimiento

- Sobrecimiento de concreto ciclópeo
- Cimiento de concreto ciclópeo
- Terrazo natural

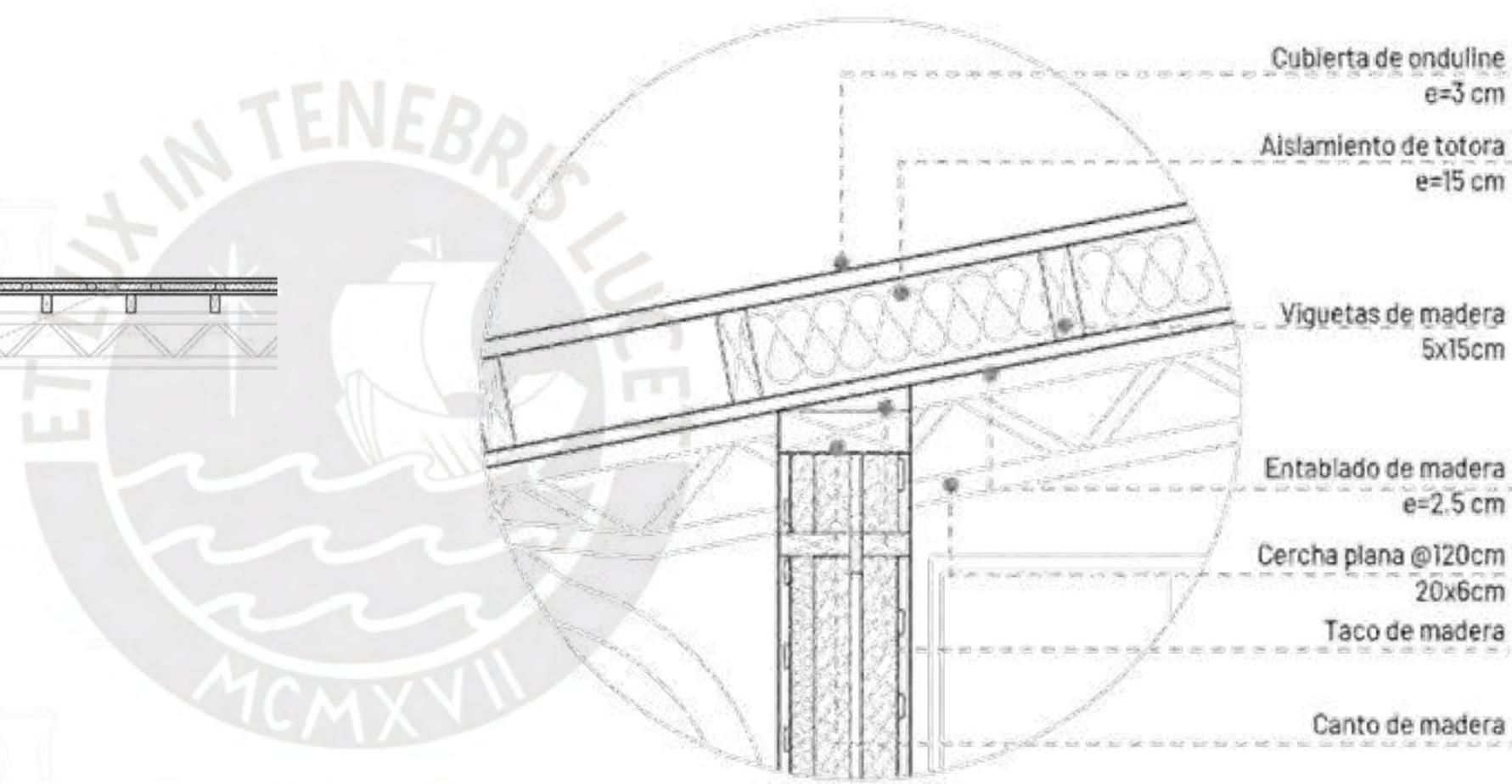
Vereda

- Solado de vereda
- Contrapiso
- Suelo compactado

Drenaje

- Rejilla de drenaje
- Tubería de drenaje

D1 - UNIÓN TECHO - MURO



Se utiliza el sistema constructivo de tierra alivianada debido a su fácil fabricación, sus propiedades de ganancia térmica y aislamiento y su ligero peso frente al adobe permitiendo un mejor manejo de los bloques.

Techo

- Cubierta ondulada e=10cm
- Aislamiento de fibra e=10cm

Estructura

- Viguetas de madera e=10cm
- Cercha plana de madera e=10cm
- Entablamiento de madera e=2.5cm
- Canaleta de aluminio

Muro exterior

- Estructura**
- Cercha de madera
 - Viga collar doble
 - Travetaños de madera e=10cm
 - Diagonales de refuerzo e=10cm
 - Durmiente de madera e=10cm
- Aislamiento**
- Bloques de paja barro (más paja) e=10cm
 - Colchón de fibra e=10cm
- Acabado**
- Capa de paja harita
 - Revestimiento de tierra e=2cm

Entrepiso

- Acabado**
- Zócalo de madera e=2cm
 - Entablamiento de madera e=2.5cm
 - Entrepiso de madera e=2.5cm
- Estructura**
- Correas de madera e=10cm
 - Viguetas de madera e=10cm
 - Cercha plana e=10cm
- Aislamiento**
- Bloques de paja barro e=10cm

Cimiento y sobrecimiento

- Sobrecimiento de concreto ciclópeo
- Cimiento de concreto ciclópeo
- Terreno natural

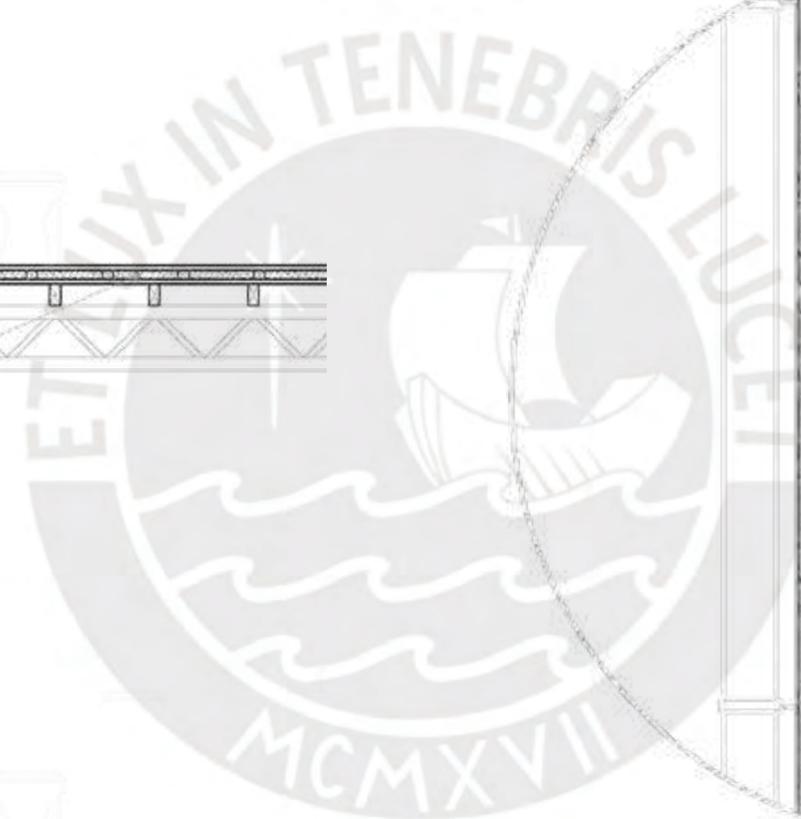
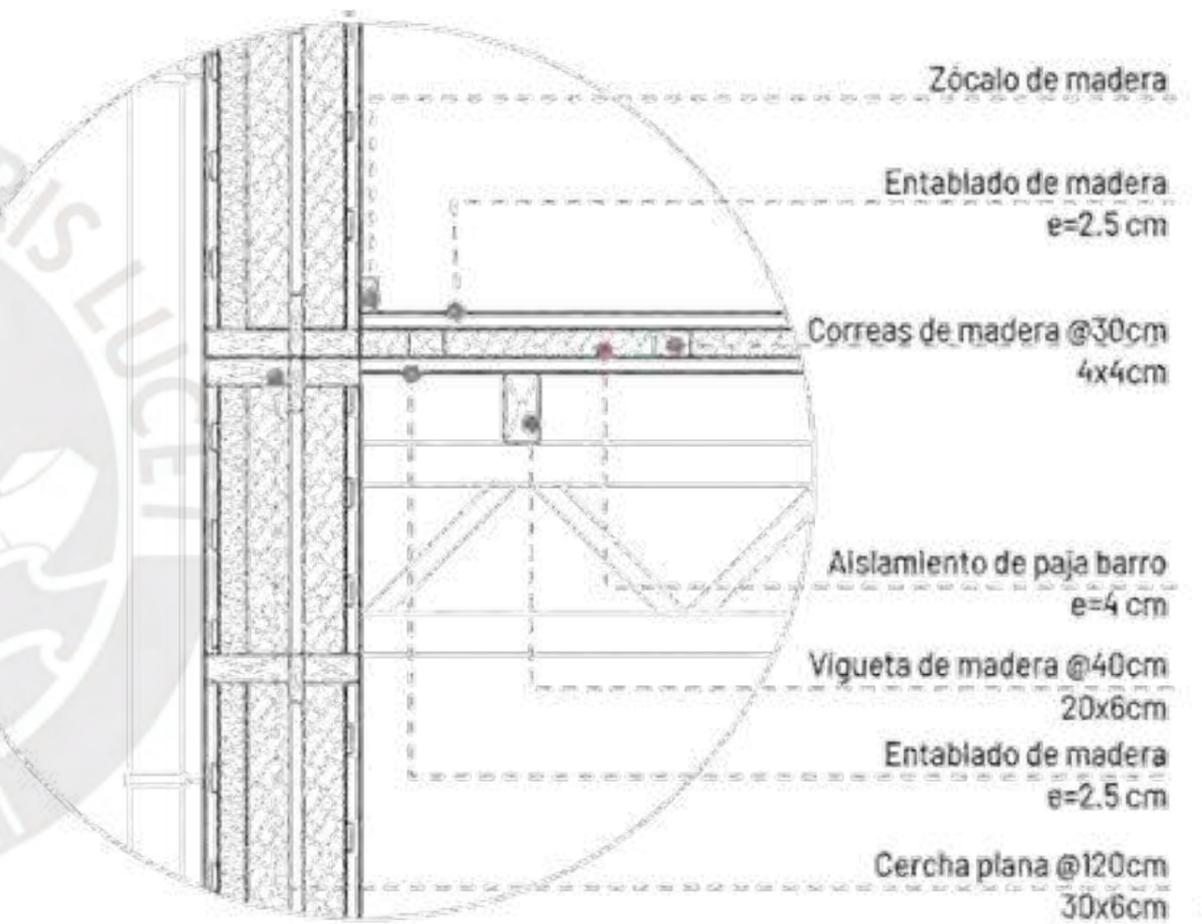
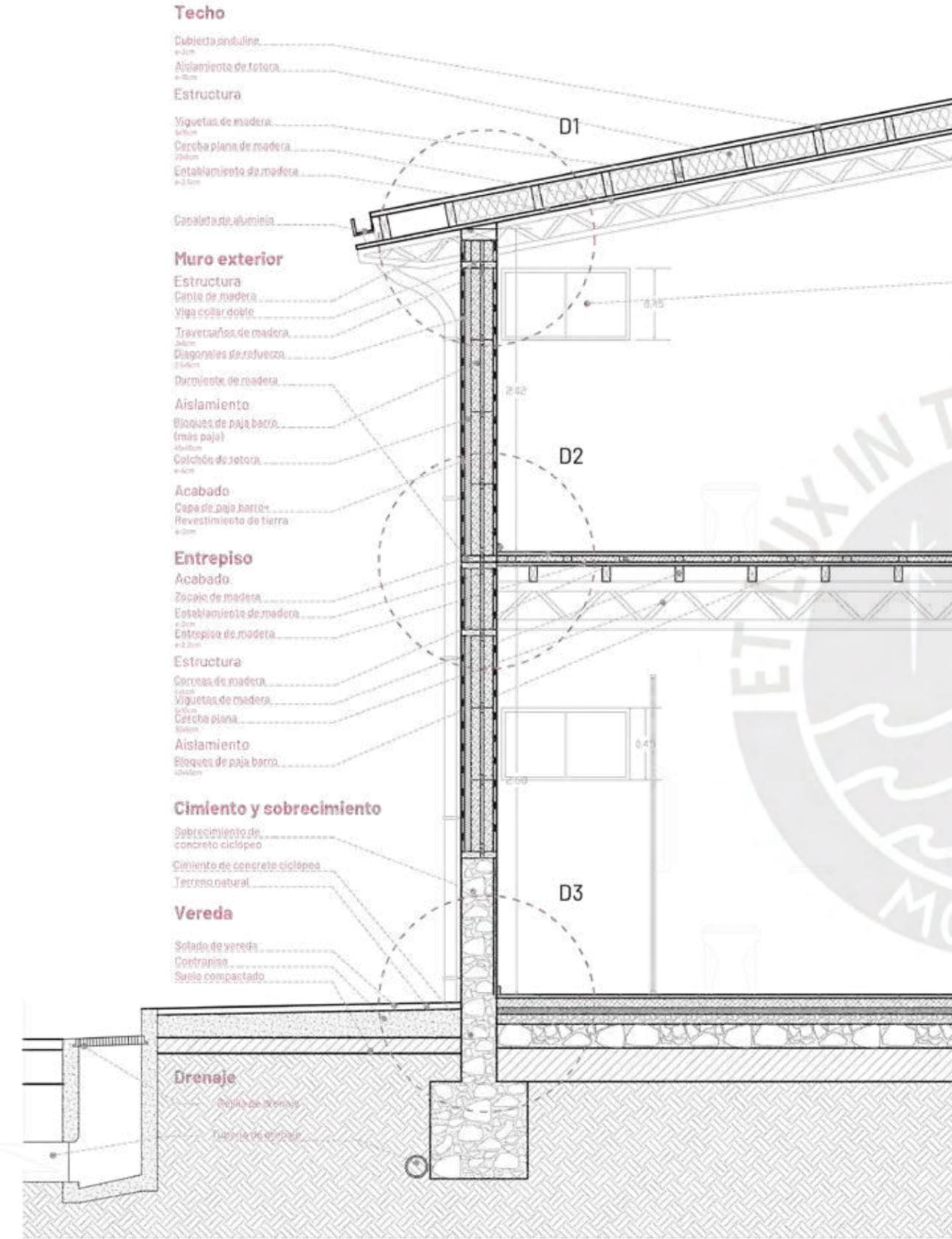
Vereda

- Solado de vereda
- Contrapiso
- Suelo compactado

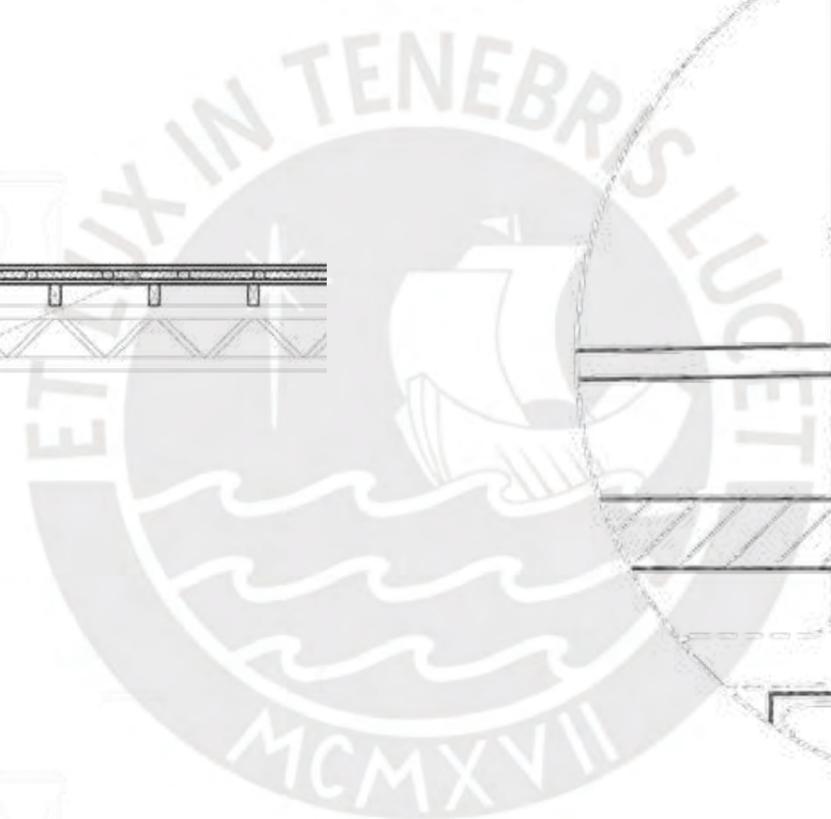
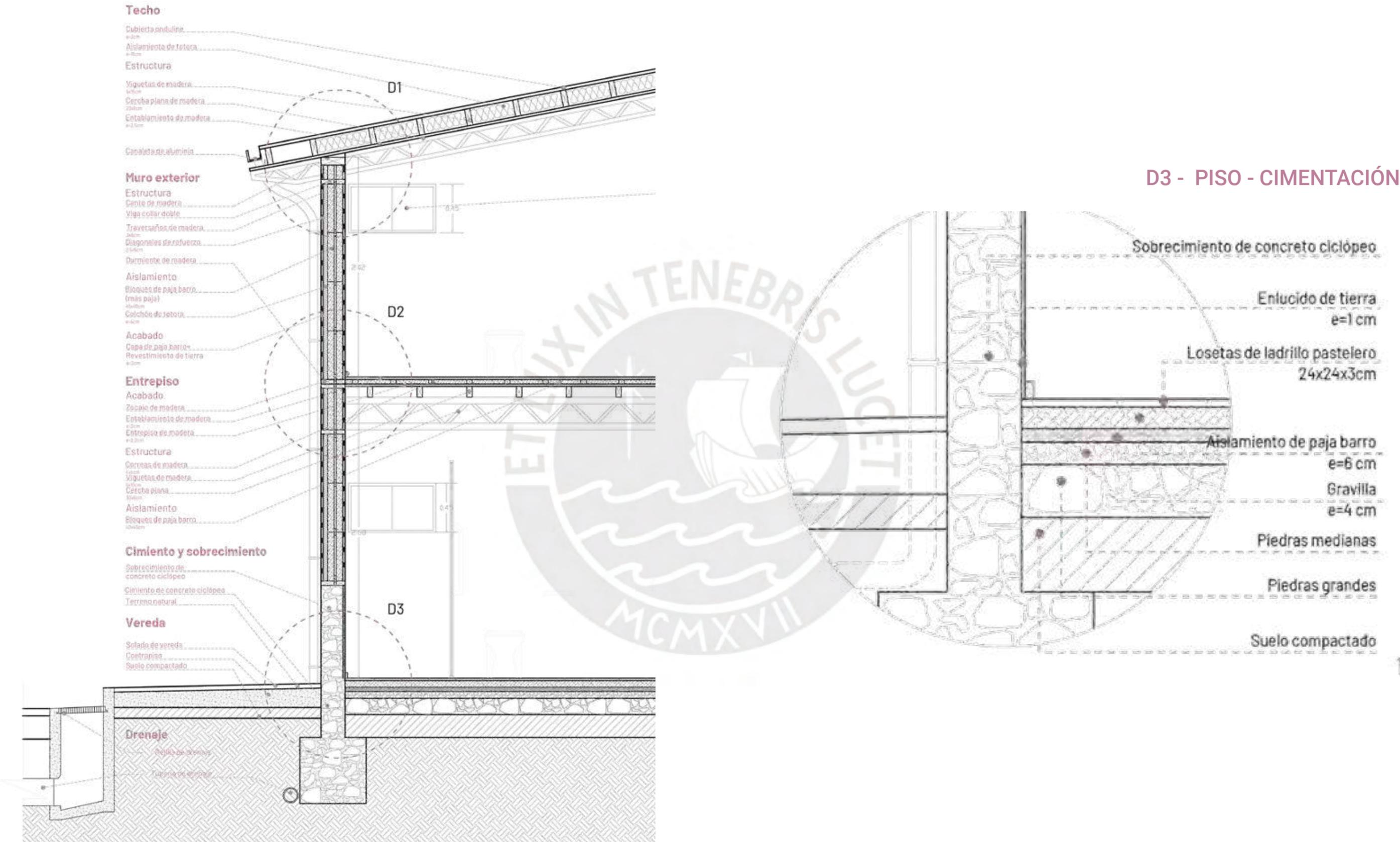
Drenaje

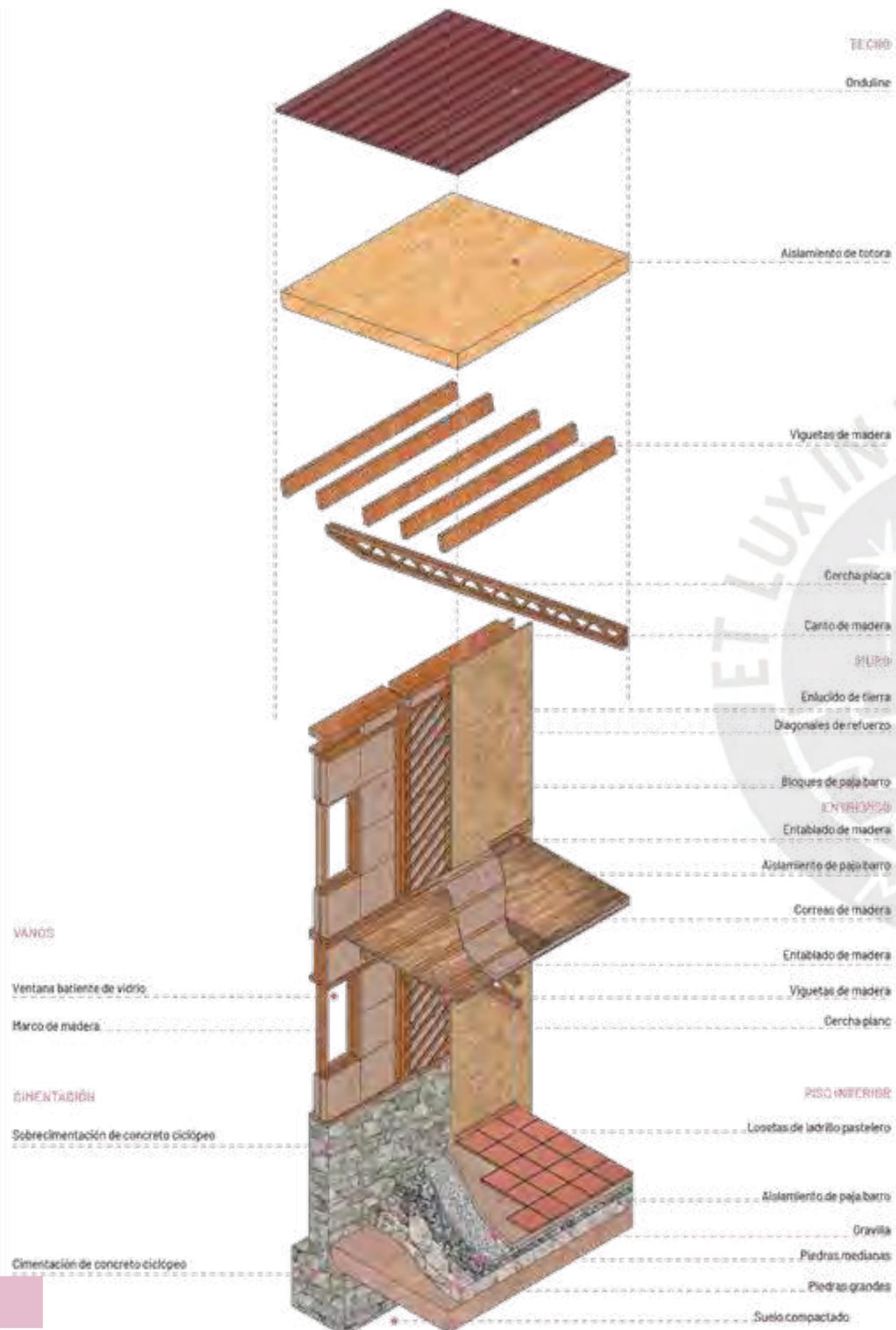
- Rejilla de drenaje
- Tubería de drenaje

D2 - UNIÓN MURO - ENTREPISO



D3 - PISO - CIMENTACIÓN

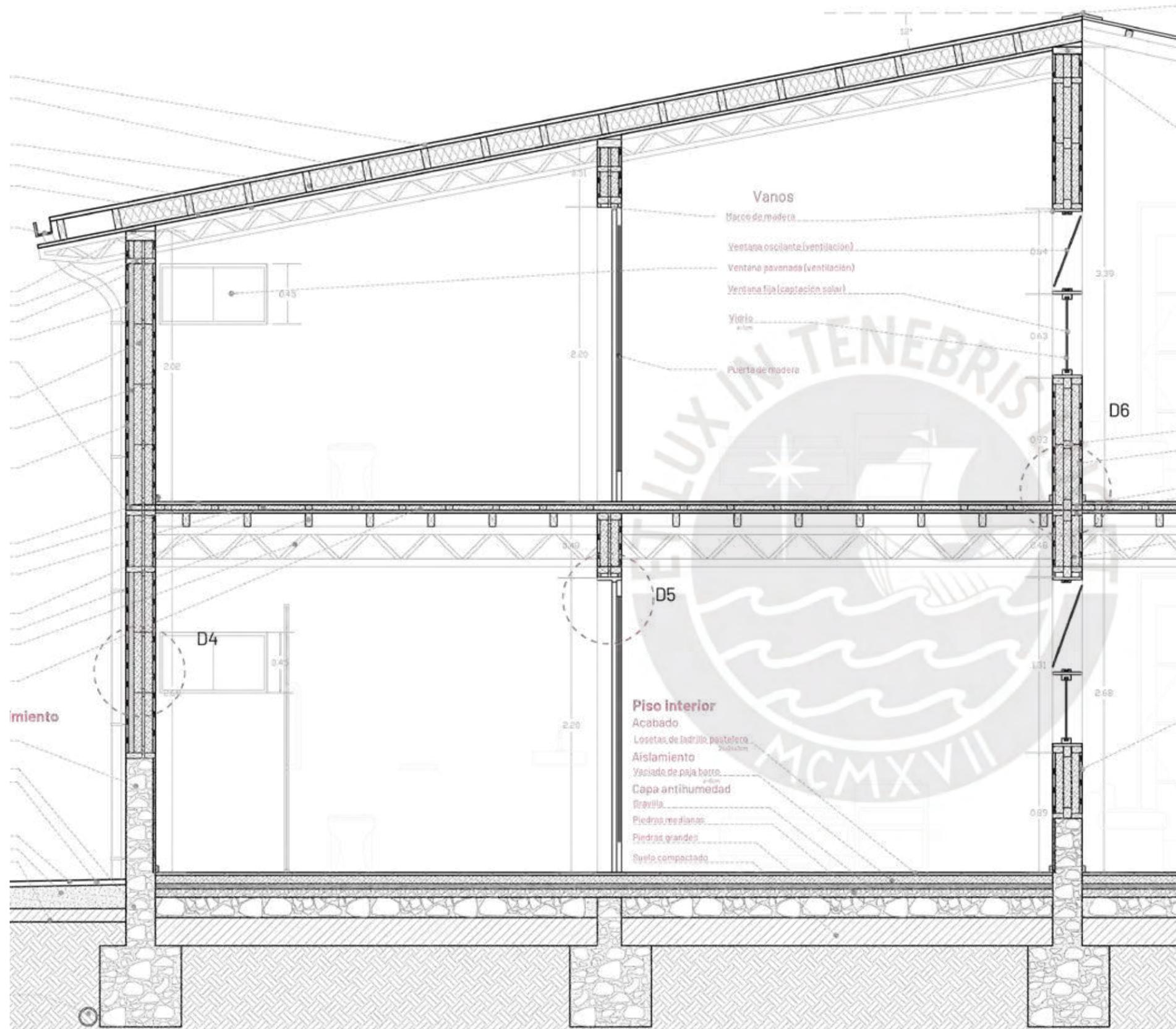




Fuente: Prototipo experimental 1-2

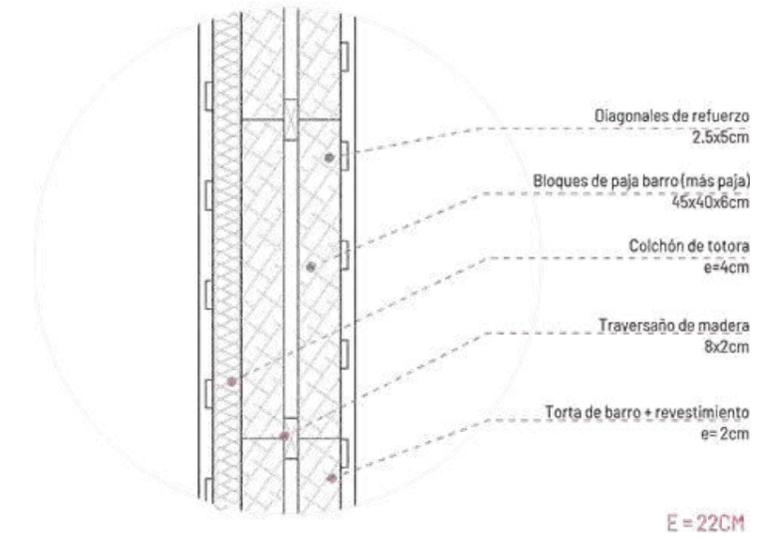
Este consiste en una **estructura de madera encima de un sobrecimiento de concreto ciclópeo** con **columnas compuestas** a la cual se le atornillan **bloques prefabricados de tierra alivianada** con más tierra o más paja dependiendo si se desea ganancia solar o aislamiento, **diagonales de refuerzo** y una **capa de revestimiento** que consiste en torta de paja barro y una capa de enlucido de barbotina.

Con este sistema se busca **revalorizar los materiales locales** a su vez que darle un carácter al proyecto.

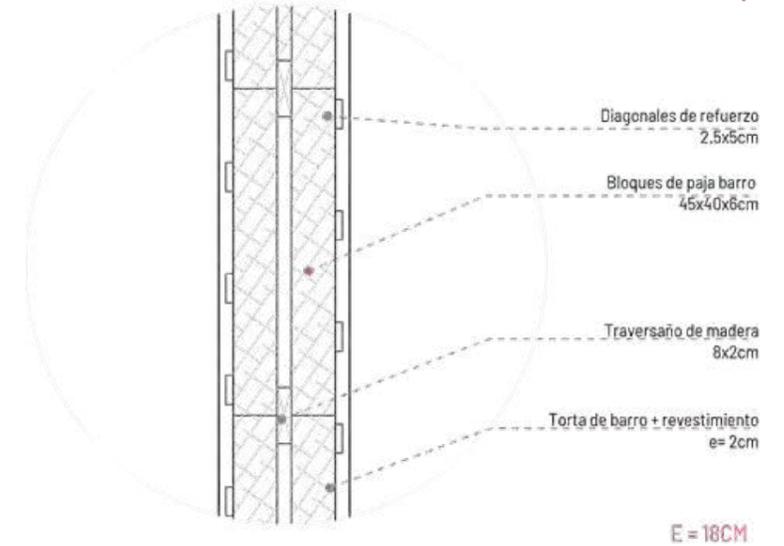


Adicionalmente, se proponen 3 tipos de muro, los exteriores que en su mayoría son de ganancia solar debido a su uso temporal, los interiores que actúan como tabiques y, en el caso de la residencia, se añade un muro más de aislamiento con paneles de totora para evitar que el aire frío ingrese y que el calor se escape sobre todo en las noches.

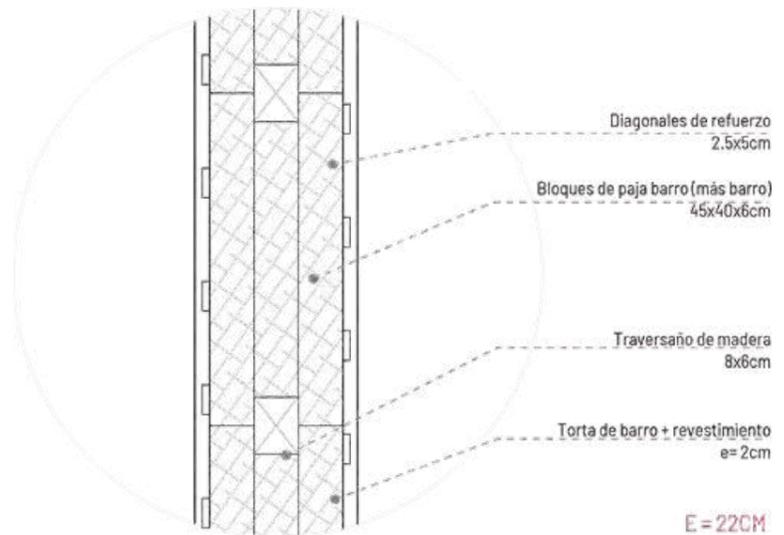
D4 - MURO AISLAMIENTO

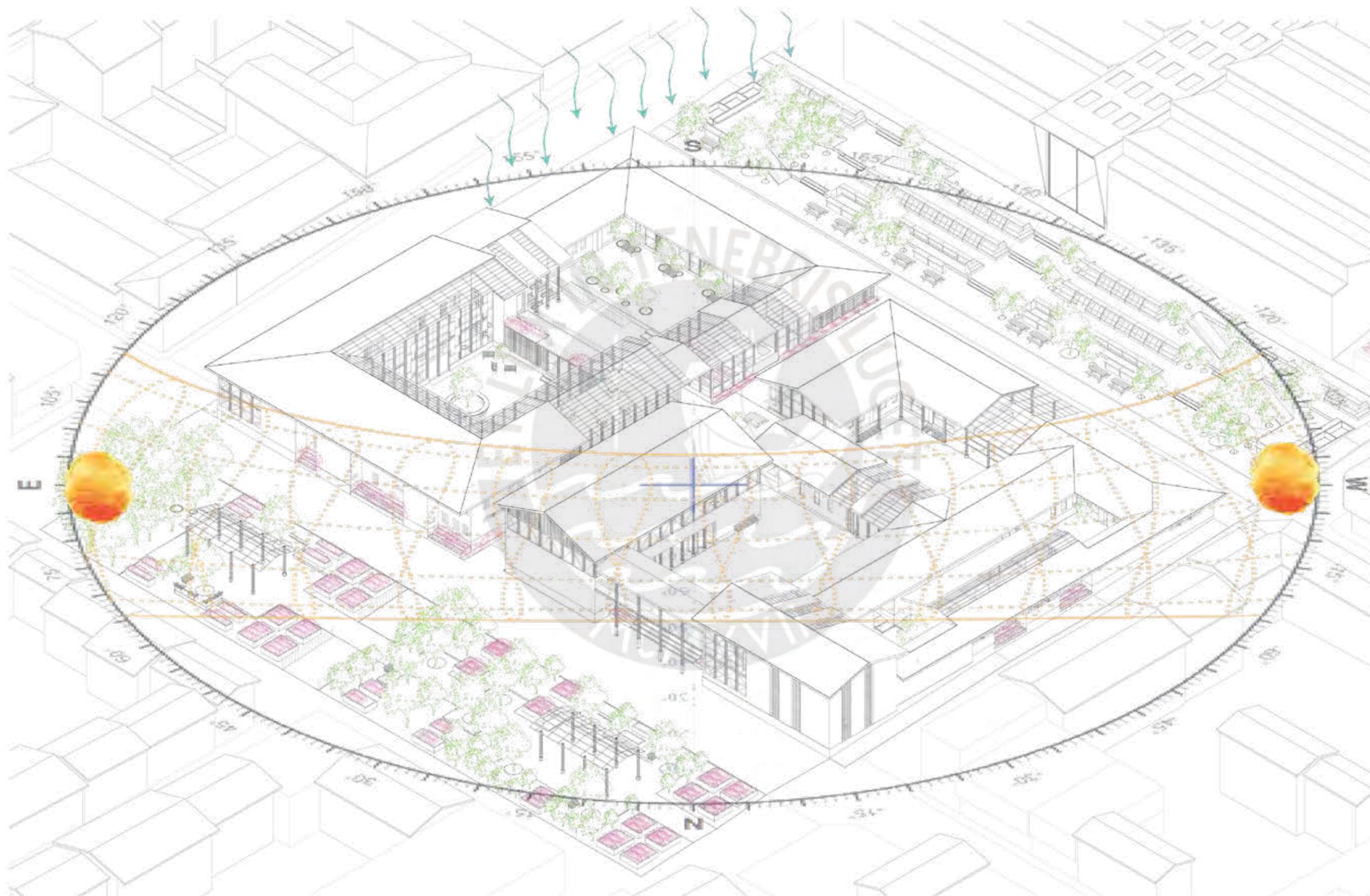


D5 - MURO TABIQUE

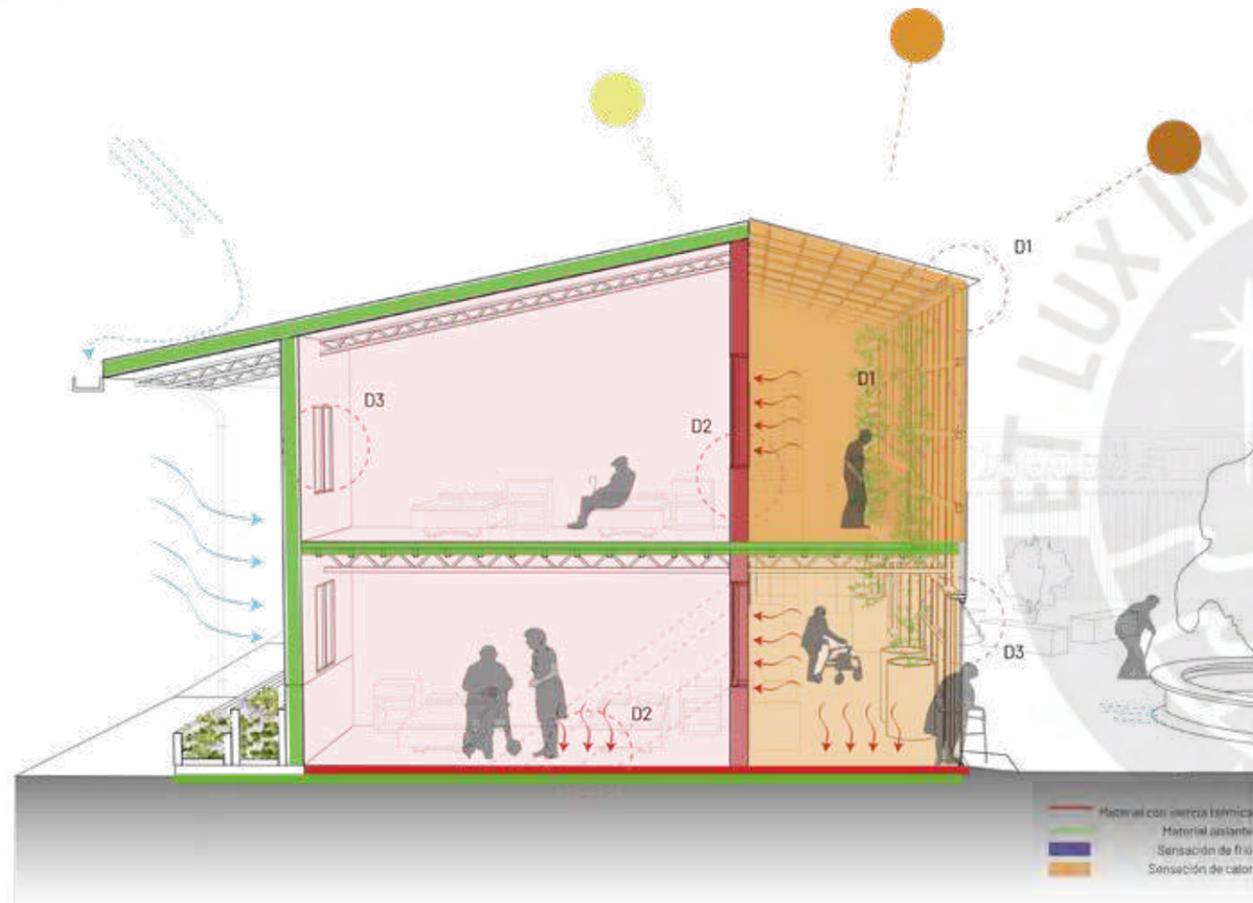


D6 - MURO GANANCIA SOLAR





DÍA

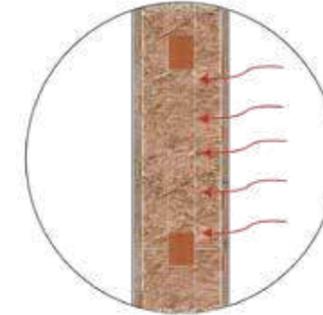


D1 CAPTACIÓN SOLAR

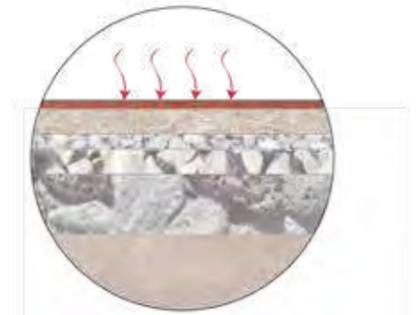


El invernadero permite que atraviese la radiación solar acumulando calor en las superficies con inercia térmica.

D2 ALMACENAMIENTO DE CALOR



Muros de tierra alivianada con mayor cantidad de tierra para que pueda almacenar calor.

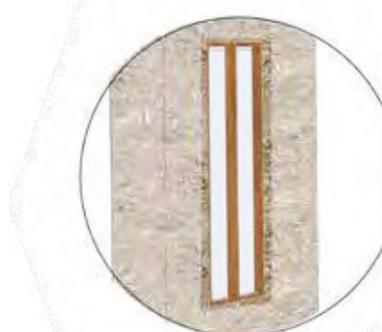


Pisos de arcilla que almacenan el calor.

EVITAR SOBRE EXPOSICIÓN



Vegetación y paneles de totora que generen un filtro hacia el interior pero sin obstaculizar la ganancia solar.

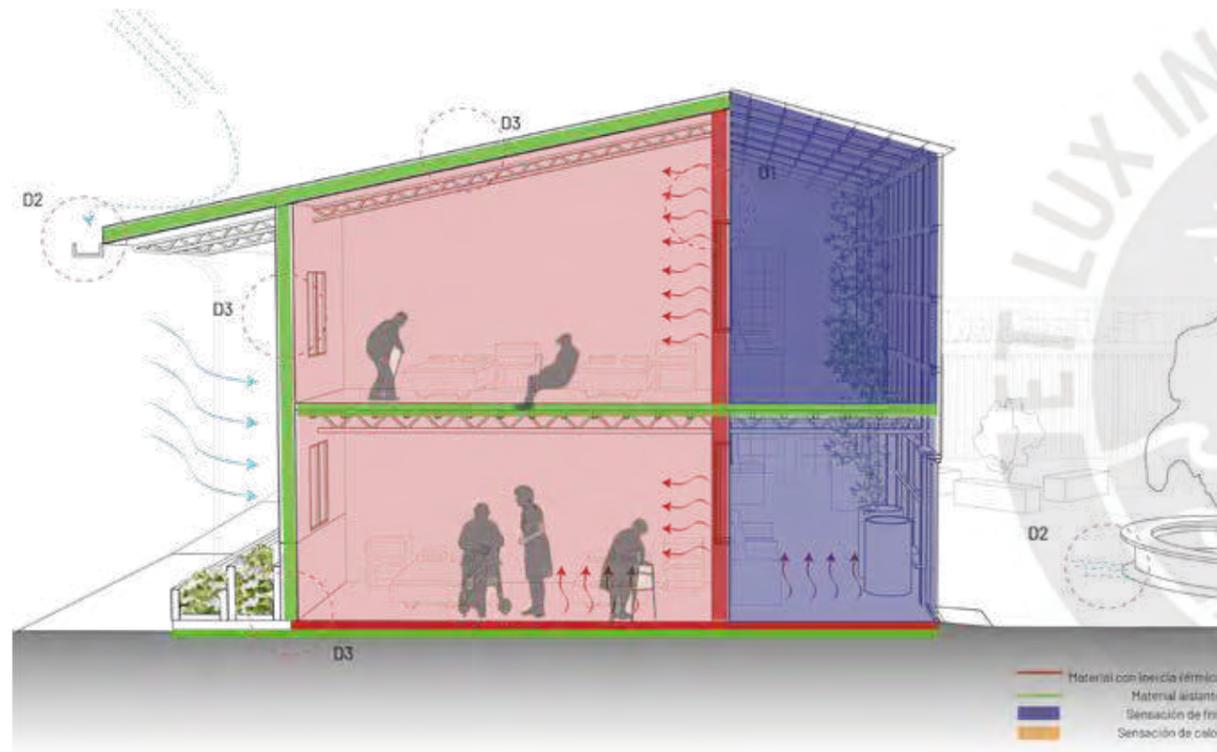


Ventanas corredizas para ventilación pero con protección aislante para evitar corrientes de aire muy fuertes.

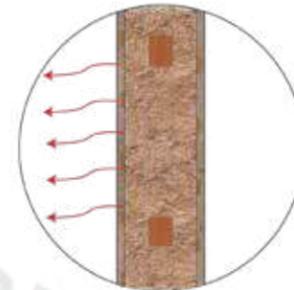


Techo de policarbonato antirradiación UV además de ventanas batientes para regular la temperatura en el invernadero.

NOCHE

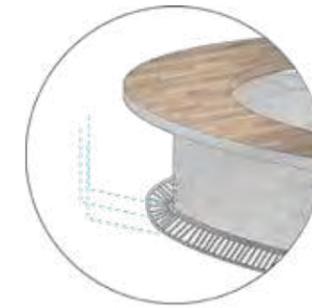


D1 DISTRIBUCIÓN DE CALOR

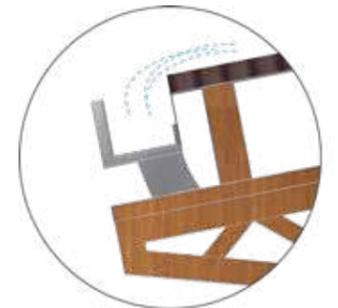


El calor acumulado en las superficies con inercia térmica se libera y se distribuye en los ambientes interiores en la noche generando confort.

D2 CAPTACIÓN DE AGUA DE LLUVIA

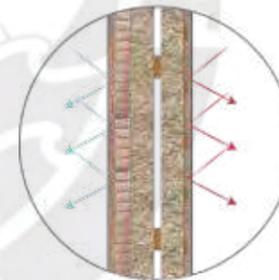


Se añade rejillas filtrantes para el agua de lluvia en los patios a los cuales se les añade una pequeña pendiente.

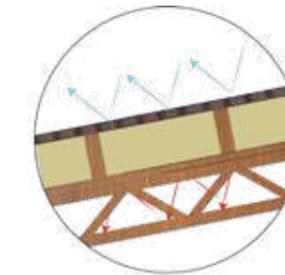


Canaletas en el techo para evitar que el agua caiga. Además, permite que permita su posterior distribución hacia los huertos.

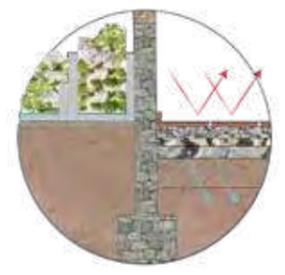
D3 EVITAR PÉRDIDA DE CALOR - HUMEDAD



Muros con bloques de tierra alivianada (mayor cantidad de paja) y una capa de totora para evitar la pérdida de calor y exposición a los vientos del sur. Adicionalmente se realiza un desfase hacia el interior de las habitaciones para mayor protección.



Al techo se le añade una capa gruesa de totora que evite la pérdida de calor y el ingreso del frío.



Capas antihumedad en el suelo además de un aislamiento de paja barro que evite la pérdida del calor. Asimismo, las macetas propuestas cuenta con una gran base previa al suelo para evitar la filtración de agua.



Materiales y ciclo de vida

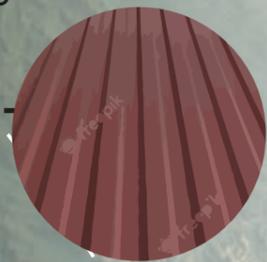
OBJETIVOS MATERIALIDAD:
 Utilizar **materiales de kilómetro 0**, que sean duraderos pero no contaminen generando la menor huella ambiental posible.

Representar el carácter de Huancané y sus diferentes zonas altitudinales, utilizando materiales de la zona (Totora -Circunlacustre, Paja, tierra -llanura, piedra - altiplano).

Emplear una técnica constructiva sencilla para que pueda ser **realizada por los mismo pobladores** en el menor tiempo posible con mano de obra local haciendo que las personas se sientan además parte del proyecto.



Techo



Onduline
 Se fabrica en base a fibras vegetales cuya obtención no requiere tala de árboles, en un proceso de fabricación con 2 a 3 veces menos emisiones de carbono que otros tipos de láminas y con un 100% de aprovechamiento del agua utilizada.



Muro



Tierra
 Mezcla de masa de tierra con una proporción alta de fibras y cuya densidad final es menor a 1200 kg/m3. Económica y de bajo impacto en el medio ambiente. Así mismo, cuenta con propiedades de inercia térmica y aislamiento debido a sus componentes.



Tierra aliviada



Paja

Totora



Paneles que funcionan como aislante térmico. Biodegradable, renovable y de bajo coste debido a su composición vegetal de rápido crecimiento y a que es un material local.



Vanos



Vidrio
 Material altamente sostenible, ya que puede ser reciclado al 100%, con el empleo de poca energía y recursos. Su extracción es sencilla y no contaminante y su degradación química no produce lixiviados.



Estructura, marcos y piso



Madera



Eucalypto Tornillo

Material altamente sostenible, ya que puede ser reciclado al 100%, con el empleo de poca energía y recursos. Su extracción es sencilla y no contaminante y su degradación química no produce lixiviados.



Cimientos y piso



Piedra
 La piedra natural es uno de los materiales constructivos más sostenibles del mercado gracias a cualidades propias como la durabilidad, el reciclado, la reutilización, el bajo mantenimiento y las características térmicas.

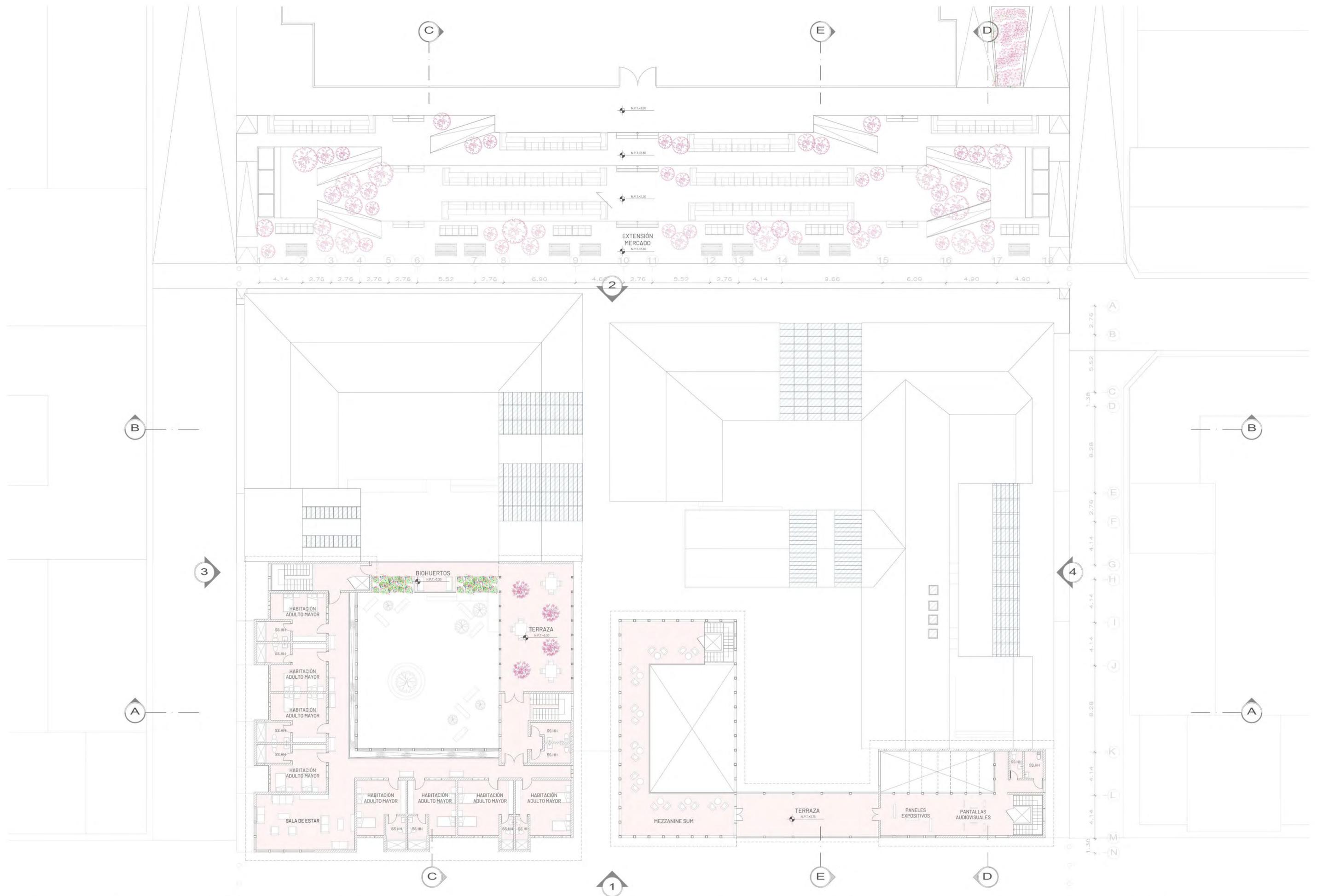


70km

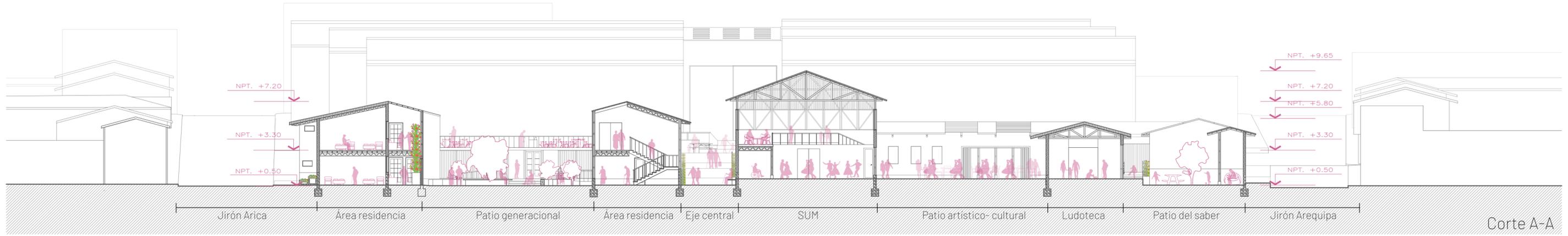
5. ANEXOS



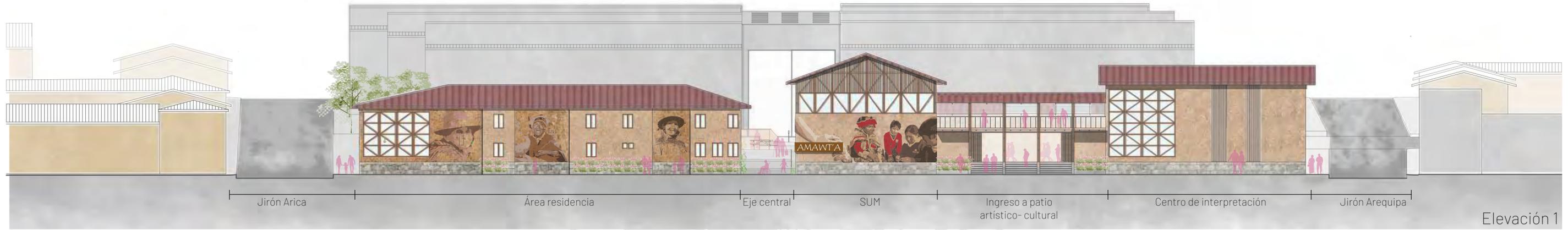








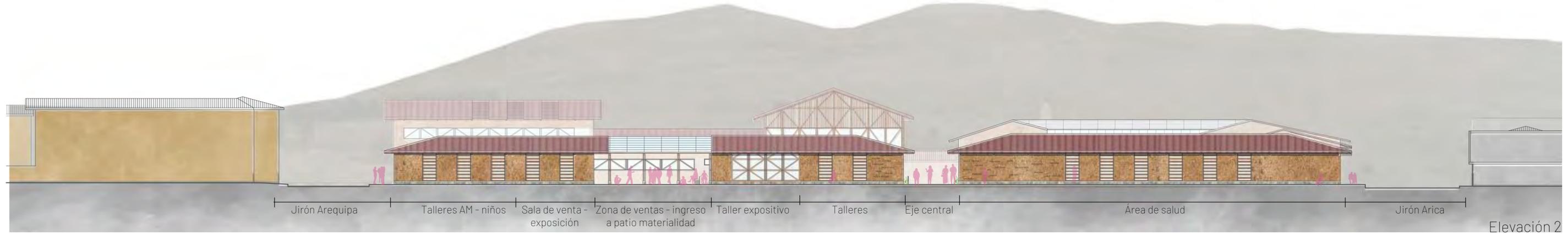
Corte A-A



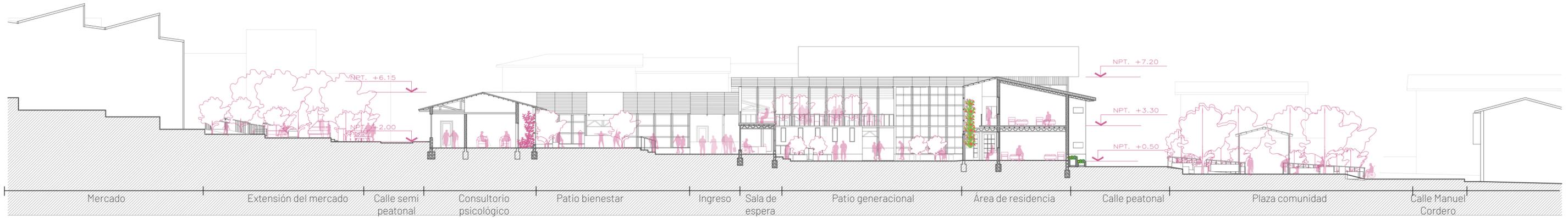
Elevación 1



Corte B-B



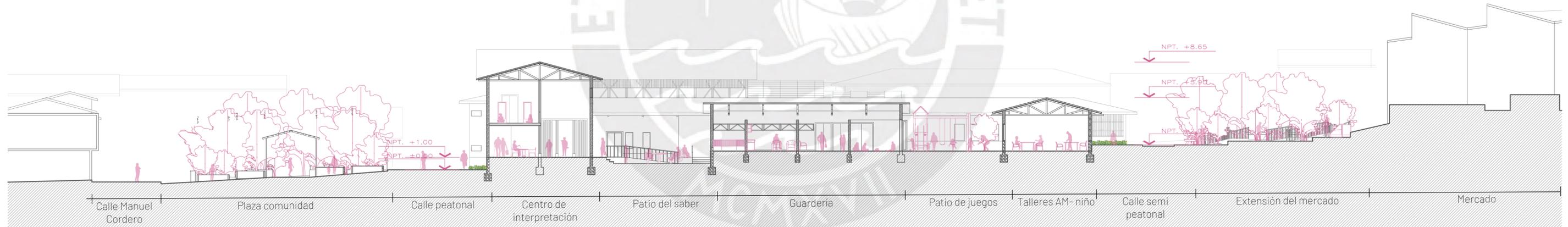
Elevación 2



Corte C-C



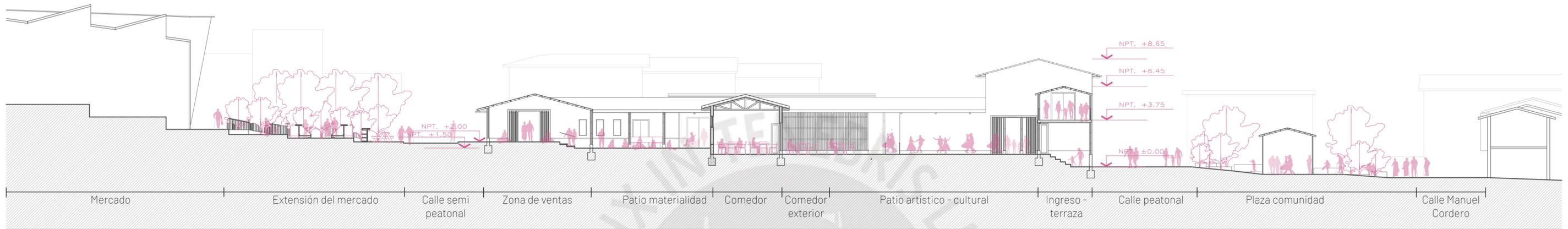
Elevación 3



Corte D-D



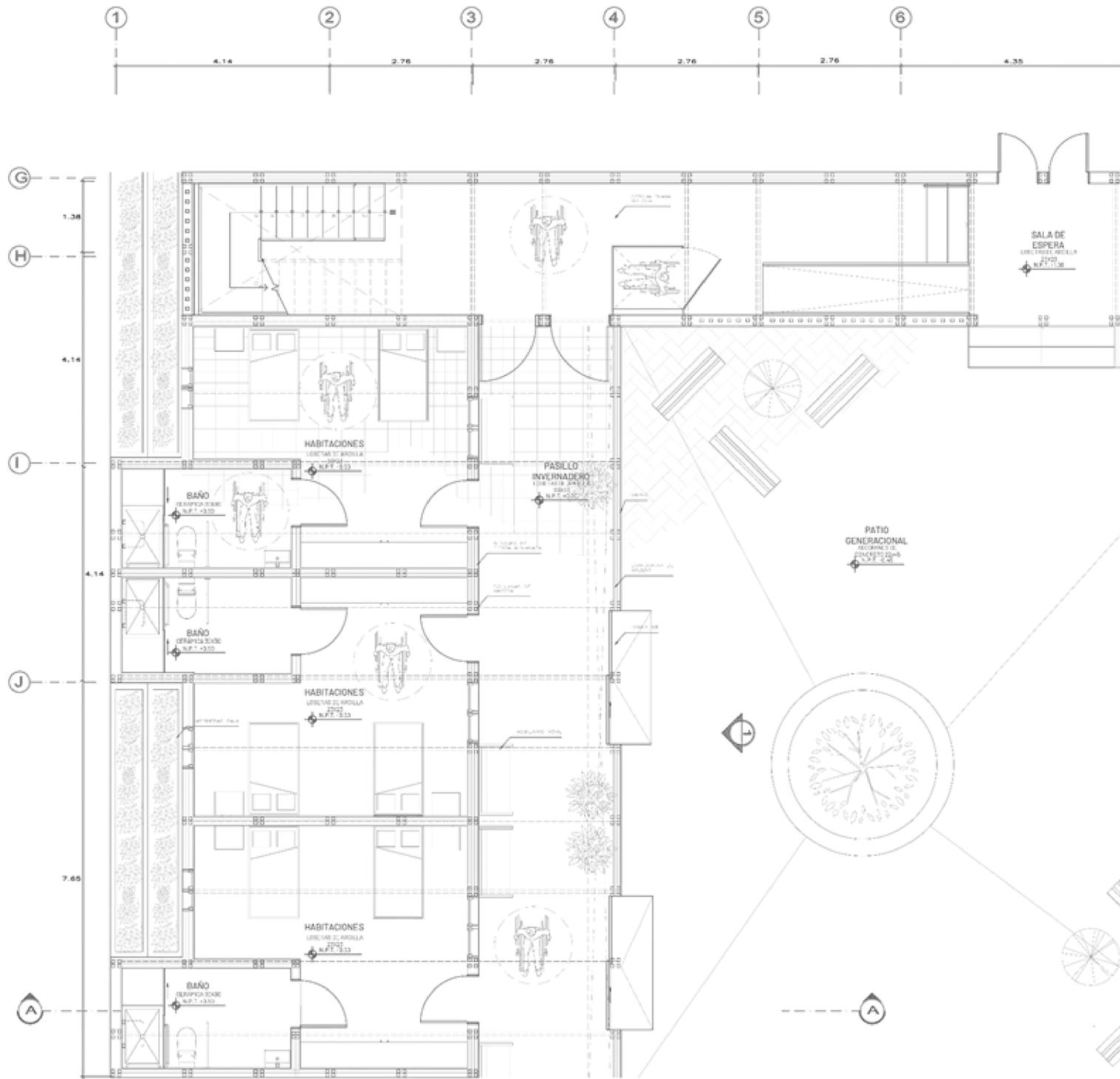
Elevación 4



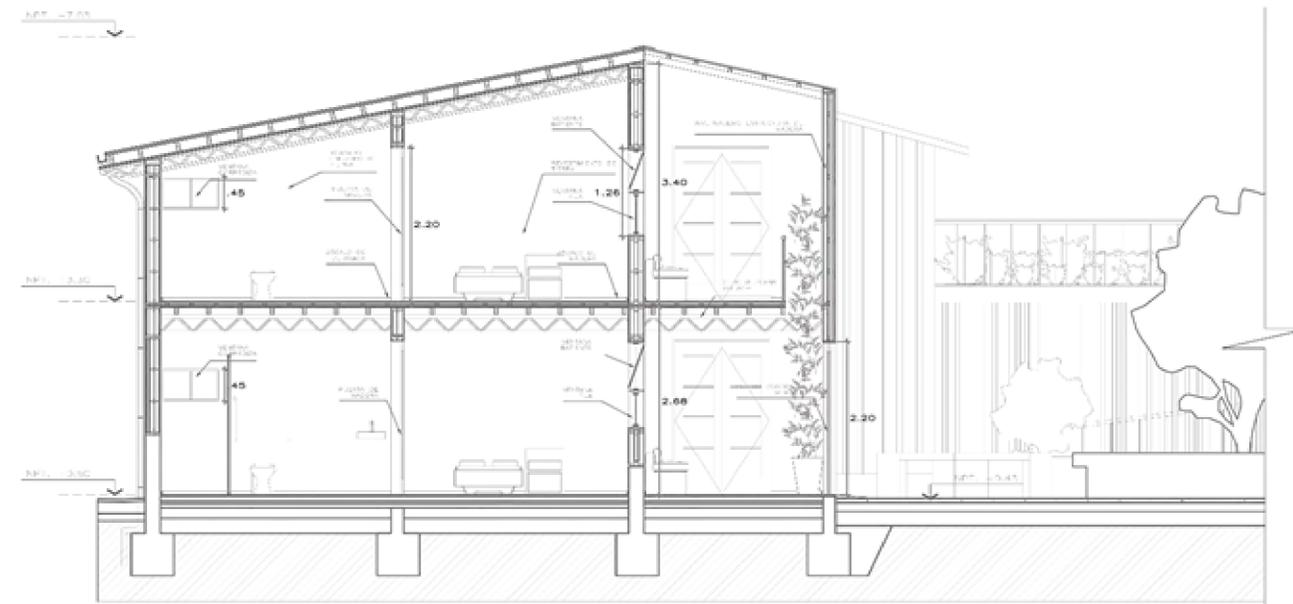
Corte E-E



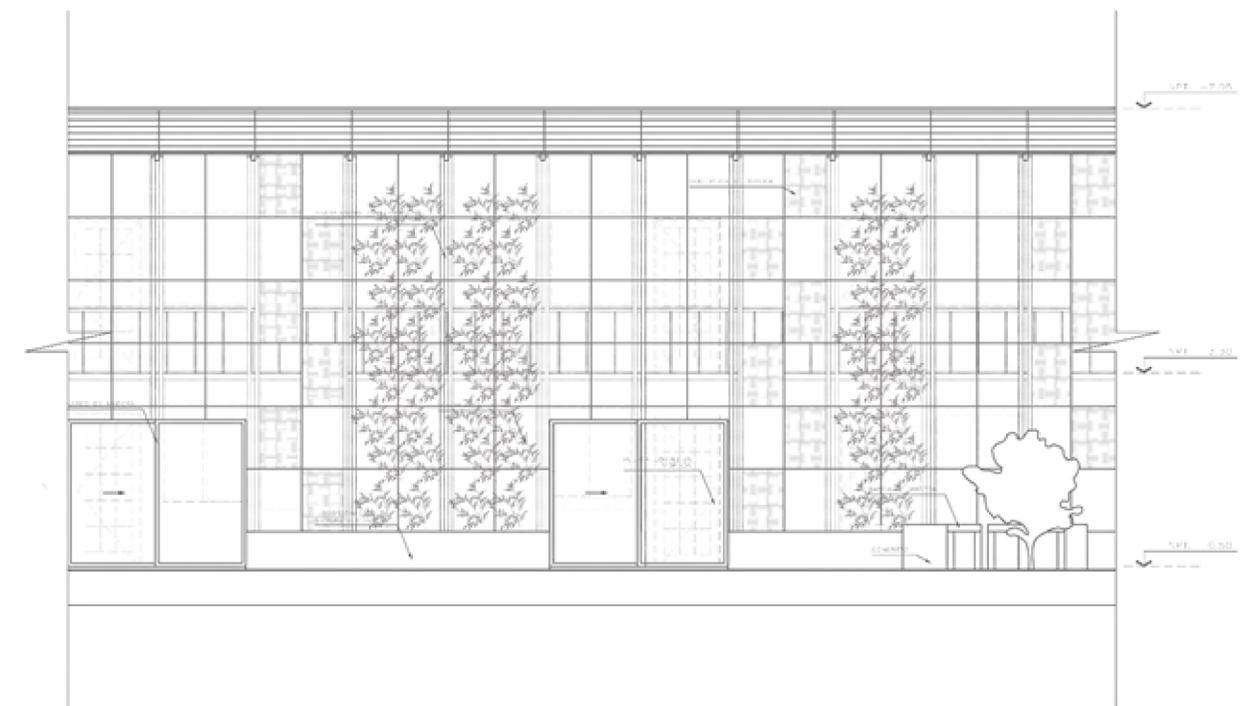
Elevación 5



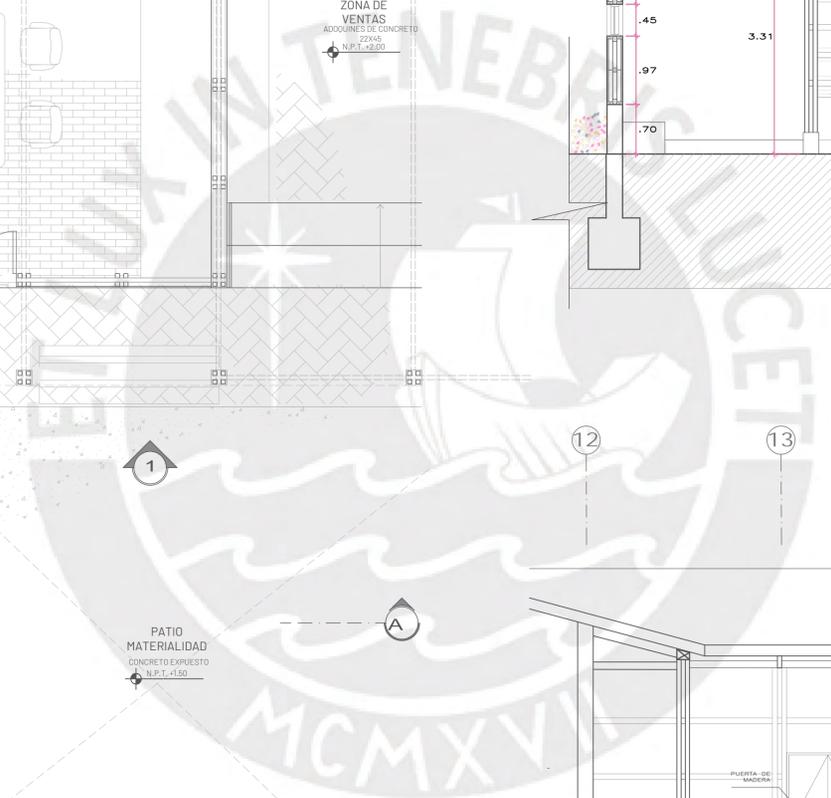
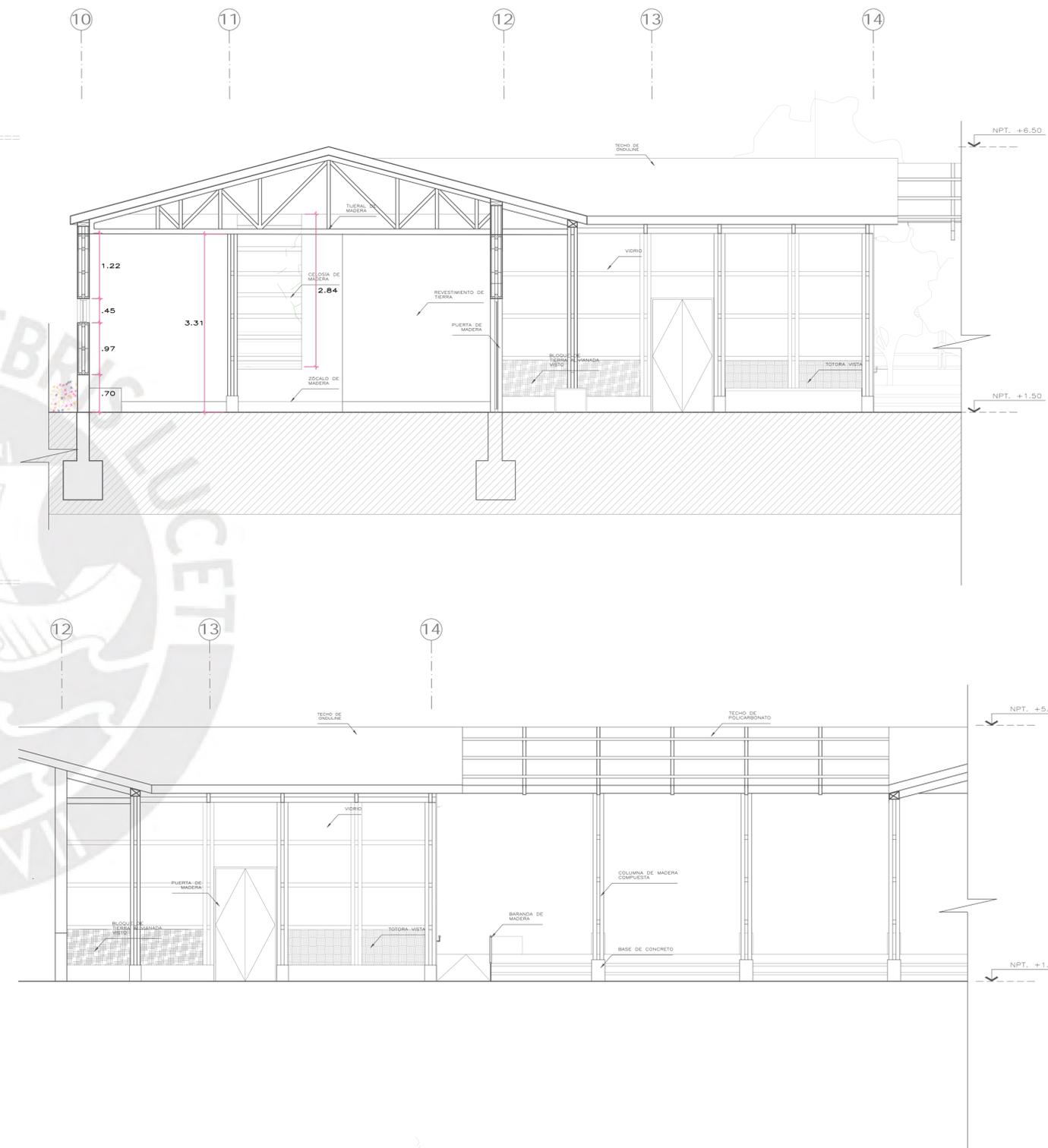
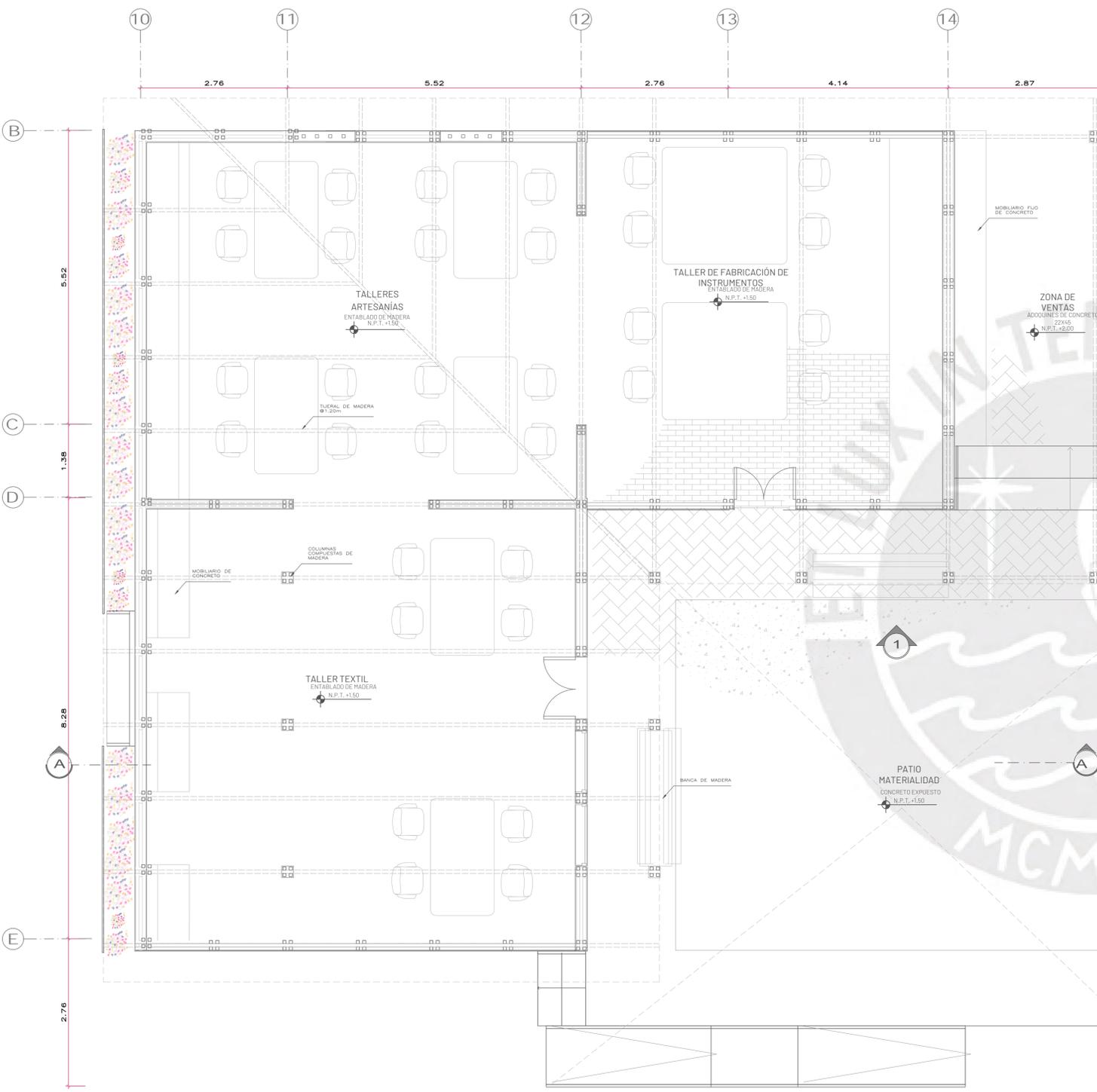
Planta primer nivel

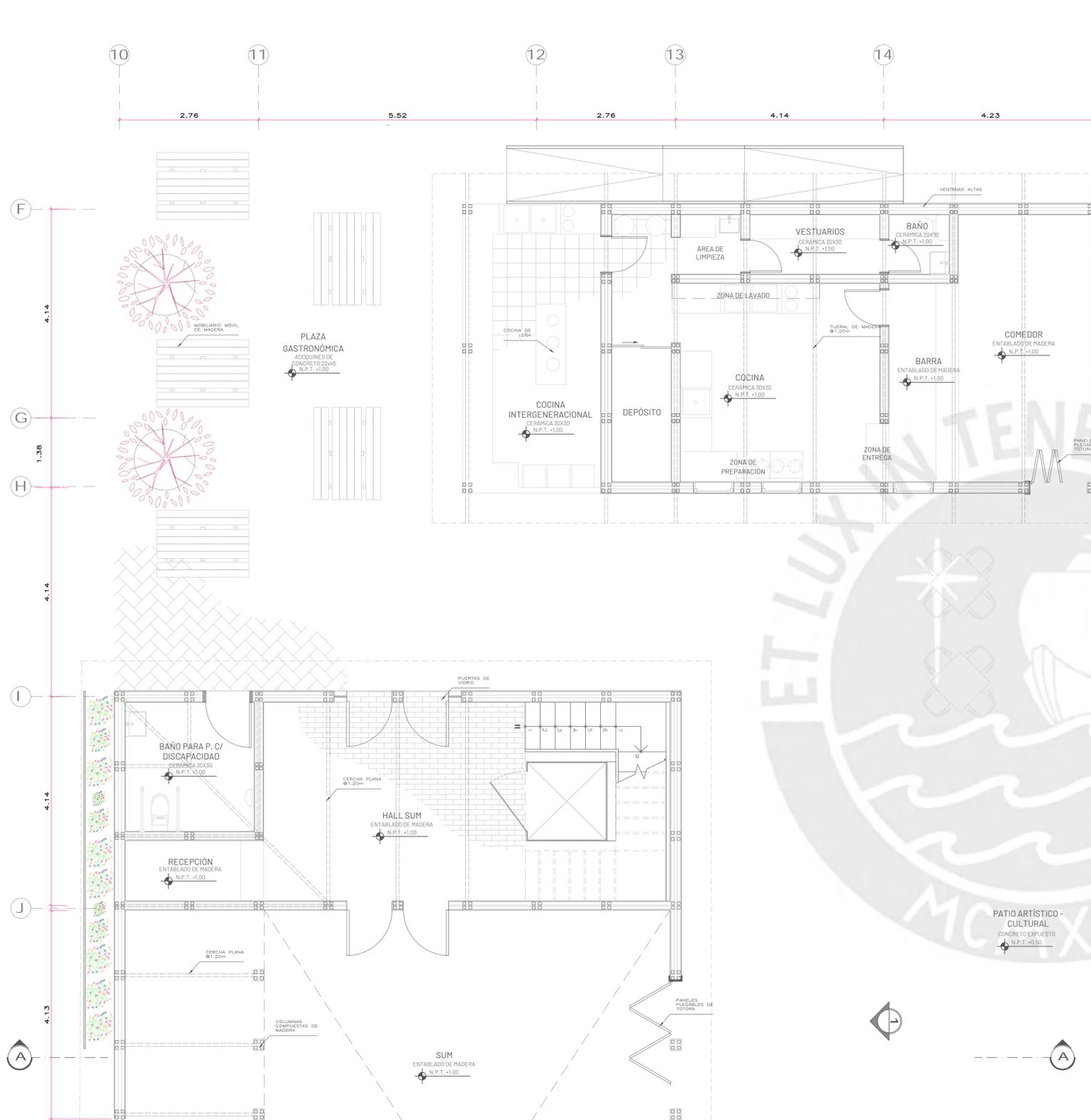


Corte A-A

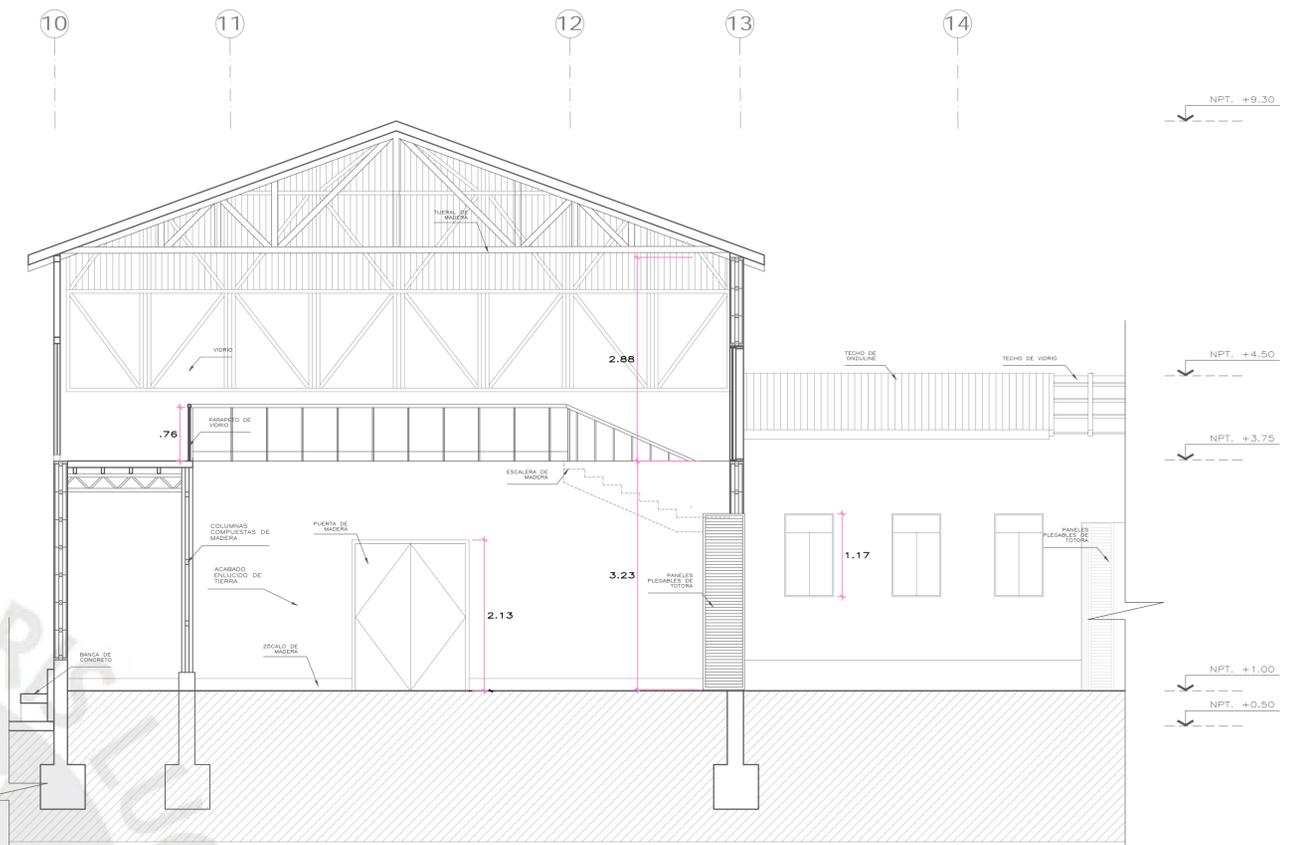


Elevación 1

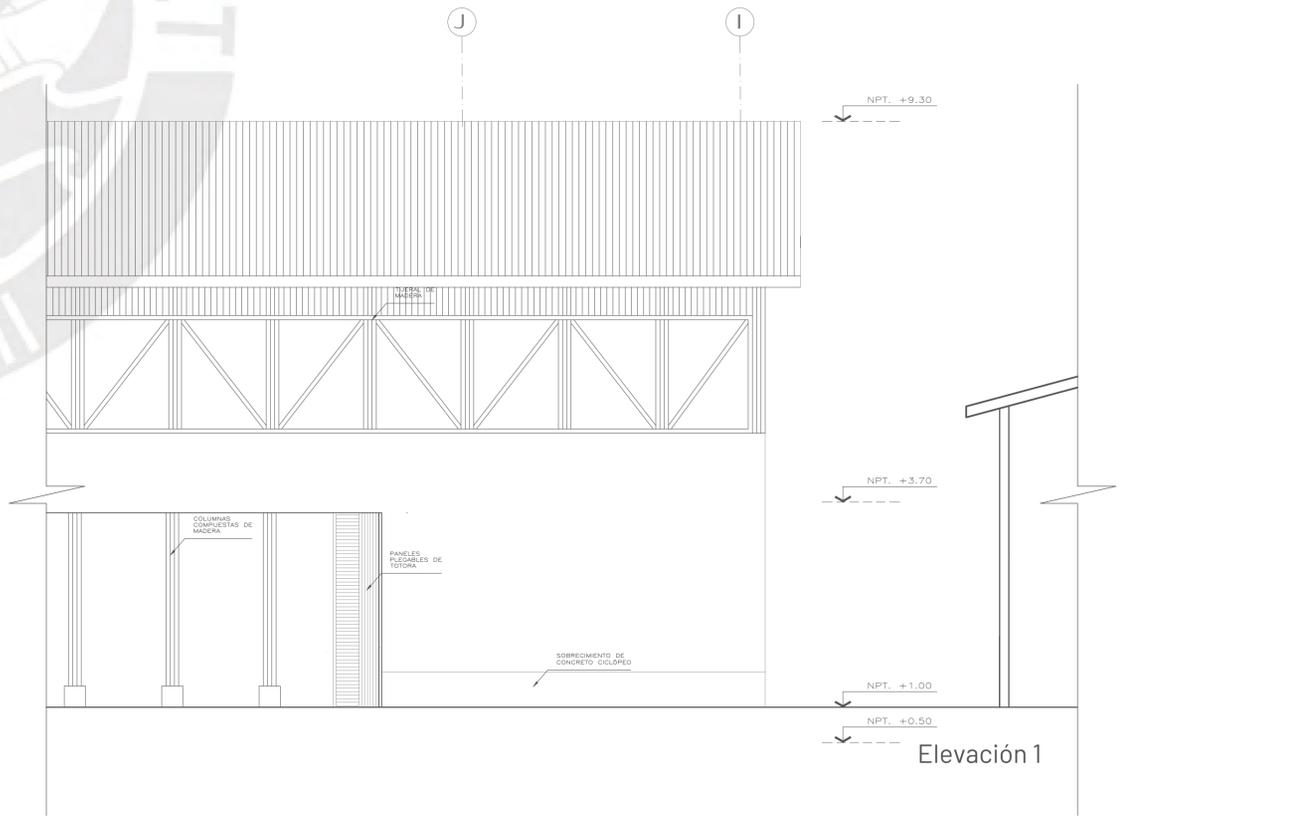




Planta primer nivel



Corte A-A

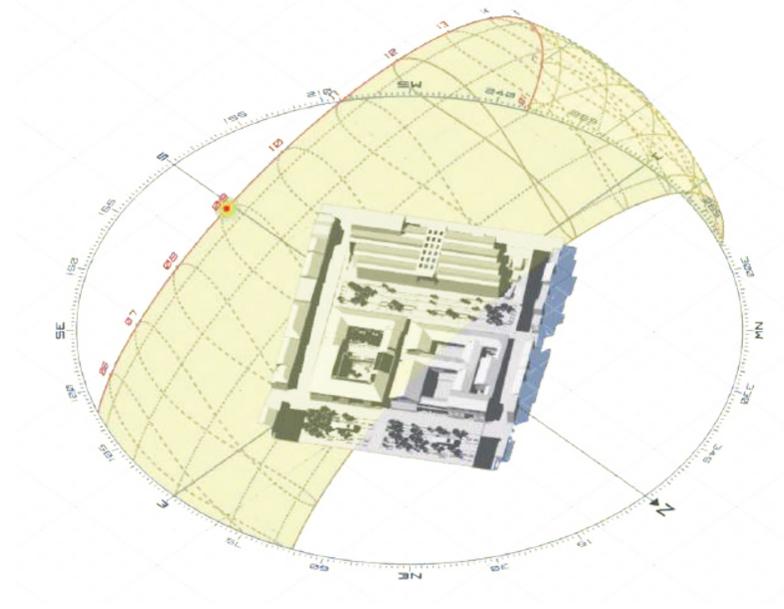


Elevación 1

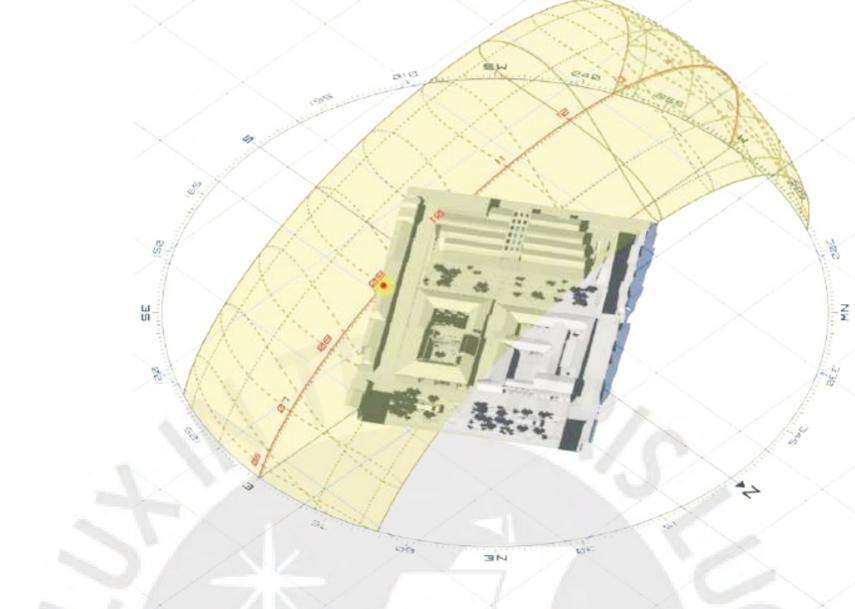


ANÁLISIS SOLAR

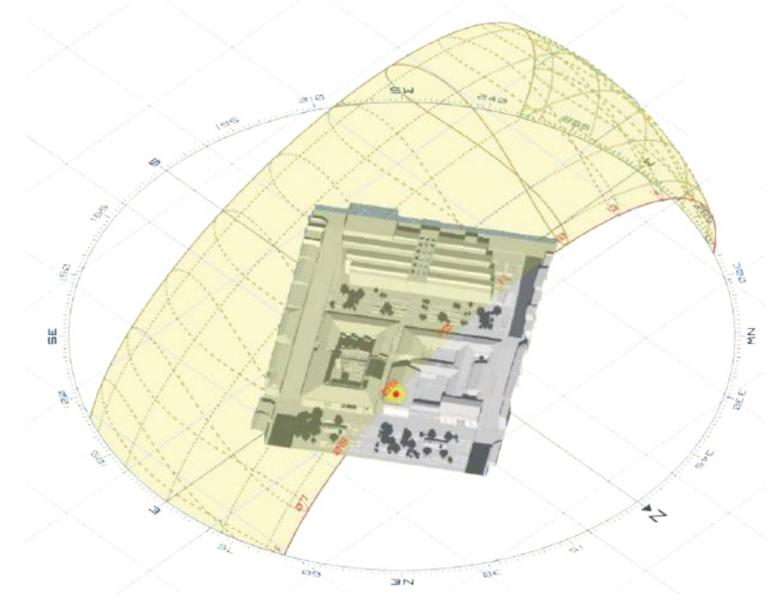
SOLSTICIO DE VERANO 9AM



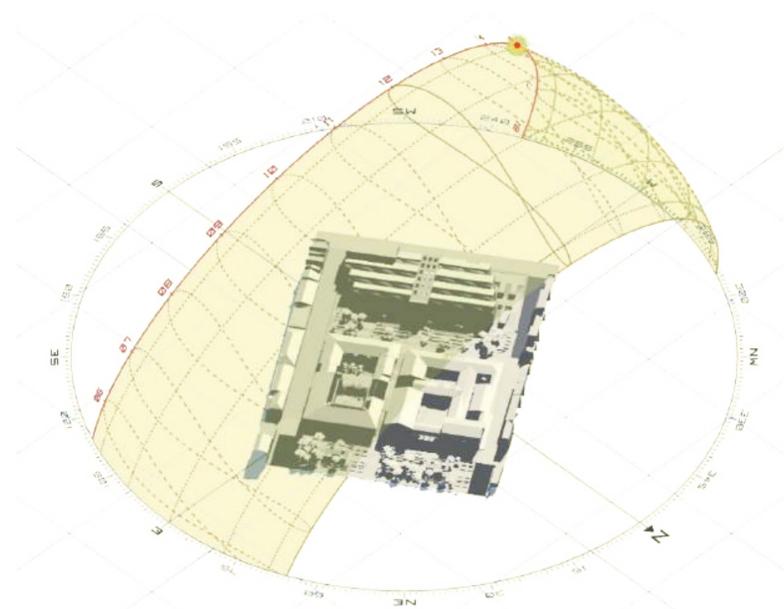
EQUINOCCIO 9AM



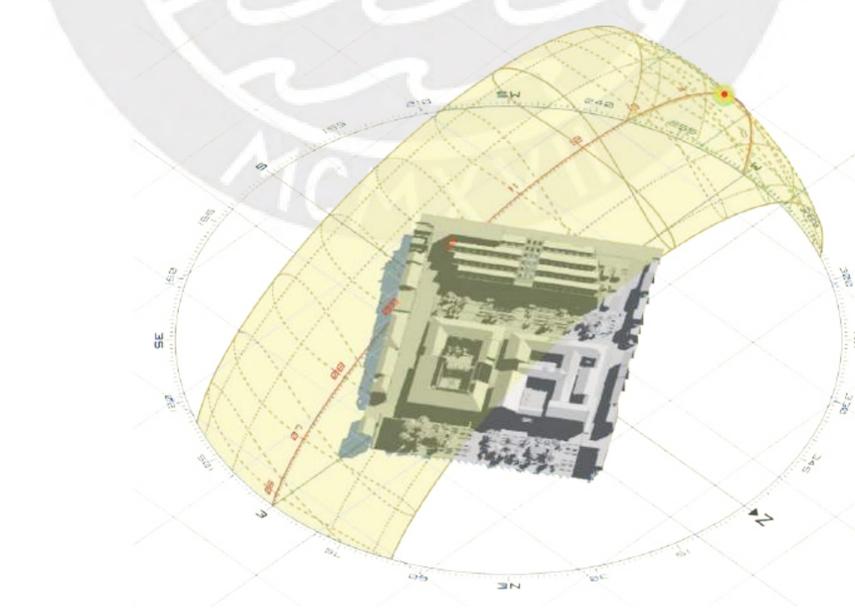
SOLSTICIO DE INVIERNO 9AM



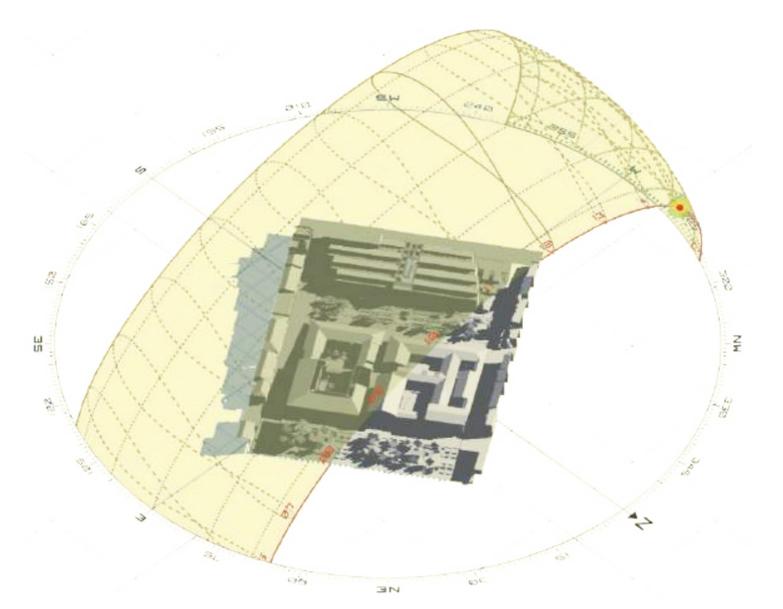
SOLSTICIO DE VERANO 3PM

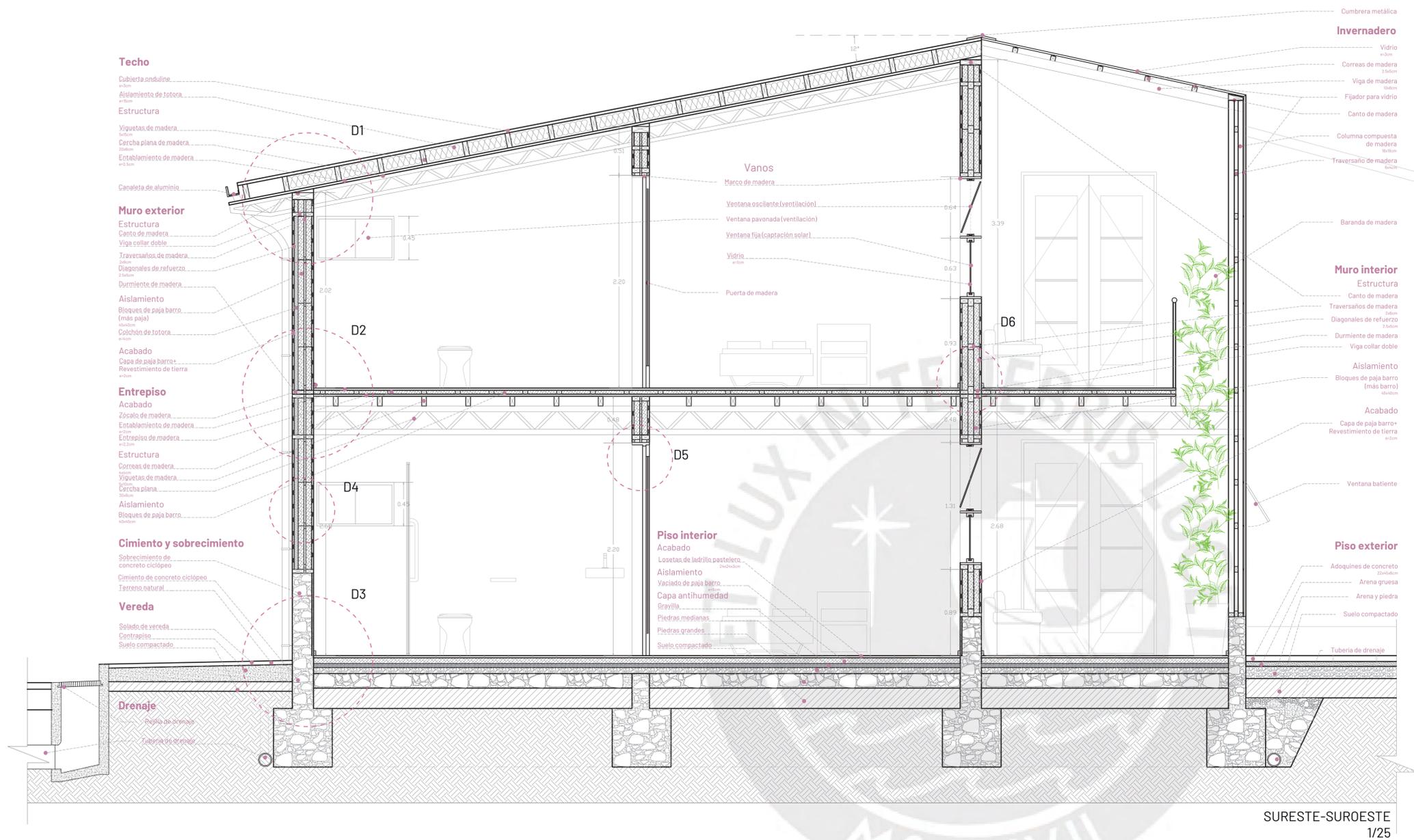


EQUINOCCIO 3PM

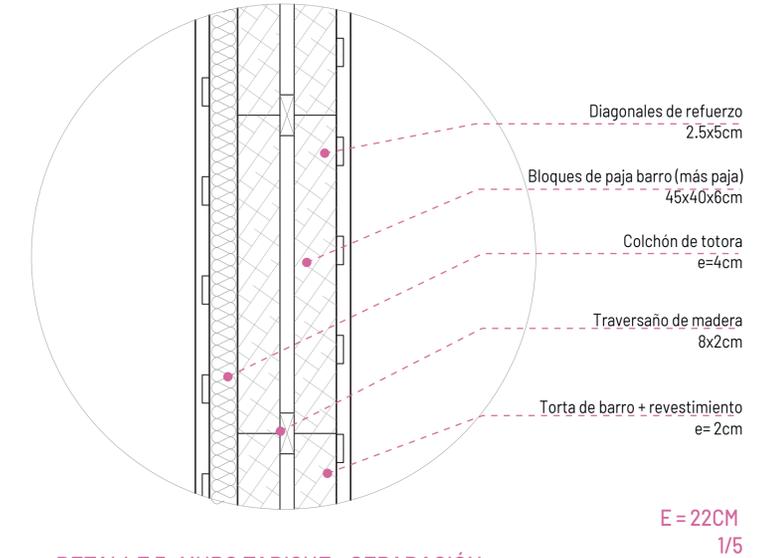


SOLSTICIO DE INVIERNO 3PM

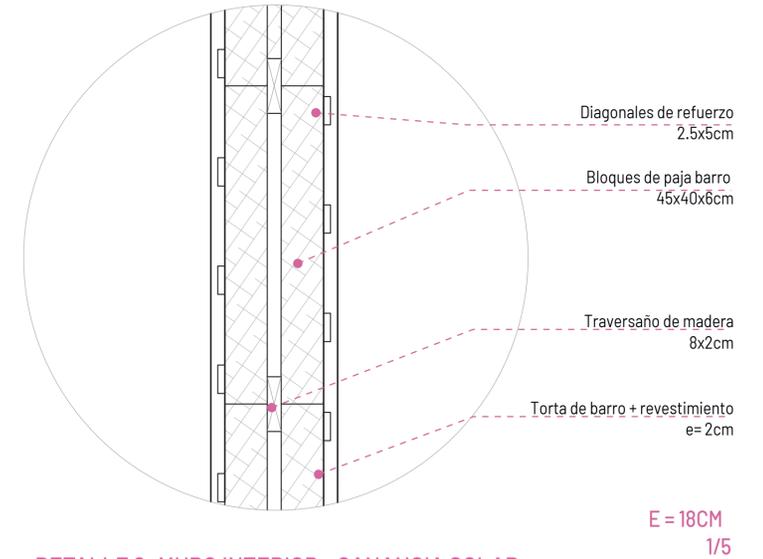




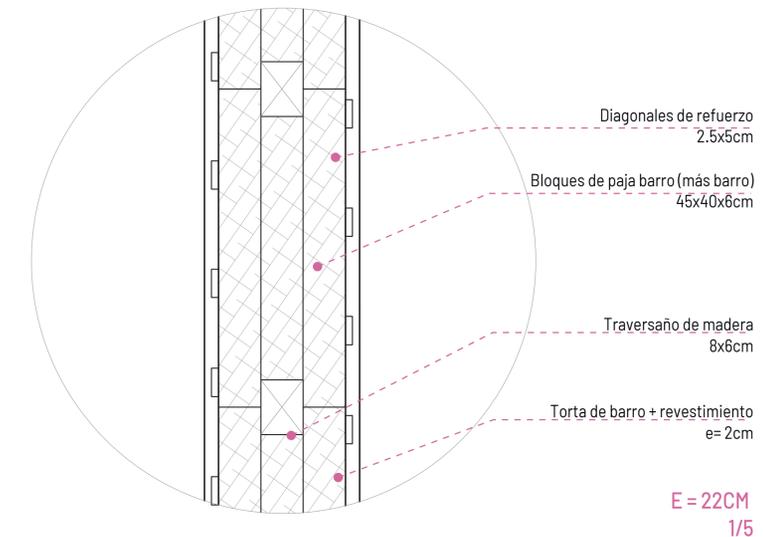
DETALLE 4: MURO EXTERIOR - AISLAMIENTO



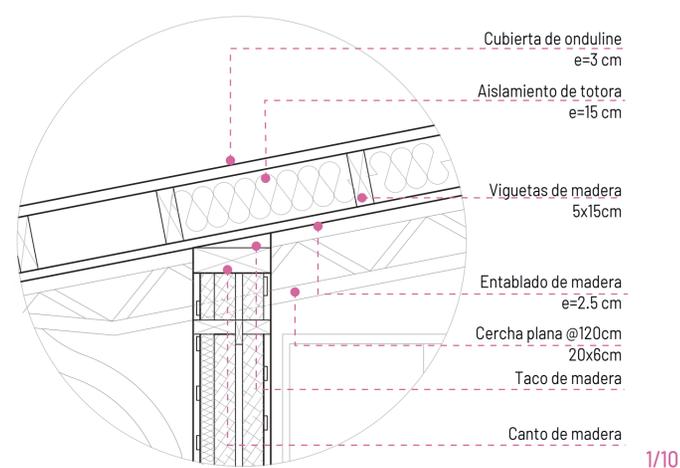
DETALLE 5: MURO TABIQUE - SEPARACIÓN



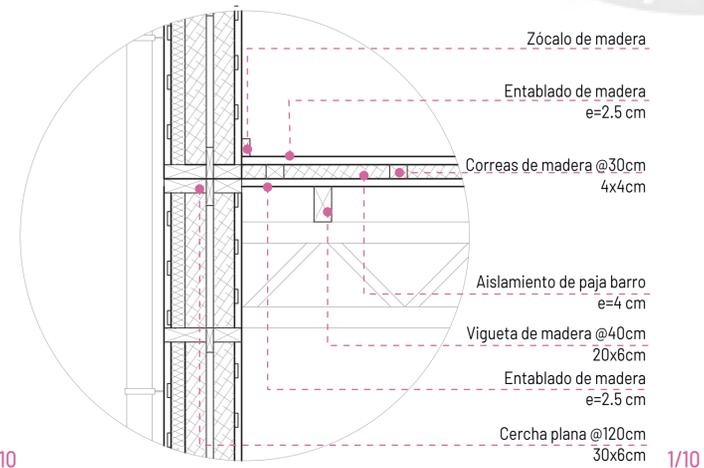
DETALLE 6: MURO INTERIOR - GANANCIA SOLAR



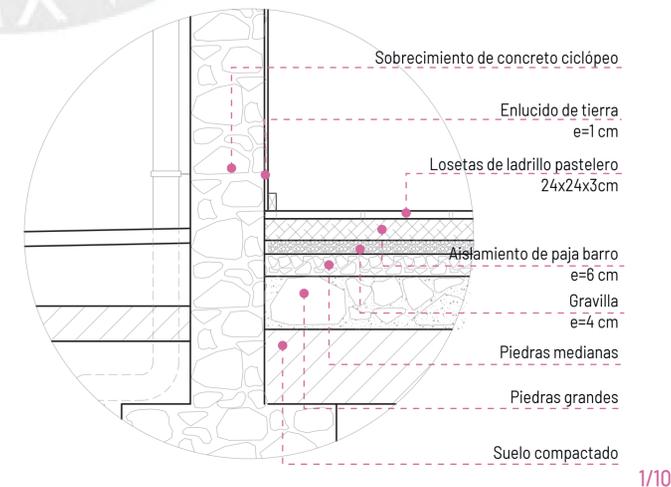
DETALLE 1: UNIÓN TECHO - MURO

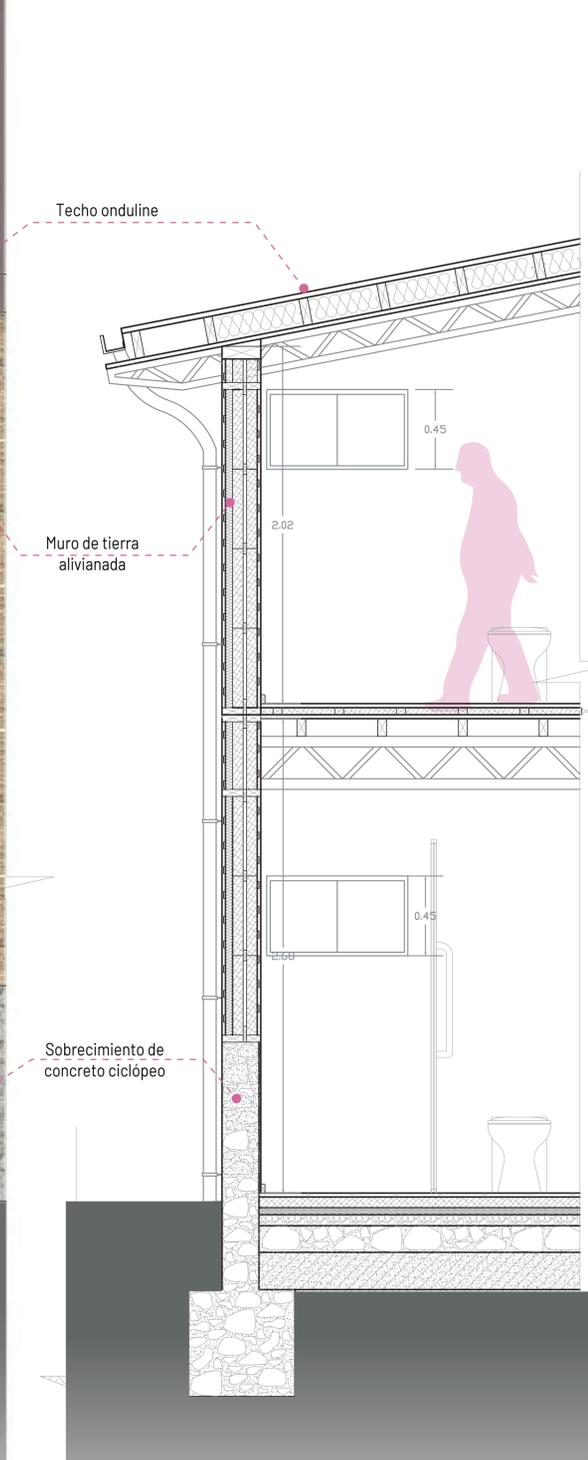


DETALLE 2: UNIÓN ENTABLADO - MURO

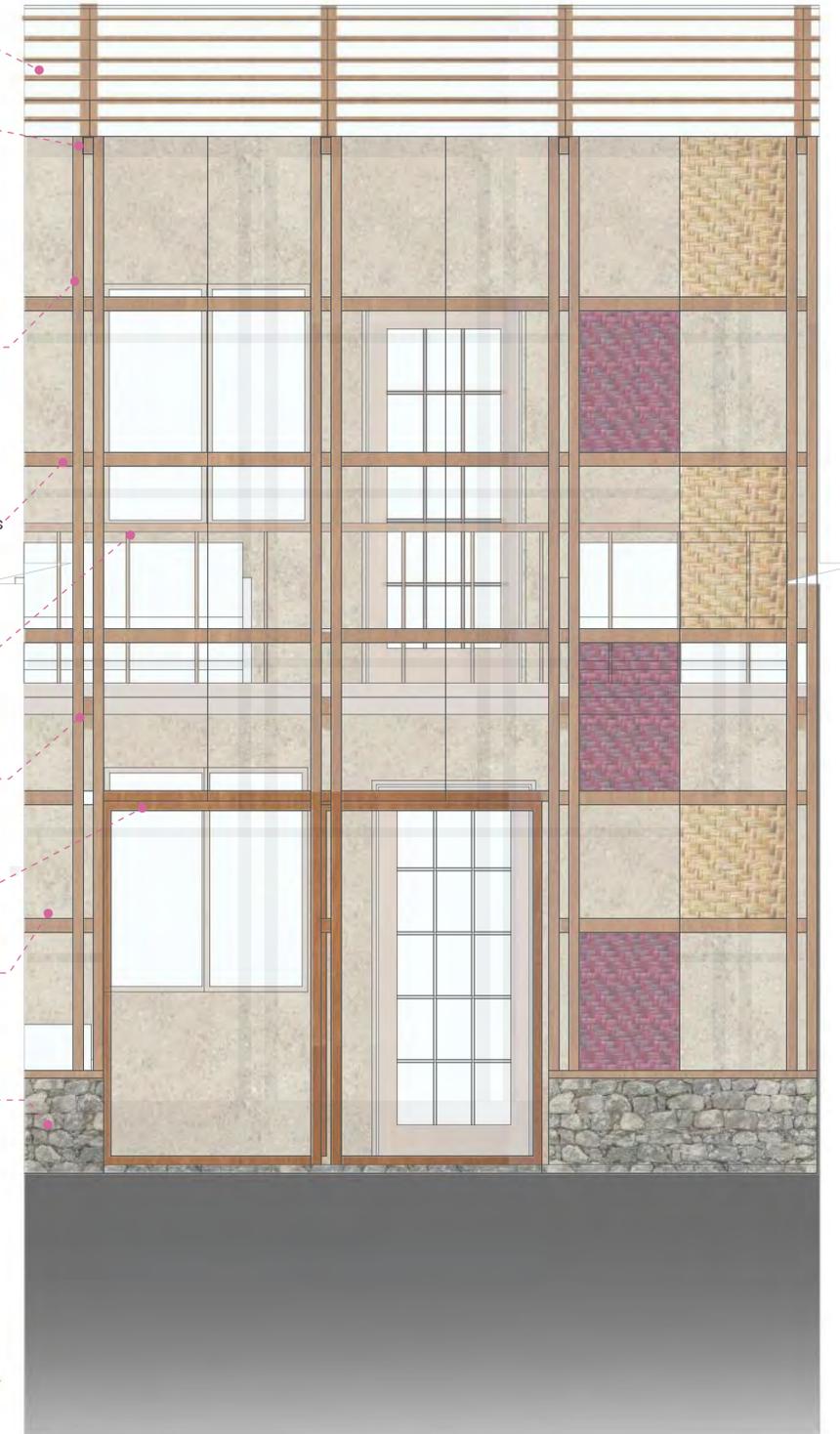
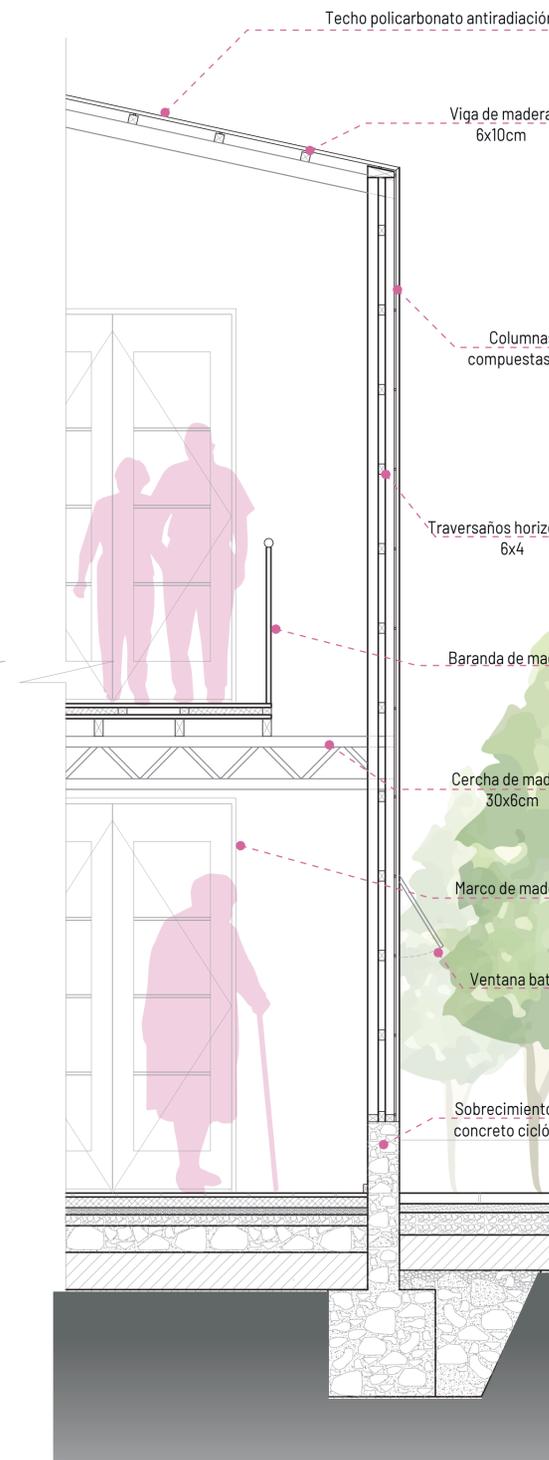


DETALLE 3: PISO - CIMENTACIÓN





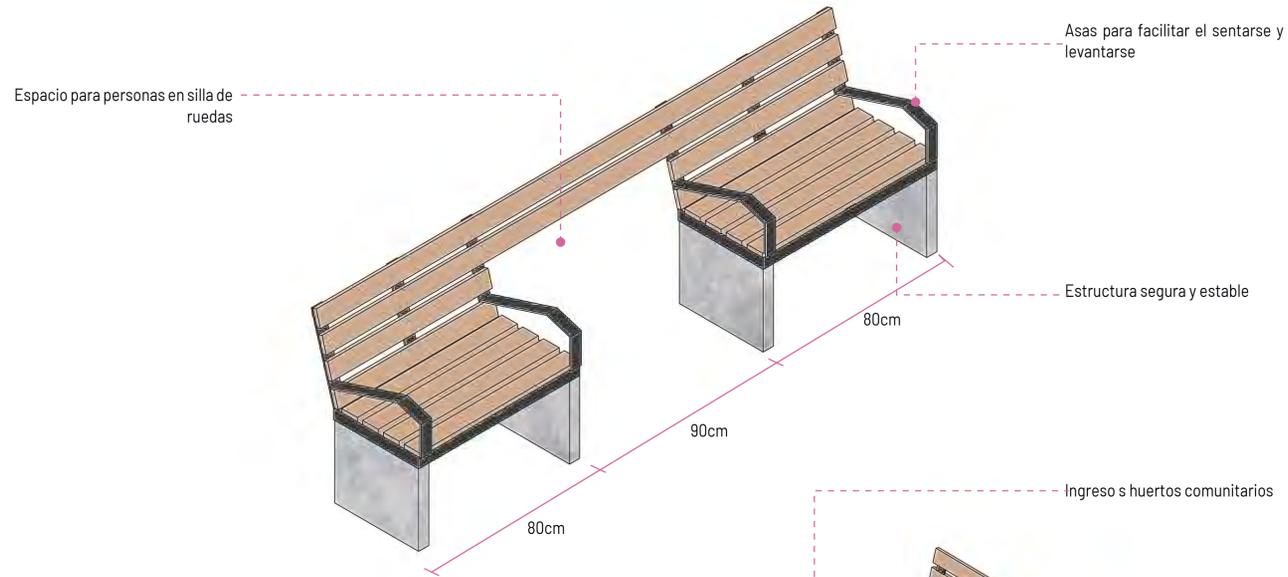
ELEVACIÓN SURESTE



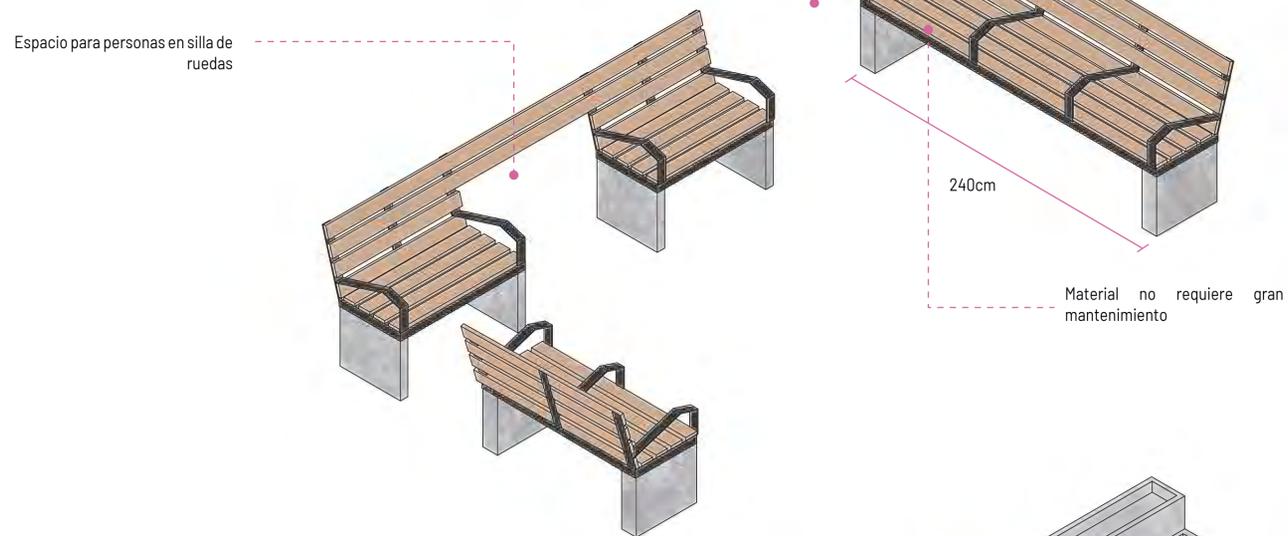
ELEVACIÓN SUROESTE

MOBILIARIO ESPECIALIZADO

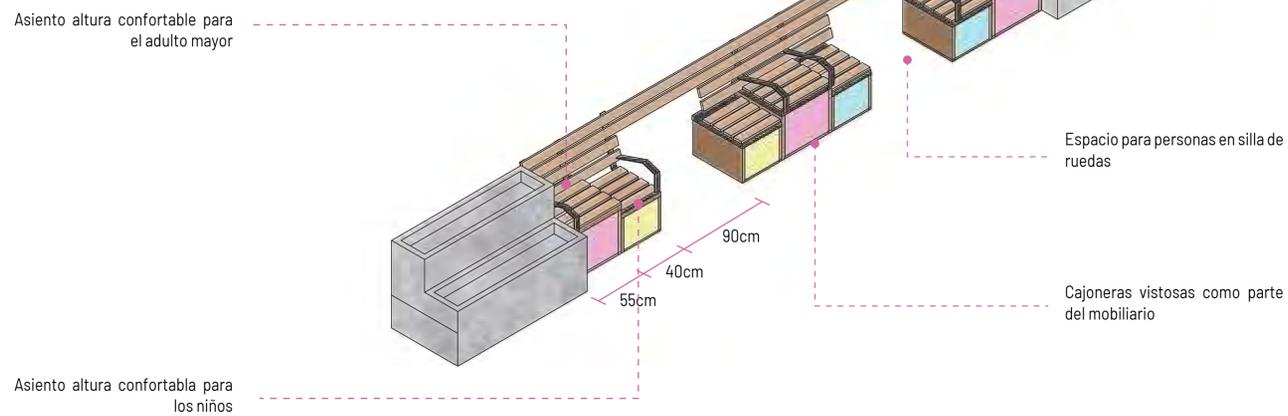
BANCA PATIOS



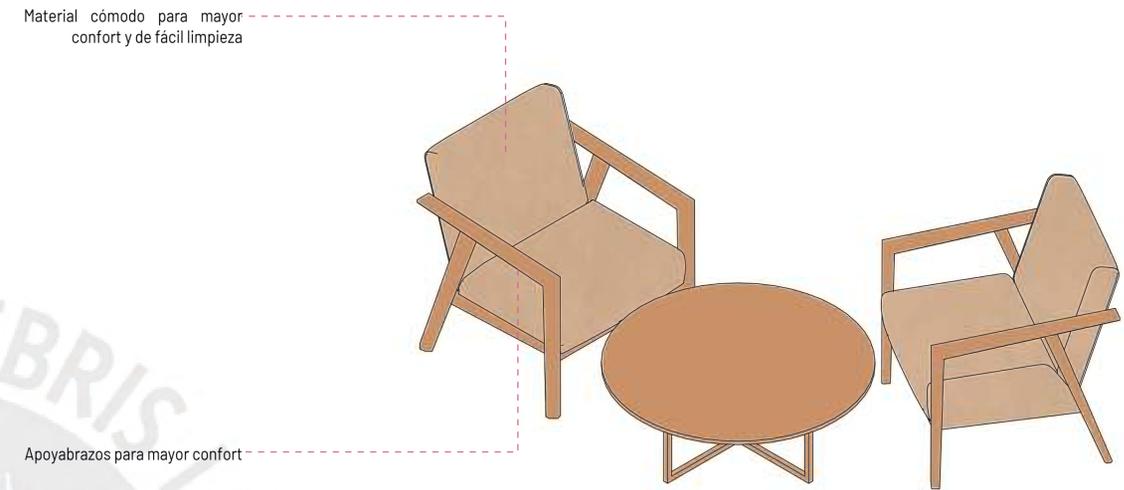
BANCAS PLAZA COMUNIDAD



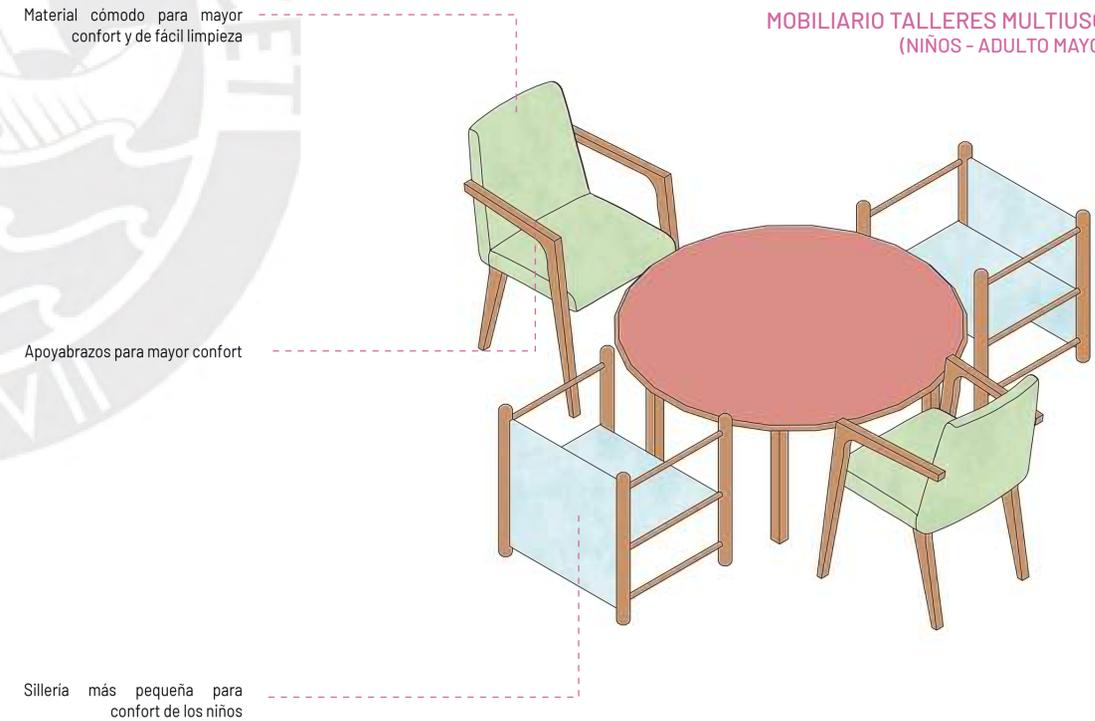
MOBILIARIO PATIO DE JUEGOS



MOBILIARIO BIBLIOTECA



MOBILIARIO TALLERES MULTIUSOS (NIÑOS - ADULTO MAYOR)



6. CONCLUSIONES

A lo largo de los años, la situación del adulto mayor en el Perú, y particularmente en Puno, ha experimentado un cambio significativo. De ser considerados personas sabias y respetables, a ser vistos como una carga económica de escaso o nulo valor, lo que afecta tanto a su salud física como psicológica. Es debido a esta situación que se dificulta la transmisión de sus experiencias y conocimientos, haciendo que estas se pierdan.

Huancané, provincia de Puno, no es la excepción, ya que la ciudad y los centros poblados cercanos enfrentan numerosos casos de abandono y una notable pérdida de saberes.

Por este motivo, se propone la creación de una red de apoyo multiescalar que abarque desde las viviendas aisladas en el altiplano hasta las ciudades de apoyo. El componente central de esta red es el centro intergeneracional y de protección para el adulto mayor; este espacio estará dedicado a garantizar la integridad de los adultos mayores, ofreciéndoles refugio, seguridad y la oportunidad de transmitir sus conocimientos, así como interactuar con otras generaciones. Esta iniciativa busca combatir el sentimiento de aislamiento y soledad, permitiendo que los adultos mayores recuperen su lugar en la sociedad como portadores de sabiduría.

Para el diseño de este centro se considerarán los principios del envejecimiento activo y la intergeneracionalidad, brindando, a través de la arquitectura, espacios que permitan a los adultos mayores sentirse autónomos y decidir cómo, cuánto y con quién desean relacionarse. Además, se propone actividades, espacios tanto interiores como exteriores y un programa que fomenten estas interacciones y faciliten el intercambio intergeneracional.

Se tomará en cuenta además el clima extremo de Puno en el diseño del proyecto, así como el uso de materiales locales como tierra, paja, madera y totora. Estos materiales no solo promoverán su revalorización, sino que también mejorarán el confort climático en comparación con los materiales que se utilizan en la actualidad. De esta manera, se crea un entorno donde los adultos mayores puedan desenvolverse con comodidad en ámbitos sociales y psicológicos, sin verse afectados por factores externos como el clima de la zona.

7. Bibliografía

- ARMISEN. (2020). *ARMISEN*. Obtenido de QUÉ ES EL MOBILIARIO GERIÁTRICO Y SUS CARACTERÍSTICAS: <https://armisencare.com/mobiliario-geriatrico-y-sus-caracteristicas/>
- AVU innovación. (2022). *Manual de accesibilidad*. Ciudad de México.
- Caritas Puno. (5 de Noviembre de 2013). *Caritas Puno*. Obtenido de “Eventos Intergeneracionales, un espacio para compartir y aprender”: <http://caritaspuno.blogspot.com/2013/11/eventos-intergeneracionales-un-espacio.html>
- Condori, R. (2015). *INFLUENCIA DEL ABANDONO FAMILIAR EN LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR EN EL DISTRITO DE ACORA – PUNO, 2015*. Arequipa, Perú: Universidad nacional San Agustín .
- DEFENSORÍA DEL PUEBLO. (2019). *ENVEJECER EN EL PERÚ: Hacia el fortalecimiento de las políticas para personas adultas mayores*. Lima: Biblioteca Nacional del Perú.
- Delcampo, A. (2020). *La arquitectura residencial para personas mayores y los espacios cromáticos para el bienestar*. Valencia, España: Universitat Politècnica de València.
- Delgado Acosta, C. R., & Calero Martín, C. (2017). Espacios de convivencia y experiencia intergeneracional. *Revista TSH* 82, 10-20.
- INEI. (Junio de 2022). *En el Perú existen más de cuatro millones de adultos mayores*. Obtenido de INEI: <https://m.inei.gov.pe/prensa/noticias/en-el-peru-existen-mas-de-cuatro-millones-de-adultos-mayores-12356/>
- INEI. (2022). *Situación de la Población Adulta Mayor 2022*. Lima - Perú.
- MIDIS, Pensión 65. (2020). *SABERES PRODUCTIVOS Guía para los equipos designados por los gobiernos locales*. Lima.
- Narváez, O. (2017). *Personas mayores y espacios públicos*. Aguascalientes: Universidad Autónoma Aguascalientes.
- Ryall, J. (23 de Octubre de 2021). *DW*. Obtenido de Cómo Japón mantiene a sus ancianos empleados y activos: <https://www.dw.com/es/c%C3%B3mo-jap%C3%B3n-mantiene-a-sus-ancianos-empleados-y-activos/a-59533137>
- SIMBIOTIA. (Junio de 2021). <https://www.simbiotia.com/envejecimiento-activo/>. Obtenido de El entorno ideal para un buen envejecimiento activo: descubre las claves: <https://www.simbiotia.com/envejecimiento-activo/>
- Tectónica. (2018). *Tectónica*. Obtenido de De la Edad de la Información a la Edad de la Creatividad: <https://tectonica.archi/articulos/mas-que-una-escuela-de-eduard-balcells/>