

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ
FACULTAD DE ARQUITECTURA Y URBANISMO



[CUIDADOS TRANSVERSALES].
Red de cuidados comunitarios para la vejez saludable y activa
en San Juan de Lurigancho

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL
DE ARQUITECTA

AUTOR

Adriana Lorena Guerrero Del Pino

CÓDIGO

20143192

ASESOR

Luis Elías Rodríguez Rivero

Lima, febrero, 2022

RESUMEN

La falsa neutralidad del diseño urbano debido a carencias de políticas urbanas y la ausencia progresiva de lo comunitario han decantado en una pérdida de agencia de la población que habitan el espacio imposibilitando el desarrollo de vida y calidad digna con mira hacia un envejecimiento saludable y activo. Ello resulta en una carencia de herramientas o recursos desarrollándose bajo soluciones autónomas para sobrevivir.

Mientras que San Juan de Lurigancho ha puesto en evidencia la deficiente calidad de vida digna en la población, con énfasis en adultos mayores considerados vulnerables en su totalidad sin comprender que existe una complejidad de perfiles de este grupo poblacional. Se reflejan huellas invisibilizadas al buscar alternativas económicas autónomas desde sus experiencias demostrando su capacidad de agenciamiento desde actividades cotidianas con búsqueda del cuidado del barrio. En ese sentido, resulta necesario redefinir los barrios dotando de agencia a los adultos mayores y aplicando un concepto de cuidado interseccional desde el espacio urbano hasta la población. De manera que, la red de espacios comunitarios de cuidado se plantea como una alternativa de modelo urbano que responda en una primera etapa a las necesidades inmediatas de la población adulta mayor que aborde diversos perfiles, desde tres dimensiones: física a partir de rehabilitación de pendientes de accesibilidad ineficiente; mental, desarrollo de escenarios de calma hacia recreación activa y social, bajo la implantación de módulos flexibles, como primera etapa semilla, respondan a necesidades inmediatas permitiendo su apropiación del espacio público. Por ello, el proyecto Cuidados transversales constituye una crítica a la ciudad desde la carencia de agencia de su población y promoviendo alternativas de calidad de vida digna desde la participación colectiva junto a una arquitectura diseñada desde ellos y para ellos.

CUIDADOS TRANSVERSALES

Red de espacios comunitarios para la vejez saludable y activa en San Juan de Lurigancho





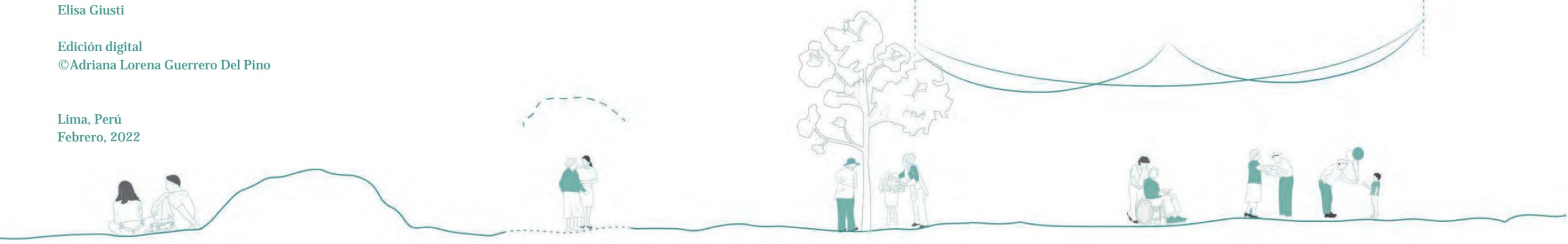
Profesores encargados:
Luis Rodríguez
Betty Chávez
Silvana Corro
Gustavo Díaz
Elisa Giusti

Edición digital
©Adriana Lorena Guerrero Del Pino

Lima, Perú
Febrero, 2022

CUIDADOS TRANSVERSALES

Red de espacios comunitarios para la vejez
saludable y activa en San Juan de Lurigancho





A mis abuelas, abuelos, bisabuelos y bisabuelas por enseñarme el valor de conservar la vida sin límites de edad.

Índice

00 Introducción

Adultos mayores y el espacio urbano excluyente
Modelo urbano acelerado e individualización
Alternativa de barrio de cuidados comunitarios

pp. 08

01 Teoría y pensamientos

Corporeizando la crisis de cuidados en el entorno urbano.
La heterogeneidad en el envejecimiento
Envejecimiento activo
Envejecimiento saludable

pp. 13

02 Análisis

Fragmentos del espacio urbano
[Accesibilidad]
[Proximidad]
[Espacio público]
[Infraestructura de cuidado]
[Vivienda como base de cuidados]
Huellas de autocuidado
[Lo productivo]

pp. 20

03 Proceso

Vesvida.
Estrategias y componentes
Exploraciones sensoriales
Escenarios de transición
Materialidad y construcción
Dispositivo base
Catálogo de módulos
Agentes y relaciones organizativas

pp. 33

04 Expediente

- L1
- L2
- L3
- L4
- L5
- L6
- L7
- L8
- L9
- L10
- L11
- L12
- L13
- L14
- L15
- L16
- L17

pp. 43

05 Conclusiones

pp. 61

06 Bibliografía

pp. 64

00

introducción





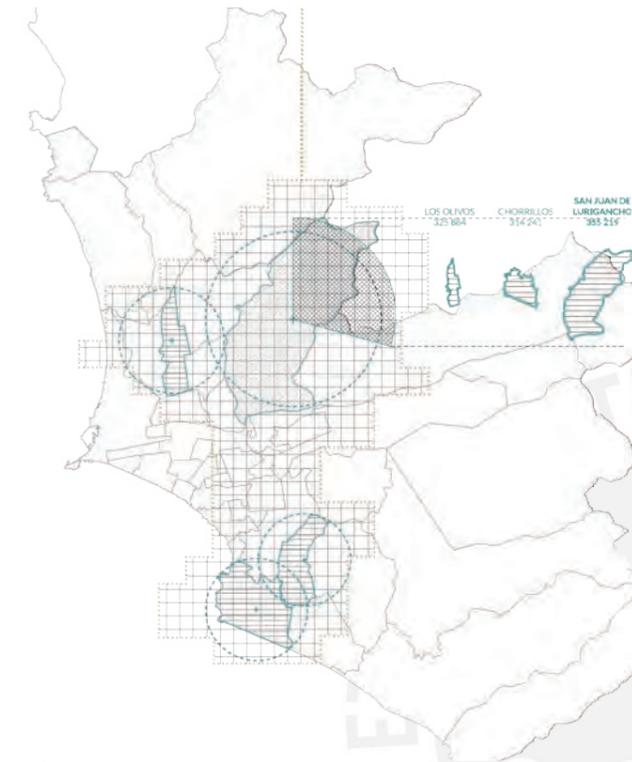
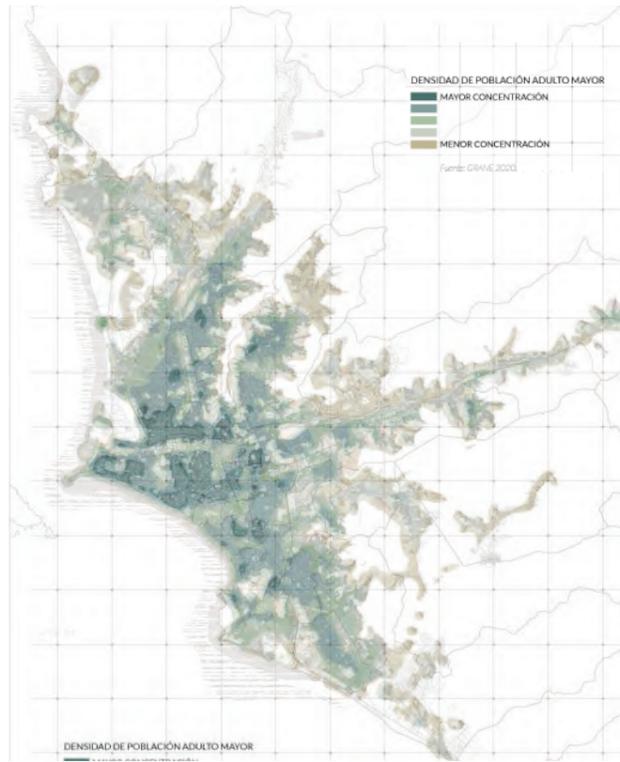
Adultos mayores y el espacio urbano excluyente

En uno de los distritos con mayor población, ubicado en las periferias de Lima, se encuentran San Juan de Lurigancho, rastros y huellas de una construcción propia del envejecimiento activo que ante la carencia de políticas públicas seguras se plantean soluciones alternas para revalorizar el rol activo de adultos mayores, aunque no sean en las mejores condiciones.

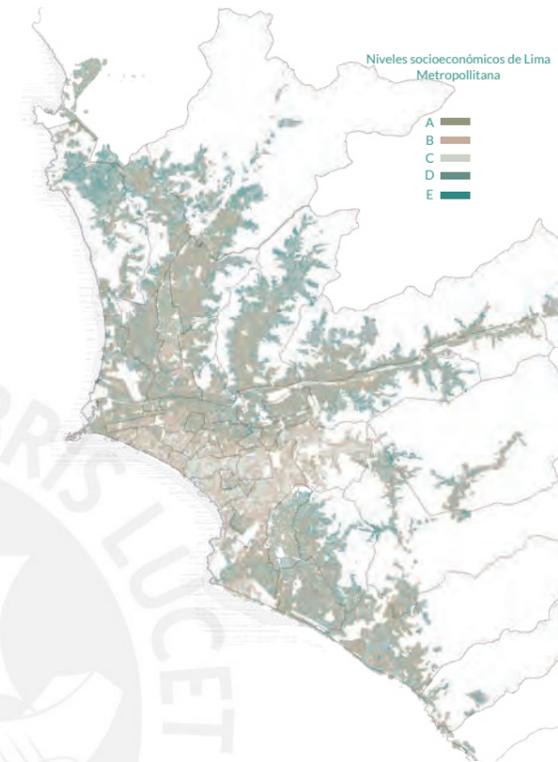
La invisibilización socio-espacial de los adultos mayores como ciudadanos con poder de agencia en beneficio para construir una ciudad con calidad de vida digna es atravesado por fragmen-

tos urbanos, estigmatizaciones sociales que pone en riesgo el envejecimiento saludable y activo en modelos de ciudad donde las políticas urbanas resultan en falsas neutralidades para otorgar espacio digno de habitar pues prevalece la importancia de la producción y consumo acelerado.

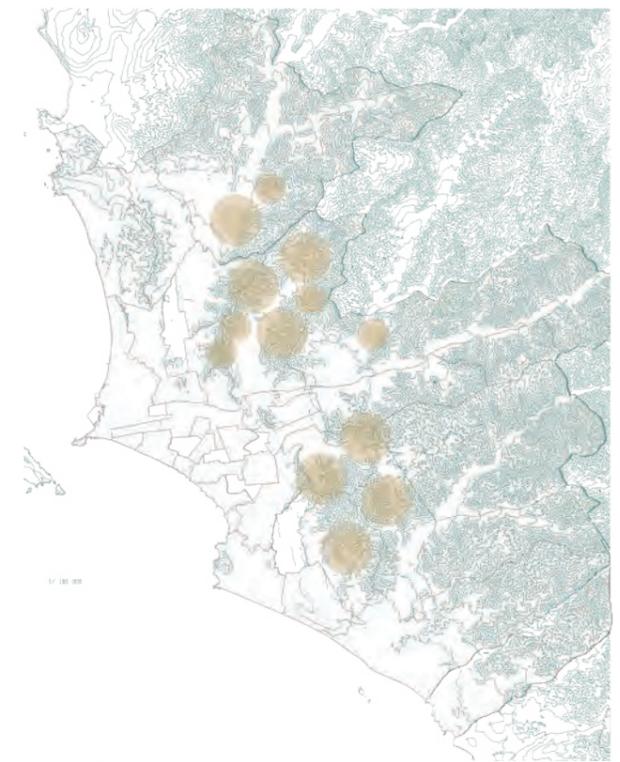
Y, aunque existen indicios de una concietización de 'envejecimiento saludable y activo', solo segrega a dicha población ante una marcada diferencia en la complejidad de perfiles de adultos mayores en relación a estado físico, económico y/o mental.



01. Distribución territorial de población adulta mayor en Lima Metropolitana. Fuente: Censo Estadístico de población en Lima 2017. Elaboración propia



02. Población y niveles socioeconómicos en Lima Metropolitana. Fuente: Ojo Público, 2021



03. Emplazamiento territorial en zonas altas: laderas. Elaboración propia

Dentro de los cambios demográficos que atraviesa la ciudad de Lima, se evalúa la proporción de adultos mayores debido a la esperanza de vida que asciende a 76.9 años y se proyecta que hacia el año 2050, uno de cada seis personas serían adultos mayores¹. Sin embargo, no se trata solo del grado de envejecimiento de la población, sino de las condiciones de vida y la mirada social

para reconocer su participación en la ciudad. Aunque la densidad poblacional dentro de la ciudad de Lima se encuentra en la zona centro, cabe resaltar que existen factores de riesgos que son necesarios identificar puesto que el desarrollo de calidad de vida es afectado. Por lo tanto, se sobreponen capas de análisis como densidad de poblacional adulta mayor, niveles socioeconómicos

y ubicación de viviendas en laderas. Revelando, entre tres distritos principalmente aquella carencia de la ciudad como agente cuidador de su población. Tomando como caso de estudio y propuesta, el distrito de San Juan de Lurigancho debido que, si bien posee uno de los porcentajes más altos de adultos mayores a nivel de Lima Metropolitana, se ve inmerso en un porcen-

1. INEI (2019).

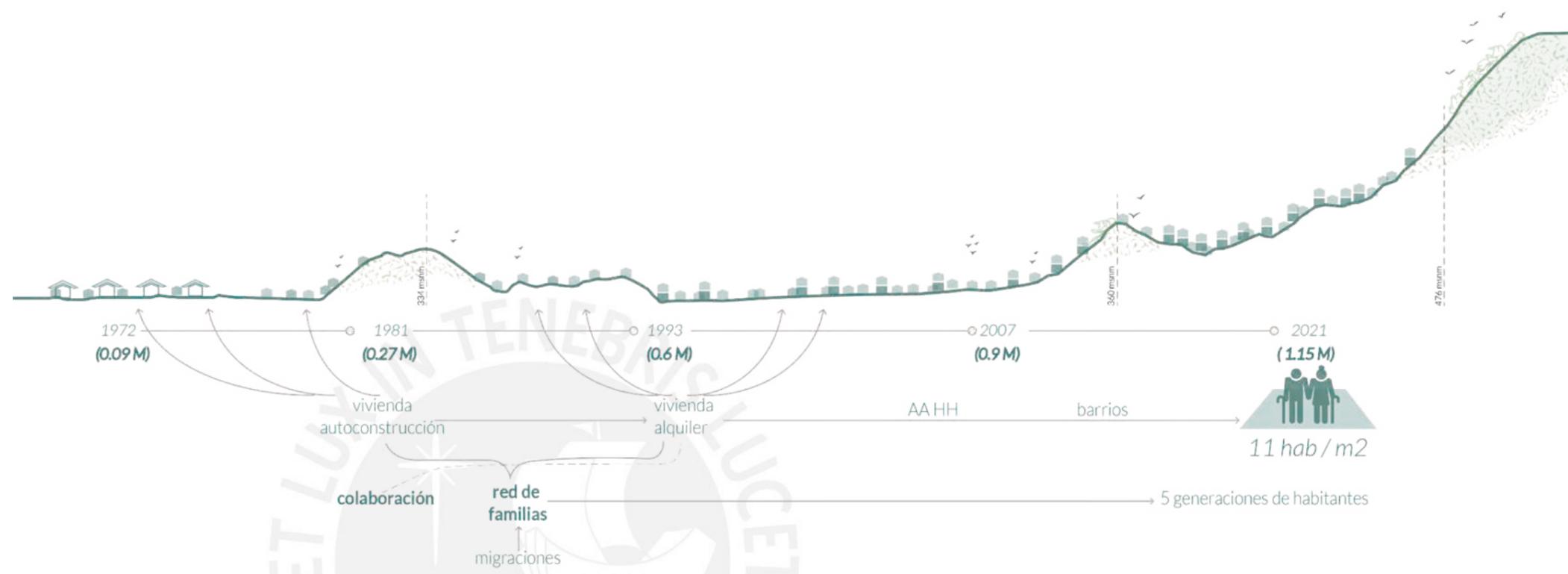


04. Evolución y expansión de Lima desde el territorio.

MODELO URBANO ACELERADO E INDIVIDUALIZACIÓN

De manera que, actualmente, la situación de cuidado desde el barrio y lo institucional hacia adultos mayores en cuestiones de asegurar una calidad de vida digna se torna crítica en San Juan de Lurigancho. Aún cuando, el distrito se desarrolló dentro de un contexto migratorio hacia Lima proveniente de zonas de campo bajo un urbanismo alternativo e informal que conforme

2. Elias (1990). *La sociedad de los individuos*.



05. Proceso de consolidación poblacional en San Juan de Lurigancho. Elaboración propia.

se consolidaban e incrementaba la población se asentaron en las pendientes de los cerros: laderas.

Cuyo acceso, con apoyo esporádico del Estado, se transformó de piso de tierra a escaleras recorriendo distancias largas en suelos empinados. Aun con los riesgos físicos que conlleva dicha solución, se reconoce bases de cuidado presentes en

De manera que, actualmente, la situación de cuidado desde el barrio y lo institucional hacia adultos mayores en cuestiones de asegurar una calidad de vida digna se torna crítica en San Juan de Lurigancho. Aún cuando, el distrito se desarrolló dentro de un contexto migratorio hacia Lima proveniente de zonas de campo bajo un urbanismo alternativo e informal que conforme

se consolidaban e incrementaba la población se asentaron en las pendientes de los cerros: laderas.

Cuyo acceso, con apoyo esporádico del Estado, se transformó de piso de tierra a escaleras recorriendo distancias largas en suelos empinados. Aun con los riesgos físicos que conlleva dicha solución, se reconoce bases de cuidado presentes en

HACIA UNA ALTERNATIVA DE BARRIO DE CUIDADOS COMUNITARIOS

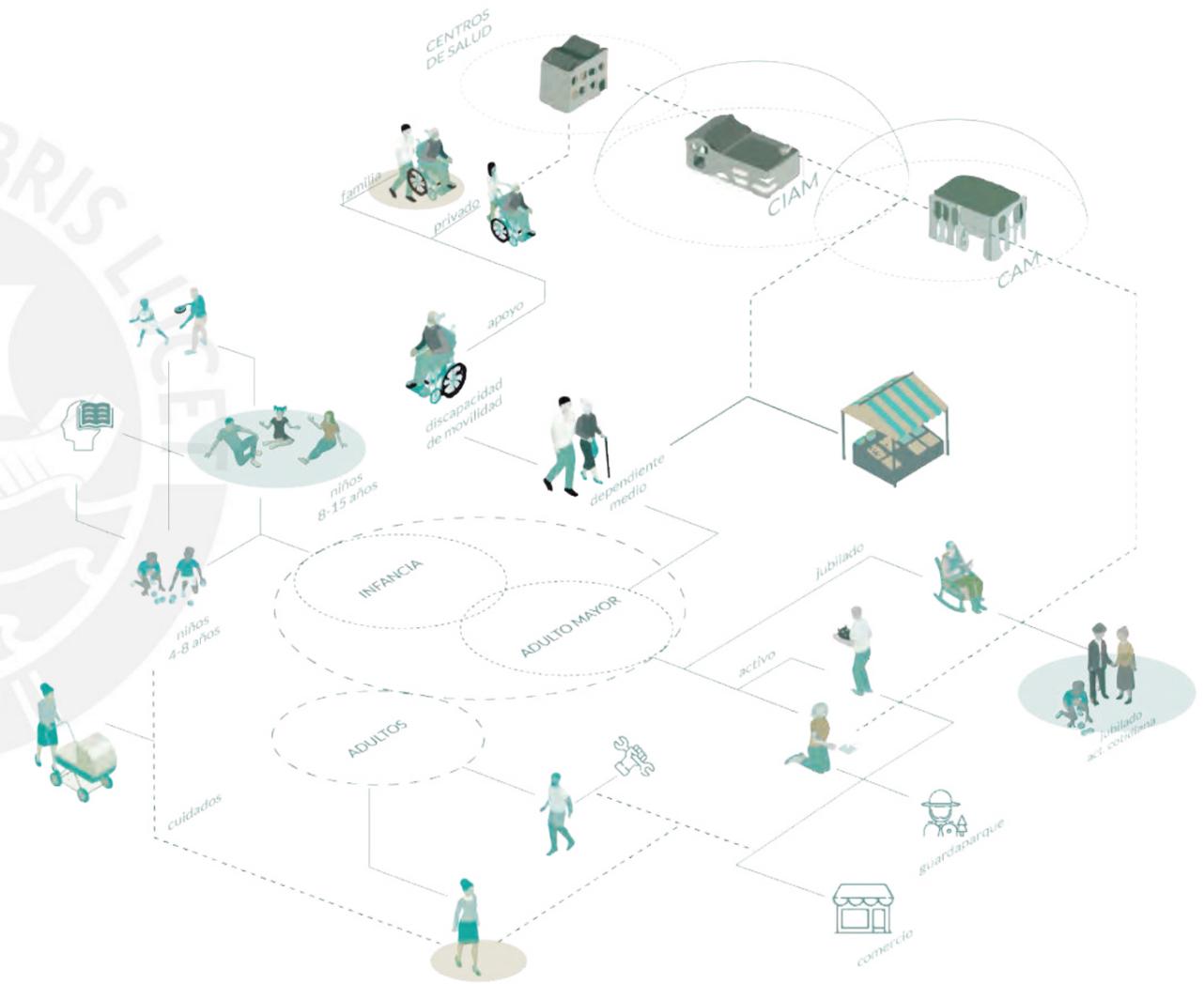
Tal como se ha evidenciado, San Juan de Lurigancho es hoy una ciudad que pierde progresivamente las nociones de desarrollo en calidad de vida digna, razón por la cual resulta necesario poner en cuestión la ausencia de rol cuidador de la ciudad para con su población y así iniciar la búsqueda de nuevos escenarios aplicando un concepto de cuidado interseccional.

Se comprende, desde la sumatoria de problemas sociales, cómo la noción de cuidado como parte de una red interdependiente se ha trastornado hacia espacios institucionales o privados restándole a los barrios la capacidad de ejercer como agente de cuidados que contemple e integre tanto adultos mayores como aquella población que excluye del sujeto genérico al entorno urbano, según la diversidad de experiencias y trayectorias. En medio de dicha exploración, los adultos mayores pueden obtener un rol clave para que a partir de particularidades en el habitar cotidiano sea

valorizado en beneficio para el espacio urbano y otros grupos etareos pues la ciudad es de quienes la habitan, una ciudad intergeneracional.

Bajo dicha perspectiva se impulsa la presente investigación, la cual busca dar respuestas inmediatas a la pregunta referida a qué escenarios de cuidados junto con la comunidad o el barrio es posible construir a partir de sujetos subalterno como adultos mayores con aún capacidad de desarrollo desde lo particular e identitario.

Por todo ello, es necesario repensar y redefinir los barrios, bajo la noción de una ciudad cuidadora, que aborda lo cotidiano e involucra la sostenibilidad de la vida que se teje entre la ciudadanía, surge la necesidad de buscar alternativas comunitarias que reinvidiquen a los adultos mayores como actores activos y partícipes del desarrollo de la ciudad.



06. Sistema de centros de apoyo hacia PAM. Elaboración propia.



Corporeizando la crisis de cuidado en el entorno urbano.

En esta sección , el radio de influencia sobre los sistemas de cuidado actualmente invisibilizados se enfatiza sobre una población que está incluida en ese espectro de la sociedad desvalorizado: las personas adultas mayores. De acuerdo al planteamiento de , la 'vejez' es una construcción social que está establecido por una sumatorio de factores biológicos o psicológicos⁷.

Por lo que desde análisis de las características de estos sujetos frente al imaginario de 'sujetos pasivos' permitirá construir una categoría de análisis que posibilita la problematización de una necesidad de alternativas de reivindicar los cuidados en la ciudad desde la escala humana.

LA HETEROGENEIDAD EN EL ENVEJECIMIENTO

El proceso de envejecimiento implica entenderla como una transición dentro del ciclo vital, acompañado entre pérdidas funcionales, sensoriales influenciadas en el ámbito vivido así como deterioro fisiológico. Quienes van lo transitan a veces se encuentran en la necesidad de reconfiguran sus identidades para adaptarse a los cambios.

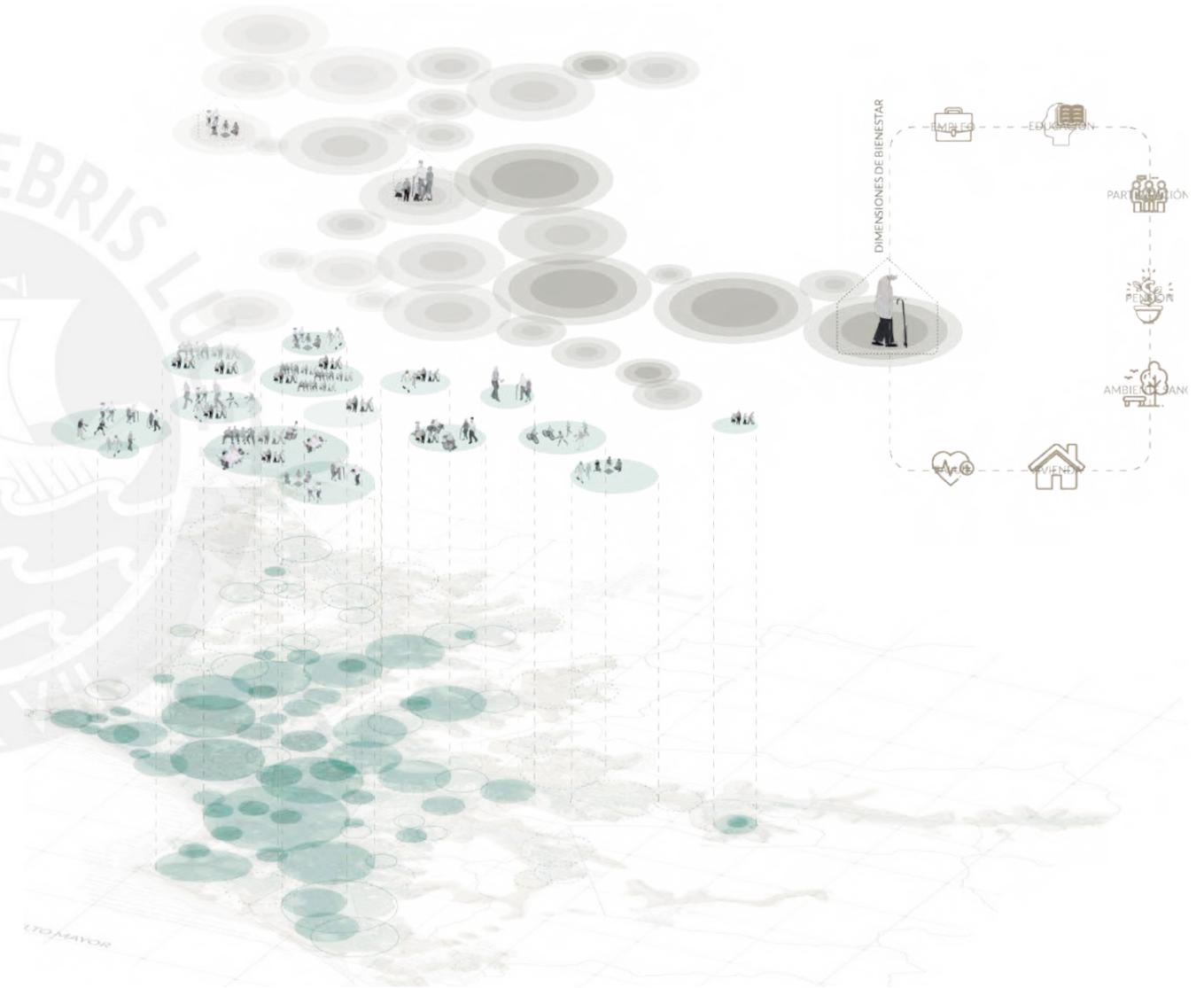
Cabe reconocer, además, lo generalizado que se encuentra la categoría de 'persona mayor' desde la sociedad o políticas del Estado cuando poco tiene que ver las generaciones de 60 años con aquellas de 85 años. Si bien el indicio de heterogeneidad lo marca la edad cronológica o económicas, existen factores biológicos, sociales, culturales, relacionales lo que lleva a concluir que se trata de una persona mayor compleja y heterogénea en distintos modos de habitar.

Si bien son derivadas del proceso de envejecimiento físico, la mayoría de estas son reforzadas, en aspectos negativos, por elementos del entorno urbano que influye en la construc-

ción de autonomía de los adultos mayores. Como se mencionó en el apartado anterior, las ciudades están influenciadas por una dimensión económica-productiva que los atraviesan al confrontarse con la jubilación y la reconfiguración hacia un sujeto pasivo que lo ubica fuera de lo productivo, ergo, del mundo social.

En ámbitos territoriales, aquellas personas que habitan en las periferias de la ciudad llevan la etiqueta de "segregados socio-económicos". De ellos, se reconoce que las dinámicas de producción se hacen más fuertes o presentes debido a la 'economía de supervivencia' que adoptan para mantenerse estables dentro de lo que se ha mencionado ciudad productiva.

De los espacios laborales se encuentran que el 23% se dedica a comercio informal o ambulatorio o negocios independientes. Los efectos negativos como carencia de seguro social se refleja en la etapa del envejecimiento que, relacionado con las dificultades biológicas



07. Sistema de centros de apoyo hacia PAM.
Elaboración propia.

6. SEGOVIA, O & Rico, M (2018) pp.64

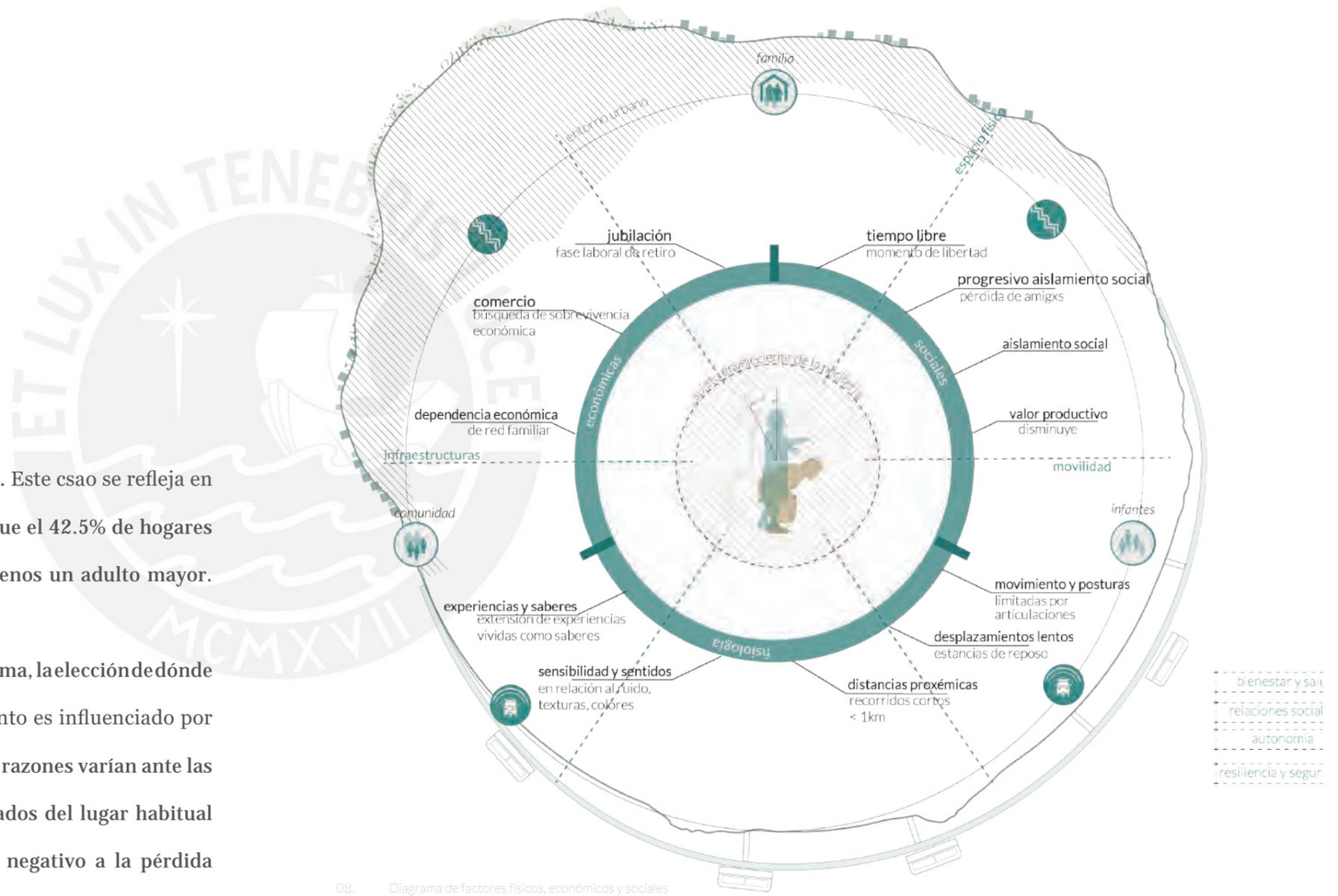
que aparecen, poco permite continuar desarrollando o asegurar una ciudad de vida estable.

La vulnerabilidad que afrontan los adultos mayores está en relación a condiciones económicas, estas no depende únicamente de los mecanismos ofrecidos por sistemas de seguridad social sino del rol de los miembros de familia.

Sin embargo los cambios demográficos están relacionados con las composiciones familiares que se han transformado, las cuales implica una reduc-

ción de tamaño de familia. Este caso se refleja en la ciudad limeña puesto que el 42.5% de hogares está conformado por al menos un adulto mayor.

Dentro de la ciudad como Lima, la elección de dónde sobrellevar el envejecimiento es influenciado por factores afectivos pues las razones varían ante las percepciones de vivir alejados del lugar habitual resultando en un estímulo negativo a la pérdida de sentido de pertenencia y, por ende, identidad.



ENVEJECIMIENTO ACTIVO

El envejecimiento activo es definido por la Organización Mundial de la Salud (2007) como el proceso de optimizar las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen⁷. El modelo que mencionado recoge distintos factores que determinarían el logro de un envejecimiento activo.

Determinante transversal: la cultura

Influenciada por los valores y normas compartidas dentro de la sociedad que se convierten parte del proceso de socialización de, en este caso, ahora adulto mayor.

Determinantes conductuales: Incentivando adoptar un estilo de vida saludable y participación, reforzado por nociones de autocuidado mejorando sobretodo en ámbitos psicológicos y de autoestima.

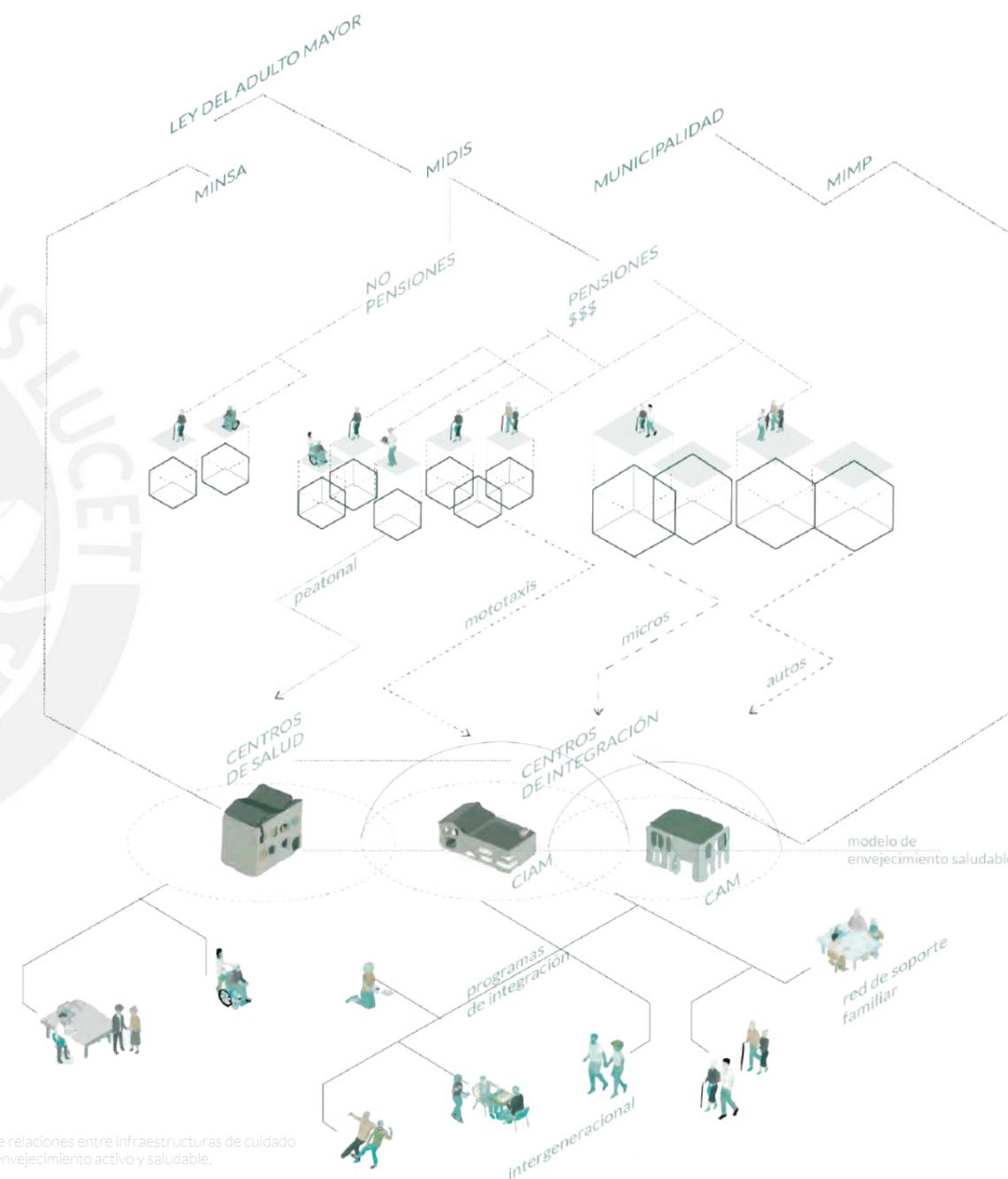
Determinante del espacio físico: En referencia al los niveles aptos de habitabilidad de manera que se impulse entornos accesibles, inclusivos permi-

tiendo autonomía para espacios de desarrollo de las peronas, con énfasis en las personas mayores.

Determinante de apoyo social: La participación constante con la comunidad reduce la exposición a situaciones de conflictos aumentando riesgos de aislamiento.

Determinantes económicos: La OMS señala tres aspectos que , para motivos de la investigación, será factor clave pues menciona los ingresos económicos, el trabajo y la protección.

Todo ello incentiva a un manejo de calida dde vida digna. Sin embargo, el vivir en contexto de vida acelerada resulta, a veces, gupos de adultos mayores pierda o se invisibilice sus capacidades de mantenerse activo pues es el espacio urbano quien no le permite mantenr un desarrolllo seguro. Sobre todo porque en áreas de la ciudad donde los niveles socioeconómicos no permiten obtener herramientas o recursos para asegurar una vejez saludable.



09. Circuito de relaciones entre infraestructuras de cuidado y nociones de envejecimiento activo y saludable.

7. OMS (2007)

ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

Para este apartado, se resaltan dos factores que se vinculan al envejecimiento saludable desde el espacio físico, siendo el entorno ambiental. Dichos planteamientos para resaltar el impacto positivo en cuestiones de bienestar y salud mental tanto para quien envejece como diversos usuarios., aun cuando la OMS plantea dentro de sus entornos amigables y sostenibles como piezas claves para el envejecimiento.

De acuerdo a Sánchez, Adema & Rodríguez (2018) se puede hablar de identidad ambiental dentro de la etapa de envejecimiento donde el sentido de conexión se establece con espacios abiertos naturales. Así mismo, se conoce escasamente dentro de de investigaciones cómo señalan la importancia que se le ha otorgado al **componente natural** en el envejecimiento saludable y sus efectos en la salud.

Señala Martínez (2006) que, envejecer bien es envejecer activamente y esto implica fundamentalmente tres condiciones: envejecer teniendo un rol social,

envejecer con salud y envejecer con seguridad. Así mismo el paisaje natural contribuye de forma terapéutica favoreciendo sobretodo en espacios donde las grandes áreas metropolitanas abunda generando problemas medioambientales. Por ello se acude al enfoque de Gerontología Ambiental¹⁰ para analizar aquellos factores naturales de un paisaje aumentan las estrategias frente a presiones ambientales.

Por lo que, el elemento ambiental como los espacios verdes son importantes debido a la capacidad de crear espacios de calidez ambiental así como beneficio en la calidad de vida de las personas al mantener un índice de contaminación bajo.

Estos entornos naturales permiten incentivar el circuito de 'ecodependencia' correspondiente que se debe prevalecer de cuidados hacia estos entornos naturales como parte de 'espacio que cuida' de la ciudadanía.

La ciudad que cuida nuestro entorno, además, promueve acciones urbanas o ambientales que remarque un sentir comunitario y participativo para crear un sentido de pertenencia e identidad en el lugar. Aunque la oportunidad que brindan estos espacios, el diseño urbano predominante se consideran parques pero que terminan en estado de descuido por la poca relación que generan con ella.

Mientras que, existen contextos urbanos, como en las periferias, que ante la ausencia de municipios en la construcción de espacios públicos, organizan iniciativas para implementar sectores individuales de áreas verdes como jardines, viveros, etc.

La relación de áreas verdes en Lima Metropolitana muestran una carencia de áreas verdes debido a la poca conservación o mantenimiento de la misma. Dicha tendencia está asociada con espacios de la ciudad donde los niveles socio-económicos son bajos.

“Siempre me han gustado los jardines. Cuando era niña vivía rodeada de muchos árboles. Ahora aquí hay mucha pista. Pero intento sembrar mis plantitas afuera de mi casa porque es bonito salir y oler algo que no sea humo de carros”

-Doña Rosa (74 años, San Juan de Lurigancho)



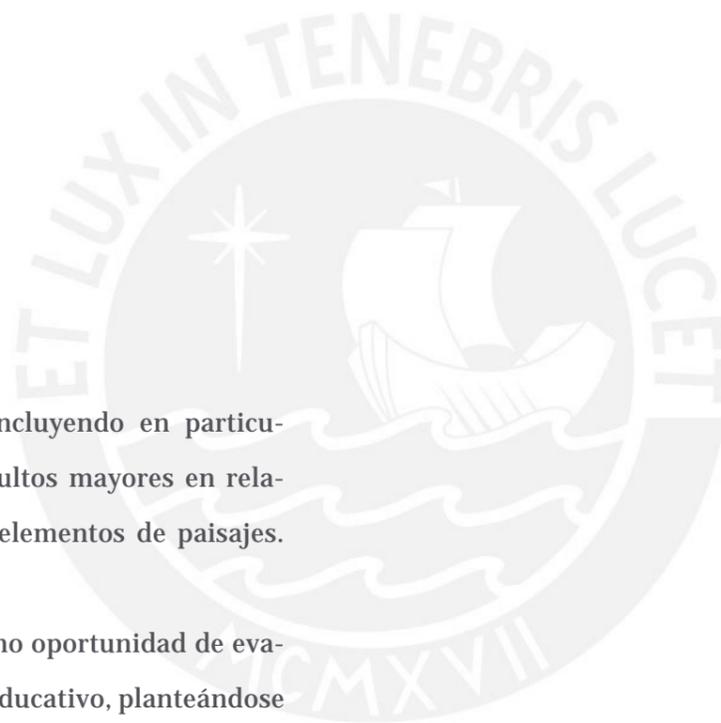
¹⁰ La Gerontología Ambiental se define como el análisis de implicancias socio-espaciales que se establecen entre los entornos físicos y los adultos mayores.

En resumen, tanto las opciones de un envejecimiento saludable y activo no beneficia al grupo que envejece sino a toda la población al permitirle un grado mayor de autonomía, independencia se le permite abrir caminos a generar un gran potencial de desarrollo.

Ante lo expuesto, aproximarse a un nuevo paradigma urbano implica reconocer la diversidad de habitantes que tiene la ciudad, incorporando a la producción social del hábitat todas las realidades urbanas y que a partir de la arquitectura revelan la necesidad de enfatizar el sistema de cuidados en la sociedad actual que involu-

cre tanto la población, incluyendo en particular la presencia de los adultos mayores en relación con la ciudad como elementos de paisajes.

Por lo que se presenta como oportunidad de evaluar un nuevo paradigma educativo, planteándose que este presente desde infantes hasta el resto de la población. Con la finalidad de que pueda plantearse una educación social, requiriendo de políticas urbanas se asuma un enfoque intergeneracional y basado en derechos mas no en necesidades directas de un grupo poblacional específico..



02

análisis





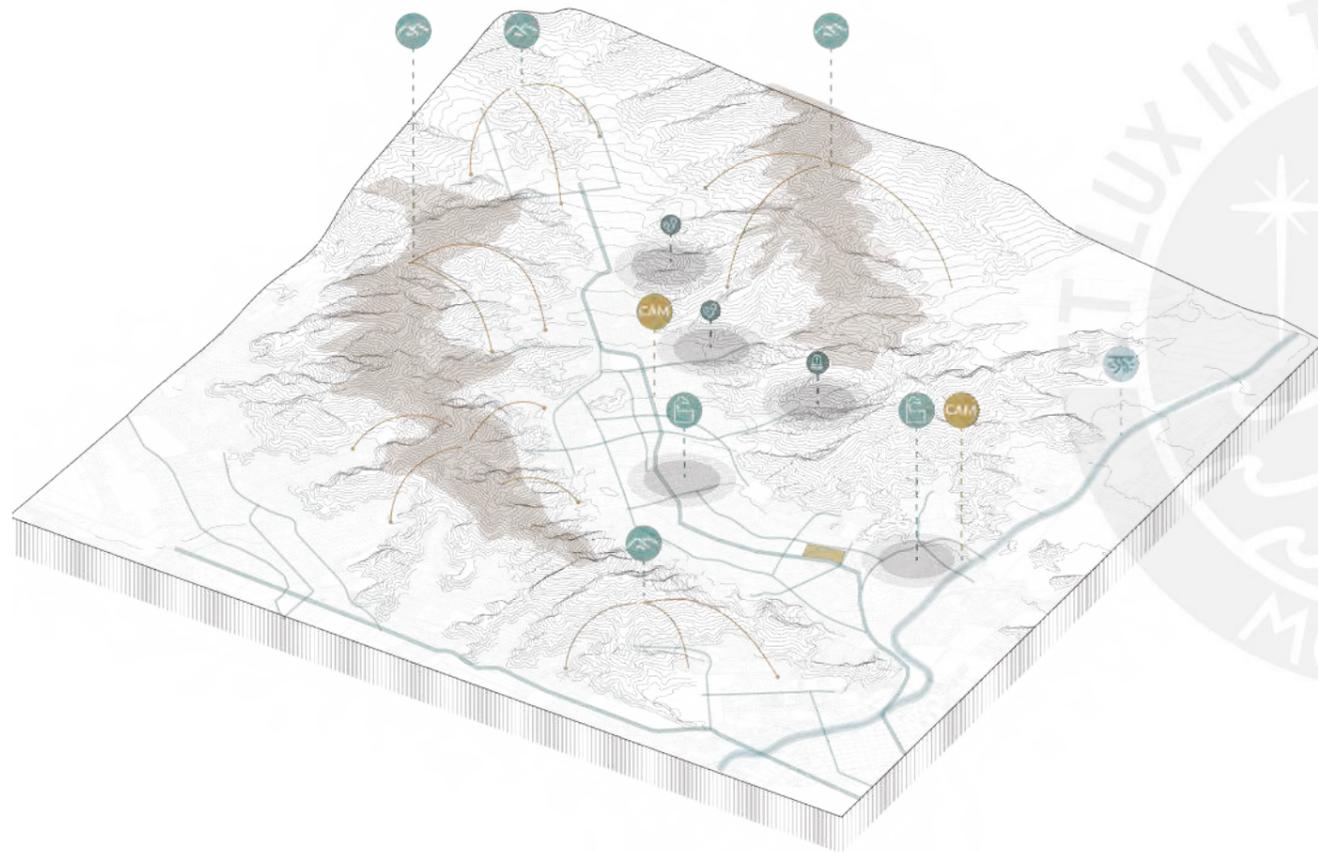
Fragmentos del espacio urbano

San Juan de Lurigancho, alberga a 370 003 de adultos mayores⁵. Pertenece a los distritos de Lima Metropolitana donde reside gran parte de la población adulta mayor, la variedad de espacios urbanos inclusivos para esta etapa de vida se presenta en poca medida, a diferencia de distritos de mayor nivel socioeconómico. Los adultos mayores de San Juan de Lurigancho son personajes ausentes desde las lógicas socioproductivas formales puesto que en ese distrito la dimensión de lo productivo se antepone a los cuidados de la vida puesto que la noción económica de sobrevivencia hace que ocupen lo principal para el desarrollo de la vida.

De acuerdo a las políticas públicas y leyes de apoyo hacia el adulto mayor, se identifica en el distrito la ausencia de infraestructuras de equi-

pamientos de cuidado al ubicar dos Centros de Adulto Mayor (CAM) ubicado en la zona baja del distrito. Desde el aspecto de accesibilidad, si bien existe la conexión metropolitana de Línea de Metro 1, la extensión territorial dispersa del distrito dificulta la proximidad de movilidad, siendo el tiempo urbano lo que refuerce la dificultad de desplazarse. Si bien la consolidación urbana del distrito ha avanzado progresivamente aun se encuentran zonas carentes de atención para el desarrollo urbano.

Con respecto al factor económico productivo laboral vale recalcar que, en este distrito, el 65.3% se dedica a labores desde la informalidad sobretodo con mayor porcentaje en el área de comercio ambulatório.



10. Análisis e Identificación de equipamientos en el distrito San Juan de Lurigancho

El proceso de adaptación de las personas mayores está determinado por las experiencias espaciales que un contexto urbano ofrece para desarrollar un sentido de pertenencia en el lugar. Al respecto de la población que envejece, la carga de relacionarse en los barrios de San Juan de Lurigancho se traduce en un ámbito subjetivo de 'envejecer en el lugar', ello determina su identidad.

Desde la gerontología espacial, explican este término desde los niveles de adaptación que las personas mayores adquieren en espacios para permanecer en el sitio y evitar ser reubicados. Pero, estas decisiones están acompañadas de factores económicos, afectivos. Este estudio se visualiza a partir de la localización del tipo de hogares que habitan los adultos mayores. La actual desadaptación de los adultos mayores se presenta en distintos ámbitos: espacio-temporales, productivos, social⁶.

6. García, M., Sánchez, D., & Román, R. (2019). pp.106

Sin embargo, en las ciudades, las presiones ambientales físicas y sociales se incrementan, limitando las capacidades de adaptación de las personas adultas mayores al condicionar sus actividades de la vida cotidiana y sus relaciones sociales. Asimismo, son los ambientes urbanos que no presentan estrategias para una adaptación del entorno a una población que envejece en situación de vulnerabilidad social agregado de ciertas limitaciones personales.

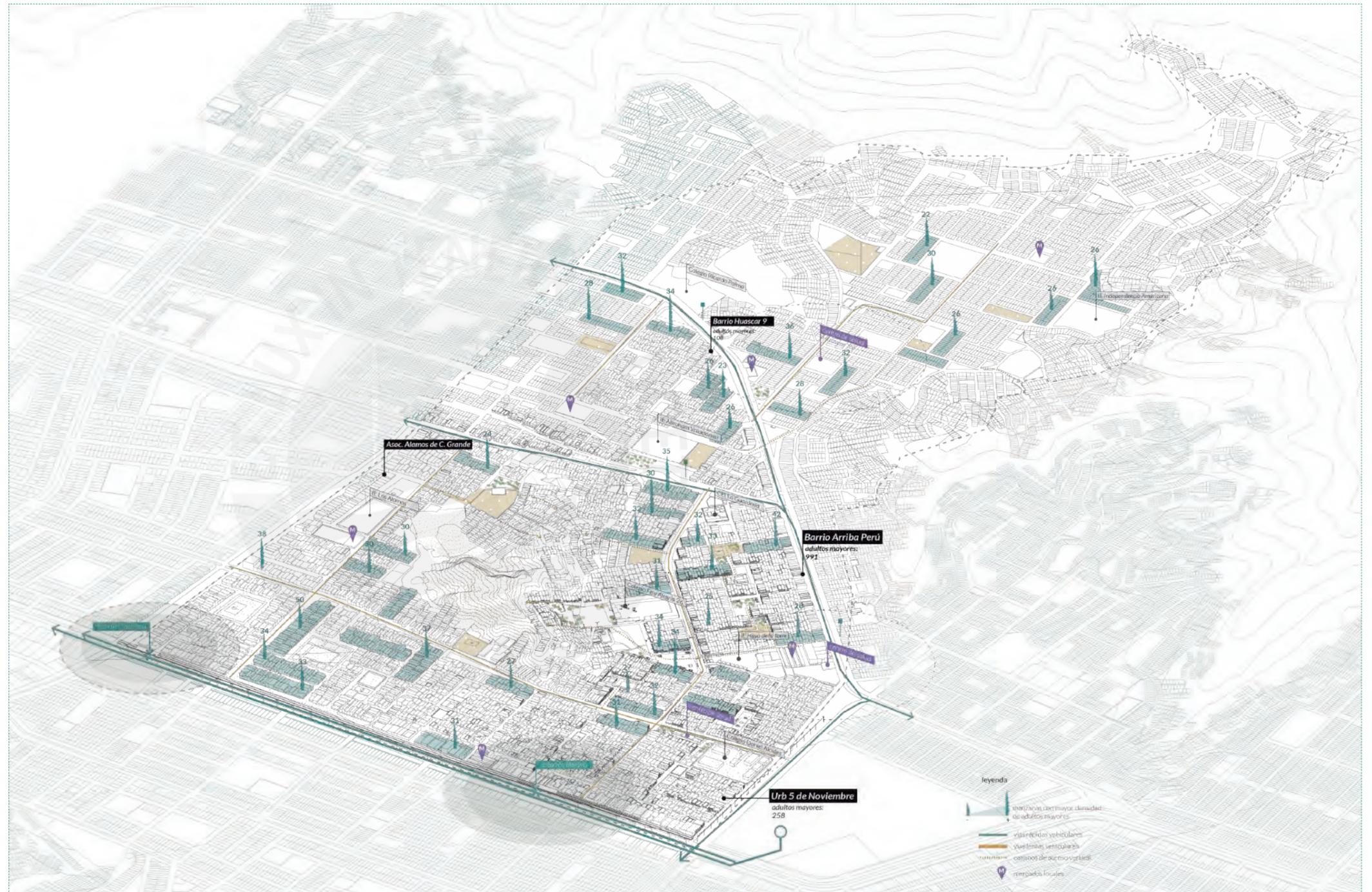
Ante tal situación, la situación se enfatiza en la población que, bajo condiciones económicas, son pobres. Se reconoce que el 7.4% de adultos mayores son pobres⁷. La estrategia que adoptan, aquellos que no forman parte de una red laboral formal, consiste en arreglos familiares informales de protección y soporte llegado a la vejez. Hoy en día, el 50.6% no está inscrito en algún sistema de pensiones, es muy probable que tengan que continuar trabajando para satisfacer sus necesidades básicas¹⁰.

7. INEI (2017)

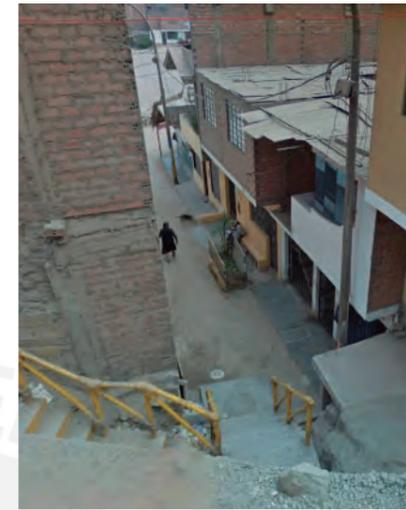
El proceso de adaptación de las personas mayores está determinado por las experiencias espaciales que un contexto urbano ofrece para desarrollar un sentido de pertenencia en el lugar. Al respecto de la población que envejece, la carga de relacionarse en los barrios de San Juan de Lurigancho se traduce en un ámbito subjetivo de ‘envejecer en el lugar’, ello determina su identidad.

Desde la gerontología espacial, explican este término desde los niveles de adaptación que las personas mayores adquieren en espacios para permanecer en el sitio y evitar ser reubicados. Pero, estas decisiones están acompañadas de factores económicos, afectivos. Este estudio se visualiza a partir de la localización del tipo de hogares que habitan los adultos mayores. La actual desadaptación de los adultos mayores se presenta en distintos ámbitos: espacio-temporales, productivos, social⁶.

Sin embargo, en las ciudades, las presiones ambientales físicas y sociales se incrementan, limitando las capacidades de adaptación de las personas adultas mayores al condicionar sus actividades de la vida cotidiana y sus relaciones sociales. Asimismo, son



11. Análisis del sector transversal de San Juan de Lurigancho en densidad de población adulta mayor y equipamientos de cuidado.



[ACCESIBILIDAD]

Autonomía y seguridad en desplazamientos a pie

La situación de los cuidados se relaciona, además de lazos sociales, con el entorno urbano desde su capacidad brindada por la ciudad para que las personas puedan realizar desplazamientos en función a sus dinámicas cotidianas. Estas situaciones son afectadas por secciones de calle angostas, desniveles, ausencia de rampas o carencia de tratamiento a sección de vereda termina dificultando el paso de las personas.

Ello propicia a reforzar un término como 'dependientes' pues las personas al no tener control sobre sus desplazamientos no reforzaría las nociones de 'autocuidado'. Con ello, la apropiación de la ciudad por parte de la población variante al 'sujeto único' supone una deconstrucción de lo autovalente. Dado que el envejecimiento comporta una serie de cam-

bios en el desplazamiento, por lo que se condiciona a ciertas particularidades físicas: la estabilidad, la lentitud y altura de pisadas. Observando que los puntos de contacto con la superficie son mayores y constantes; se requiere áreas de mayor fricción, así como mayor regularidad en la misma.

A partir de una serie de texturas identificadas como una variable importante que involucra al adulto mayor. Ello reconoce que el 42.5% de pavimentos no están consolidados por lo que representa un ámbito vulnerable para esta población. En relación con la estimulación de la autonomía en el habitar de la ciudad por parte de la población como una necesidad de avanzar hacia nuevas formas de cuidado dadas por la ciudad.

[PROXIMIDAD]

Distancias y estancias

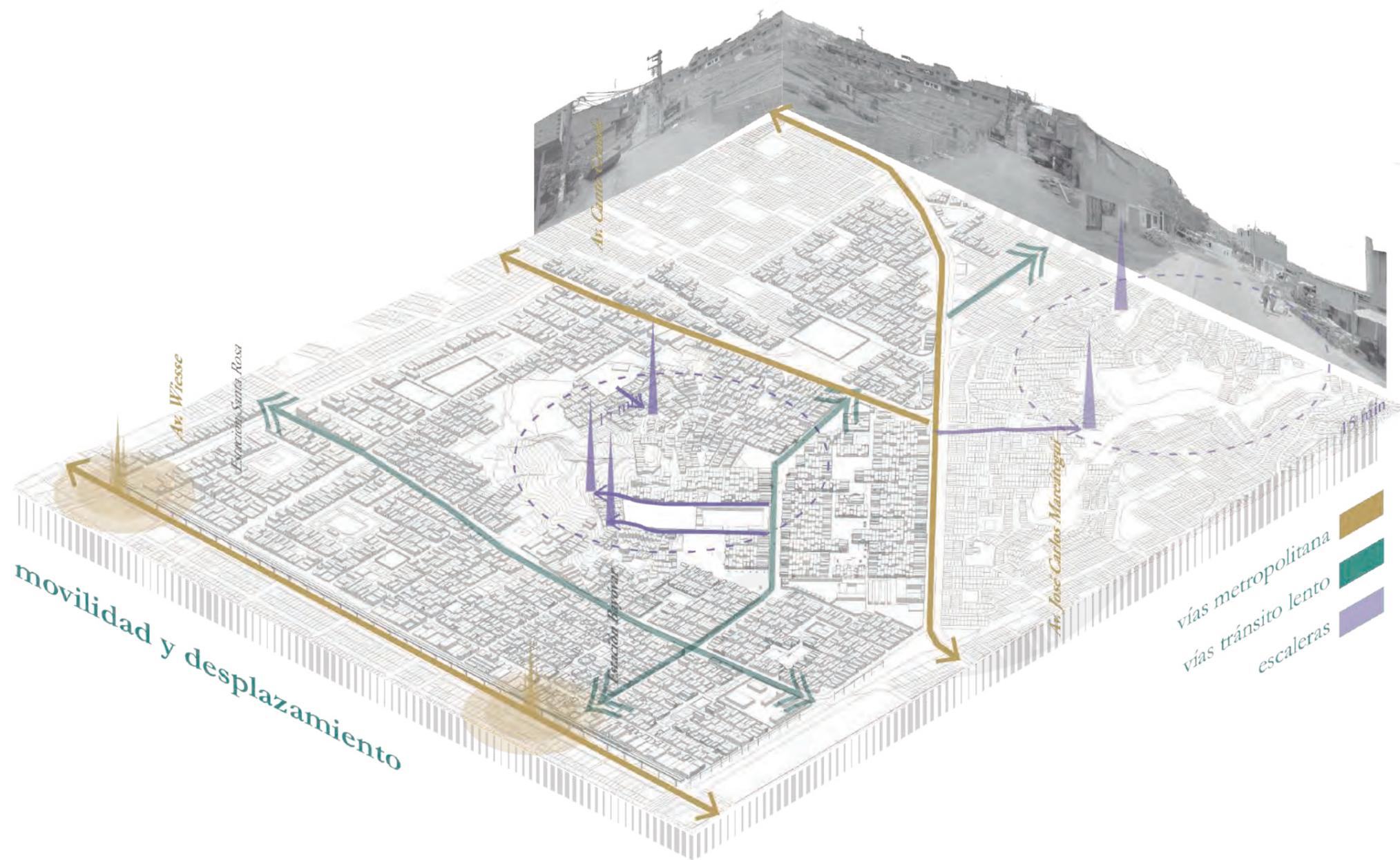
El acceso a diversos espacios en la ciudad se ven obstaculizados por las conexiones en el espacio y sus distancias dentro de un modelo urbano como en Lima, siendo las zonas periféricas aquellas que resalta la distancia en el desplazamiento extenso requiriendo de transportes. Así como sucede en cuestiones de expansión urbana sin adecuada planificación, las implicancias de movilidad dejaría de corresponder a las necesidades de cuidados.

Por ejemplo, en Lima, más de dos tercios de los hogares que residen en viviendas están construidas a partir de la informalidad⁶ Sin embargo, no se considera prioridad abordar el factor de transporte en relación al desarrollo de ciudad cuidadora sino lo que implica las distancias recorridas, desde

un personaje que muestra este aspecto como parte importante de la problemática: adultos mayores.

En ese sentido, cuando incrementa la preocupación por reforzar las relaciones sociales, se involucra a los espacios públicos. Pero la polarización entre espacios generada por las distancias refuerza en la segregación de actividades entre lo doméstico- familiar y lo público-comunidad.

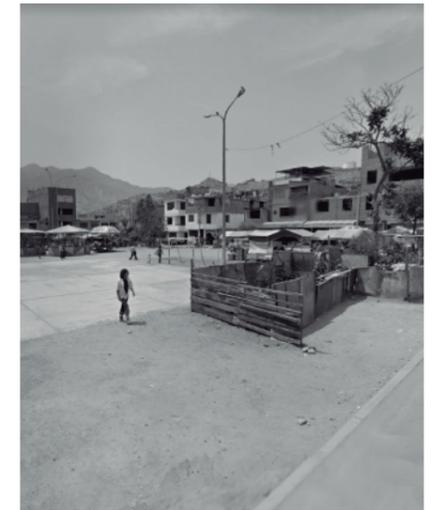
Por ello, desde la estructura urbana no se ha concebido como espacio donde se percibe situaciones de cuidado llevando que la ciudad, como soporte físico, presente dificultades que se experimentan en el espacio urbano.



Al reconocer la noción de tiempo relacionado al desplazamiento como el de 'ciudad del cuidado o amigable' menciona dichos recorridos a realizarse en un radio de 200 metros o un equivalente 15 minutos. También se hace necesario comprender que, en caso como de madres con niños o los adultos mayores, requieren de estancias dentro de su recorrido para descansar o que se se generen espacios de encuentro.

Es así que, al reconocer que las distancias cortas es una variable importante en el desarrollo de la autonomía en el espacio urbano, entenderemos que la proximidad entre equipamientos de cuidado y sin barreras arquitectónicas proveerá de un control en el desplazamiento autónomo en las vivencias cotidianas de los adultos mayores.

12. Relaciones de movilidad vehicular y desplazamiento desde laderas hacia la zona plana.



[ESPACIO PÚBLICO]

Entre elementos antrópicos y no antrópicos

El sentido de reunirse y conversar recae en los espacios de encuentro que se han desarrollado en un distrito como San Juan de Lurigancho, siendo así las canchas deportivas como espacios predominante de encuentro. Con apoyo del Estado se han logrado consolidar un estado eficiente de canchas deportivas.

Sin embargo, el tratamiento de áreas verdes aún sopesa en dichas áreas, más allá de no contar con el área verde promedio, el cual actualmente bordes el 1.44 m²/hab. Resulta preocupante por la calidad ambiental ofrecida pues de acuerdo a IQair la concentración de PM_{2.5} en el aire de

San Juan de Lurigancho es actualmente 3 veces mayor que el valor anual de las directrices de calidad del aire de la OMS. Implicando un riesgo para la población y es que de acuerdo al Análisis de Situación de Salud del distrito realizado en el 2019, se encuentra como primeras causas de morbilidad enfermedades de vías respiratorias y aquellas que demandan gran parte de la atención en los establecimientos de salud.

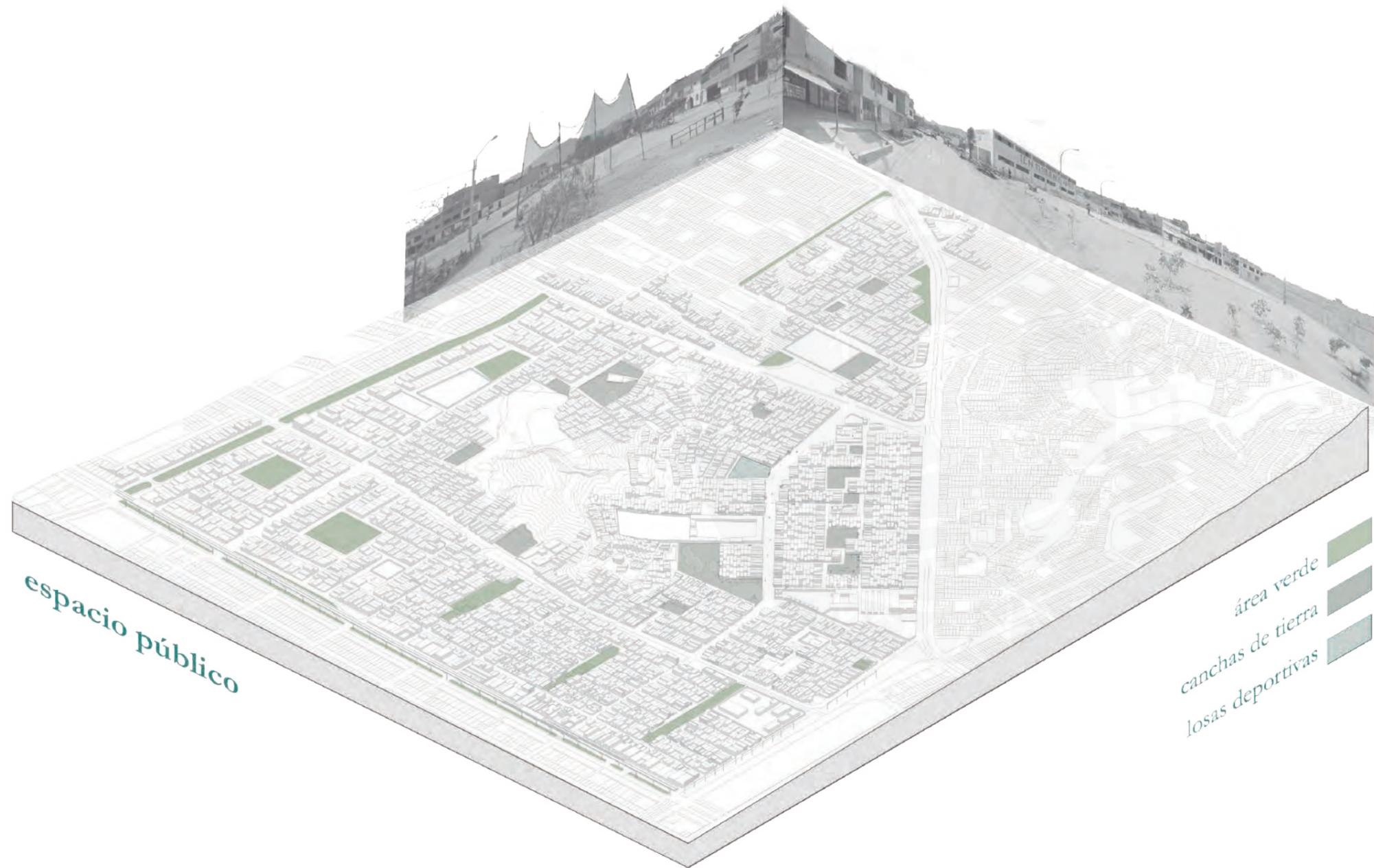
Si bien un espacio de encuentro óptimo son las canchas deportivas, ellos se activan esporádicamente bajo actividades realizadas por adultos como fútbol.

En consecuencia, la habitabilidad de adultos mayores o niños con madres se ve afectada encontrando en canchas de tierra un espacio donde los niños se adaptan aunque se mantiene el riesgo constante y por el lado de adultos mayores, optan por construir sus propios estados de confort usando elementos de su cotidianidad como sillas.

A largo plazo, se ha visto cómo estos espacios terminan por carecer de actividades que contemplen a una mayor diversidad. Por otro lado, como parte de apropiación y encontrar soluciones fomentadas desde la

comunidad aparecen pequeños espacios verdes que son impulsados por las viviendas colindantes ante falta de atmósferas verdes. La construcción de un paisaje barrial alternante viene impulsada por la comunidad y quienes tengan experiencias o saberes sobre el tema de vegetación. Se hace mención de ello por la selección de vegetación de acuerdo al suelo árido en dichas zonas.

Por lo que se tomará como potencial las transformaciones de atmósferas verdes por los saberes de la comunidad. Así como la oportunidad encontrada desde el espacio físico de las canchas deportivas subutilizadas.




cuidados de
la urbe


55%
espacio público
degradado o
subutilizado


1.44 m²
área verde
m²/hab

13. Reconocimiento de calidad ambiental en áreas verde frente al barrio aún en proceso de consolidación.



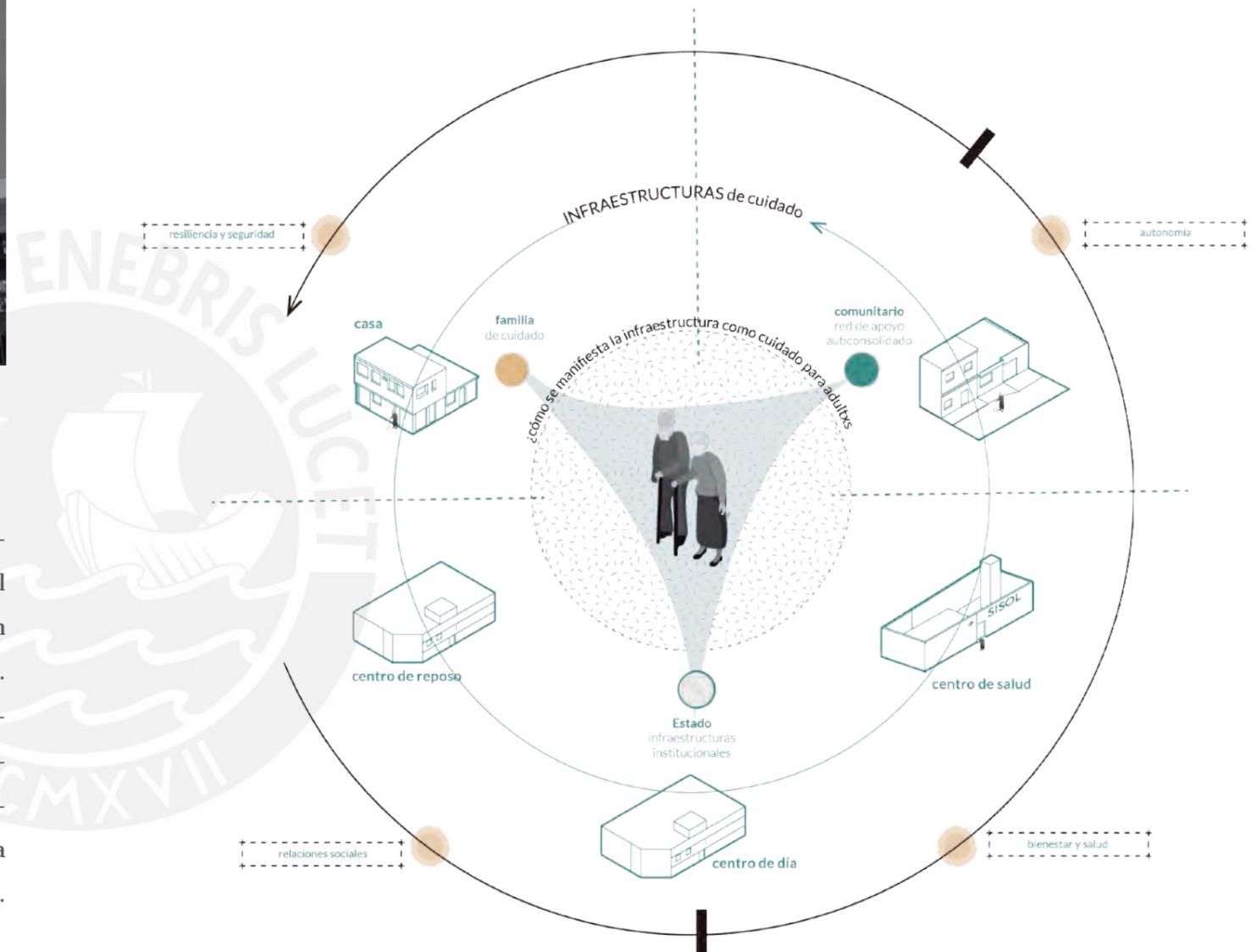
[INFRAESTRUCTURA DE CUIDADO]
De lo institucional y privado hacia la vivienda

Las infraestructuras de cuidado enfatizan la importancia de los servicios en términos de igualdad y provisión de bienestar a la población. En lo construido aborda desde la vivienda hasta equipamientos institucionales, que forman parte de un sistema de bienestar en las esferas de la vida cotidiana.

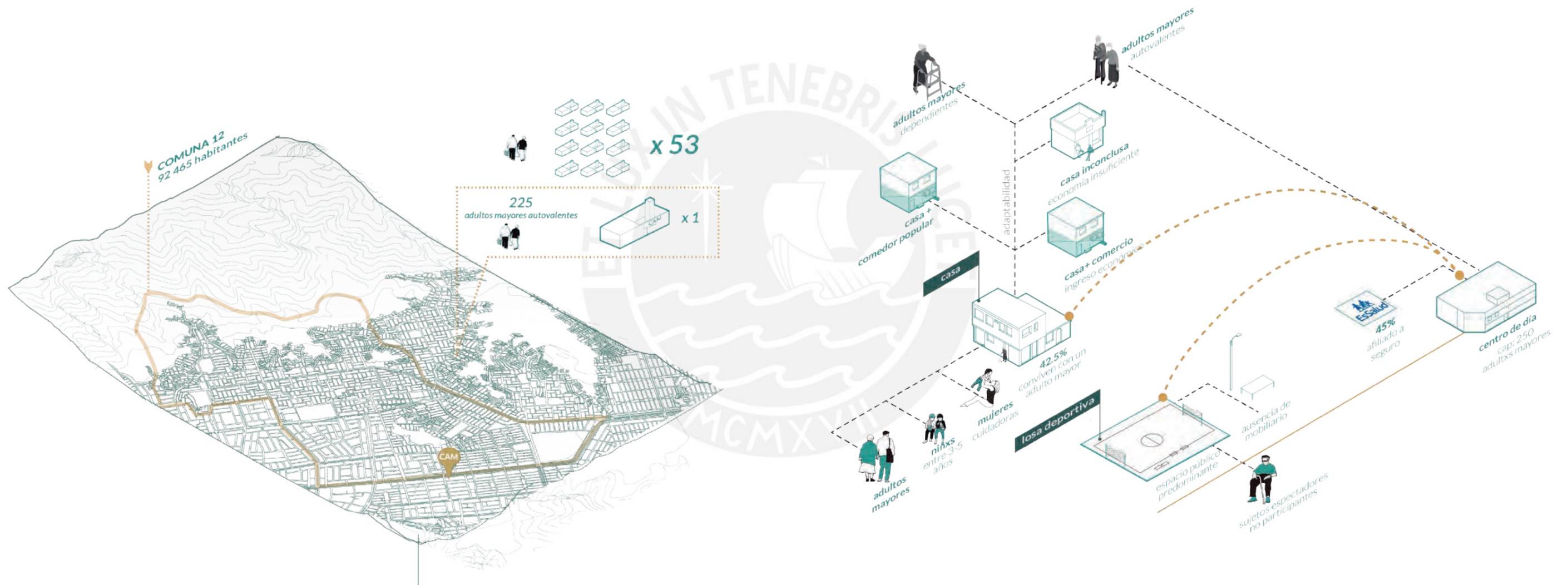
La infraestructura presente en el distrito ofrecido hacia adultos mayores es el Centro de Adulto Mayor (CAM) que bajo registro de seguro de salud pública se permite la participación en actividades recreativas y de ocio. Sin embargo, solo existen dos en una extensión de 131.25 Km², resultando insostenible por el déficit de atención. Los equipamientos de cuidado ya sean guar-

derías o centros de día, diurnos, se gestionan desde una perspectiva generacional donde dichos espacios recreativos podrían subvertirse hacia los espacios públicos. Se hace mención a esto pues dentro de las políticas actuales en búsqueda del bienestar de aquella población vulnerable, se implementan construcciones con bordes de muros excluyendo la participación o acompañamiento de la comunidad.

Ciertamente la organización de los equipamientos de cuidado entre institucionales y privados ha permitido reconocer la deficiencia en cuestiones de trabajo en el espacio público no como catalizador de cuidados o convivencias. .



14. Infraestructuras de cuidado brindados adultos mayores en su complejidad de perfiles.



[VIVIENDAS COMO BASE DE CUIDADOS]

Espacios intermedios y límites

El correlato territorial intermedio, que se considera los barrios, como espacio de conexiones sociales próximas y de lo común o compartido: espacio de encuentro cotidiano. Las configuraciones espaciales flexibles de espacios de cuidado encontrados en el Barrio de Arriba Perú se replica en otros distritos de Lima Metropolitana debido a una necesidad económica encuentran soluciones al adaptar y redefinir los umbrales de viviendas con actividades para diversos usuarios sin una solución única. Resulta importante resaltar que se considerará a espacios intermedios como aquellos espacios de encuentro entre lo construido (vivienda, equipamientos, etc) y la calle que permita conectarse y convertirse en espacio experimentales que enriquezcan las dinámicas del entorno. Dentro de la estructura urbana, a nivel de barrio, la presencia de espacios intermedios como contenedores de vida social y comunitaria favorece en el sentido de pertenencia de los habitantes de la zona. Bajo esta consideración, se visibilizan relaciones de

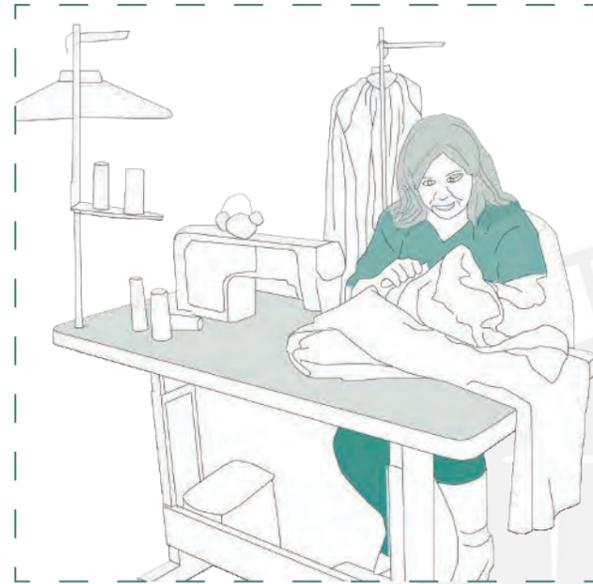
interdependencia entre la ciudadanía al servir de apoyo en el cuidado de miembros de la comunidad.

La experiencia espacial de la ciudad radica en los ritmos acelerados de vivencia que termina repercutiendo en la construcción social en los espacios urbanos actuales, fragmentando en la dicotomía público y privado. Dentro de la división mencionada, las dimensiones de cuidado y de la reproducción social se encuentran invisibilizados en la esfera privada, relegadas a los hogares. Esta negación lleva las relaciones de interdependencia a espacios intramuros.

La implicancia de los umbrales segregadores es que convierten el medio en un espacio más hostil por la poca vinculación con el entorno, congregando el forjar lazos dentro de un ámbito privado como las viviendas o distintos centros relacionados a los cuidados



HUELLAS DE AUTOCUIDADO



[LO PRODUCTIVO]

Invisibilización de economía reproductiva

Para los adultos mayores, por su parte, la participación en la vida del barrio en los eventuales centros de asociación favorece la posibilidad de reunirse y de hablar. A través de diferentes interacciones, las redes de apoyo cobran un valor significativo en la calidad de vida de las personas mayores en la medida que continúan brindando oportunidades para la participación activa en tareas que constituyen elementos de seguridad, protección y bienestar personal.

Por lo que, refuerza que los adultos mayores no solo sean receptores de ayuda sino proveedores

de apoyos basados en la experiencia. Por ello, donde el espacio público carece de una adecuada oferta de socialización, la convivencia está limitada y los espacios son menos compartidos.

El enfoque de envejecimiento productivo hace referencia al conjunto de beneficios colectivos conseguidos a partir de acciones individuales que apuntan a la contribución social de las personas mayores y a la satisfacción de necesidades sociales relevantes. Por lo tanto, contribuir es la esencia de este

enfoque y la clave para comprender el concepto de productividad desde este paradigma. Así pues, las dimensiones del envejecimiento productivo, pudiendo especificar cuatro grupos de trabajos: doméstico, voluntario, remunerado y educativas-culturales⁶.

Este enfoque no es aplicable necesariamente a todas las experiencias de envejecimiento porque es un proceso dinámico y no pretende promover la actividad de este grupo solo por mantenerlas activas durante el proceso de envejecimiento, pues se

reconoce a un 65% de adultos mayores que no reciben pensiones, cuyas consecuencias es no obtener una calidad de vida digna que pueda ser solventada.

Demostrando desde el barrio, distintos actores pertenecientes a adultos mayores cuya necesidad económica y conservando su autonomía, los lleva a encontrar alternativas económicas desde lo independiente como ambulatorios o negocios propios desde viviendas.

6. MIRALLES, Ivana (2010) pp.4

“Convertir las ciudades en lugares más adecuados para la gente mayor es necesario para fomentar el bienestar, la productividad y para mantener la prosperidad de las ciudades”¹¹



11. Organización Mundial de la Salud (2015)

15. Fragmentos del espacio físico en la ciudad



Transformaciones y reflexiones

Las personas mayores están corporizando esta crisis de cuidados y expresan una preocupación sobre sus cuidados presentes y futuros, esta preocupación es una de las principales motivaciones para proyectar sobre el entorno próximo que forma identidad: el barrio.

Como parte del proceso proyectual es importante recopilar y exponer los distintos recursos gráficos en tanto textos como imágenes que constituyeron parte de la reflexión y final-

mente a trazos proyectuales de la propuesta de red de cuidados comunitarios desde una escala barrial. La secuencia de imágenes consolida la apuesta del proyecto devolviéndole la capacidad de hacer ciudad aquella población actual vulnerable pero con capacidades de agenciar desde dimensiones no productivas sino de cuidado y comunidad. Presentando una gran oportunidad, a su vez, para rehabilitar el suelo urbano en beneficio de los actuales adultos mayores así como de los actuales jóvenes quienes llegaán a dicha etapa pero con mejores condicones de calidad de vida digna.

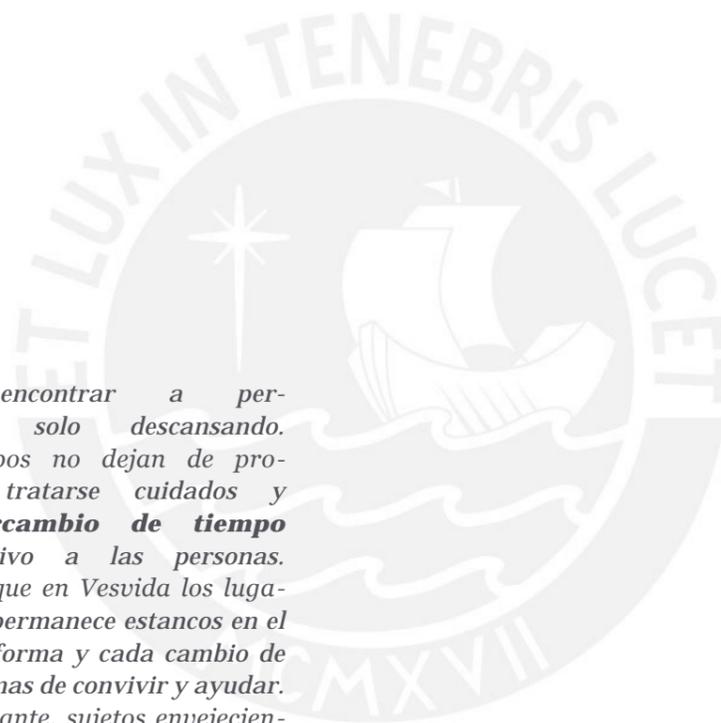
Vesvida

ciudades e intercambios 6.

Ciudades invisibles-Italo Calvino

Uno asegura que la primera vez visitada Vesvida, se aturden por las bocinas de autos y una desinfonía de bocinas que reflejan desesperación, una **ciudad desbordante donde los límites habitables se difuminan** en el horizonte. No es cuando se observa cómo corre **el hilo invisible**, no tenso que enlaza las manos de quienes habitan Vesvida, donde los abuelos acompañados de nietos que caminan a un ritmo pausado alejándose de la estación de la periferia. Las charlas prolongadas de unos abuelos que extienden telas hacia hilos tensados compartidos con quien habita al frente, cuyo movimiento, a lo lejos, revolotean como banderolas coloridas. Y a su vez, niños que conversan con perros esperando hacerlos reír. Los sonidos de varios tenedores apilándose junto a platos salta el momento de otra reunión donde los umbrales son habitados por muebles que invita a pasar, unirte. Se dice que esta **ciudad se mantiene vivo por la construcción de relaciones** que, no mayor a 15 minutos caminantes, las pausas de ellas son recibidas por umbrales de sábanas suspendidas y pedazos de herbáceas que se apoderan de las calles.

Parecería pecado encontrar a personas riendo, tan solo descansando. Sin embargo, los cuerpos no dejan de producir, sobretodo al tratarse cuidados y vida, donde el **intercambio de tiempo** permite mantener activo a las personas. Es más feliz todavía porque en Vesvida los lugares de la vida común no permanece estancos en el tiempo sino que se transforma y cada cambio de ella comporta nuevas formas de convivir y ayudar. Donde los primeros habitante, sujetos envejecientes, no son dueños de lo construido sino vigilantes, reconociendo que nada es de nadie y todo, de todos. Al finalizar el día, cuando es hora de retornar te habrás dado cuenta que esta **ultima estación no resulta sino ser el génesis** y el inicio de un nuevo ciclo vital, al cual retornar parece fundirse en el olvido por los polvos, los olores desprendidos de una fábrica y las caminadas aceleradas de la gente con cabezas agachadas huyendo a un cruce de miradas. Al regresar no ves la manera cómo sobrevive esta ciudad y es que ella se encuentra en rincones de la ciudad formadas por extractos de ella impregnada en la memoria de quien la visitó.



Estrategias y componentes

La red de cuidados comunitarios propuesto se rige por tres estrategias en elementos del espacio urbano potenciales: borde de ladera, espacio público y la calle, siendo espacios que tanto adulto mayor como toda la población del barrio Arriba Perú se relacionan en cuestión de un recorrido cotidiano atravesando por distintos factores de riesgo. Dichas acciones urbanas buscan ser replicables a medida que se encuentren situaciones y espacios disponibles para impulsar dichos cambios.

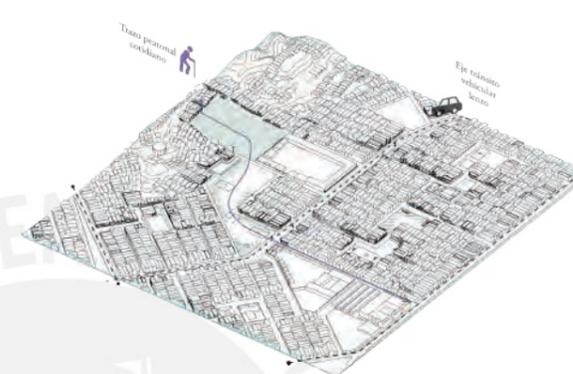
Hacia *el borde de ladera* se plantea la **rehabilitación** de caminos inaccesibles bajo la implementación de recorridos seguros y una secuencia de estancias, junto a estimulaciones ambientales, suceda de gradientes pasivos hacia activos en un encuentro intergeneracional.

Para la *escalabarrío* se propone la **reconfiguración** de aquellos espacios públicos subutilizados mediante escenarios recreativos de carácter gerontológico.

Finalmente, desde *la calle* se busca la **activación** de umbrales de viviendas adaptadas desde su extensión hacia la calle fomentados por espacios de aprendizaje experimental.



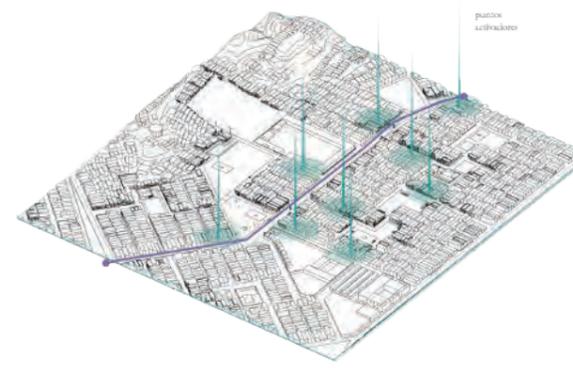
replicar



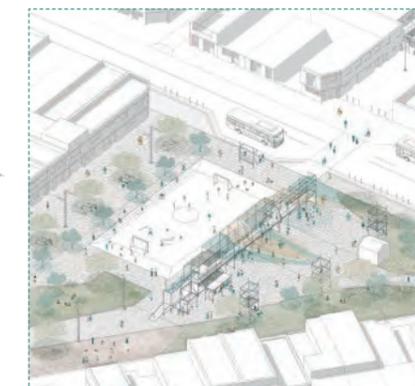
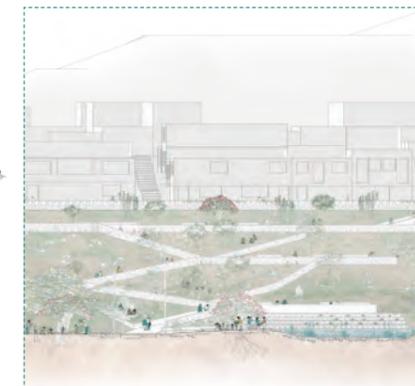
rehabilitar



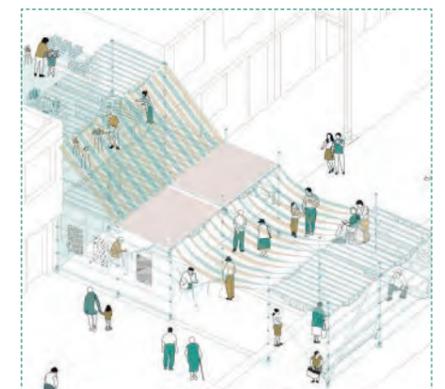
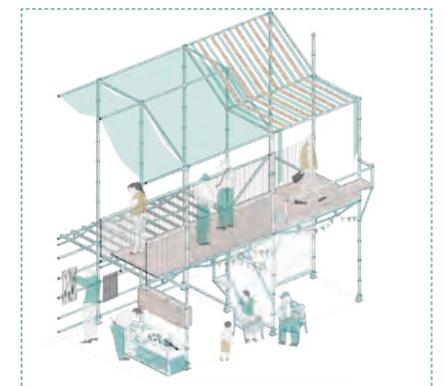
reconfigurar



activar



espacio urbano



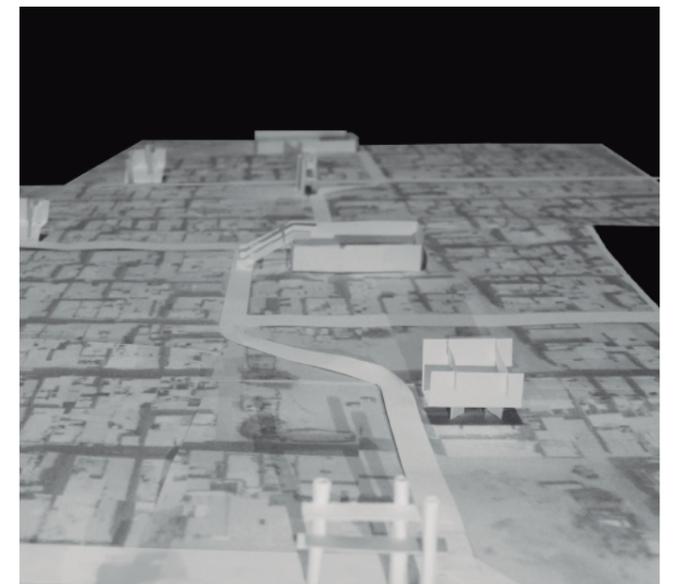
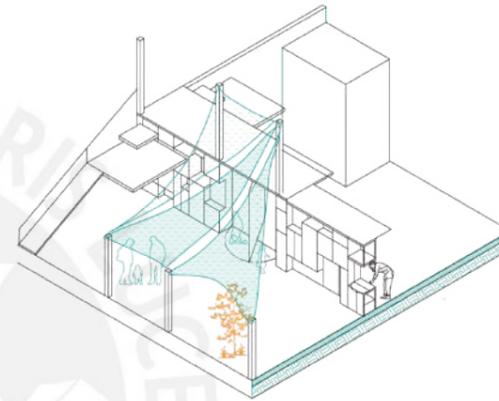
dispositivos

Exploraciones sensoriales

A manera de explorar las soluciones proyectuales desde distintas escalas se recurrió a ejercicios sensoriales y subjetivos impulsados por recursos entre maquetas de papel, materialidad y collages para reconocer desde distintas particularidades relacionadas al sujeto subalterno como adulto mayor y el desarrollo sensorial agudo, redefiniendo dicha visión de sensibilidad aguda para realizar alternativas constructivas así como urbanas en beneficio de su bienestar, seguridad.



programa: participar + reunir + activar



Escenarios de transición

En sinergia de la gerontología ambiental, el envejecimiento saludable y habitabilidad de la población se presenta el proyecto a partir de escenarios encontrados dentro de recorridos cotidianos realizados tanto por adultos mayores como el resto de la población. Entendiendo el mayor riesgo de inseguridad la accesibilidad desde una ladera con cota de 20 metros de altura.

Los escenarios de cuidado se presentan a manera de transiciones de actividades pasivas hacia activas, proveyendo en distintos momentos las relaciones sociales.

Cada escenario presenta sub-escenarios donde las actividades realizadas por infantes y otros agentes se congregan simultáneamente. En ese sentido, tanto los espacios responden en beneficio del bienestar mental, físico y mental como bienestar de autonomía debido a la existencia de roles propuestos por cada escenarios impulsados por perfiles de adultos mayores encontrados en el barrio, impulsando así su habitabilidad y calidad de vida digna desde acciones de cuidado hacia la comunidad y con la misma.



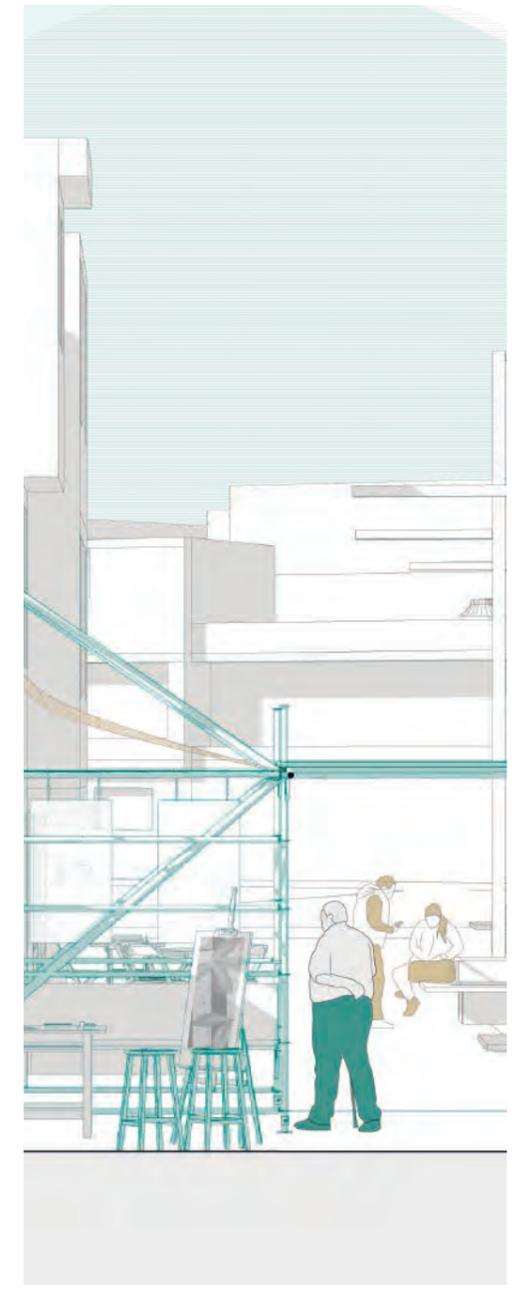
Escenario 1: Paisaje sensorial e identidad ambiental



Escenario 2: Parque lúdico-motriz



Escenario 3: Parque recreativo cultural



Escenario 4: Puntos de aprendizaje experimental

Materialidad y construcción

recomposición de lo degradado + exposición de lo doméstico



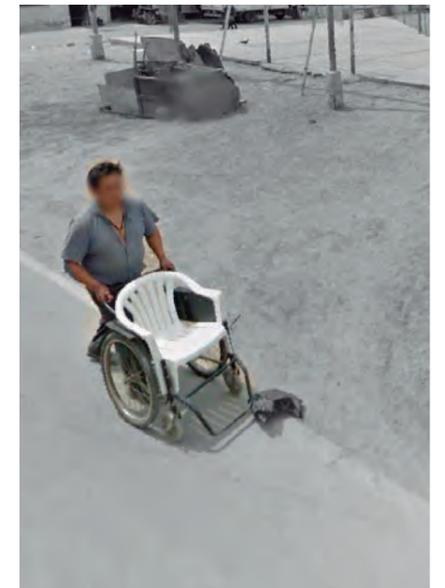
Lo degradado del paisaje barrial en San Juan de Lurigancho



módulos autoconstruidos flexibles



elementos que exponen lo doméstico



construcción de elementos particulares sin asistencia técnica

La propuesta aborda lo constructivo desde el planteamiento de módulos replicables que complementen y activen los distintos escenarios. Dado que el proyecto busca una ciudad construida desde, se requiere analizar con qué elementos de lo construido interactúan, en primera instancia, los adultos mayores.

Desde elementos existentes que componen el paisaje urbano de San Juan de Lurigancho, se identifican elementos añadidos cuyo estado actual además del de uso y de grado, quiebran progresivamente lo

comunitario, aquel valor que desarrolló al distrito. Sin embargo, dentro de actividades cotidianas una variedad de objetos construidos o adaptados por los usuarios presentan la oportunidad para que el proyecto logre ser construido por sus propios habitantes contando.

Por dicha razón, se parte de cambiar la concepción de los elementos metálicos que refuerzan lo privado hacia materiales que promuevan la apropiación e integración de la comunidad.

Por lo que se permite construir la propuesta en post de un fortalecimiento de la economía local, cuyas personas con saberes de materiales, los cuales desempeñan labores de construcción o madereras.

Así, desde una dualidad de materiales cálidos y fríos se proponen el uso de andamios cuya flexibilidad responda a necesidades inmediatas con cuyas características de flexibilidad, adaptabilidad y modularidad permita un uso exten-

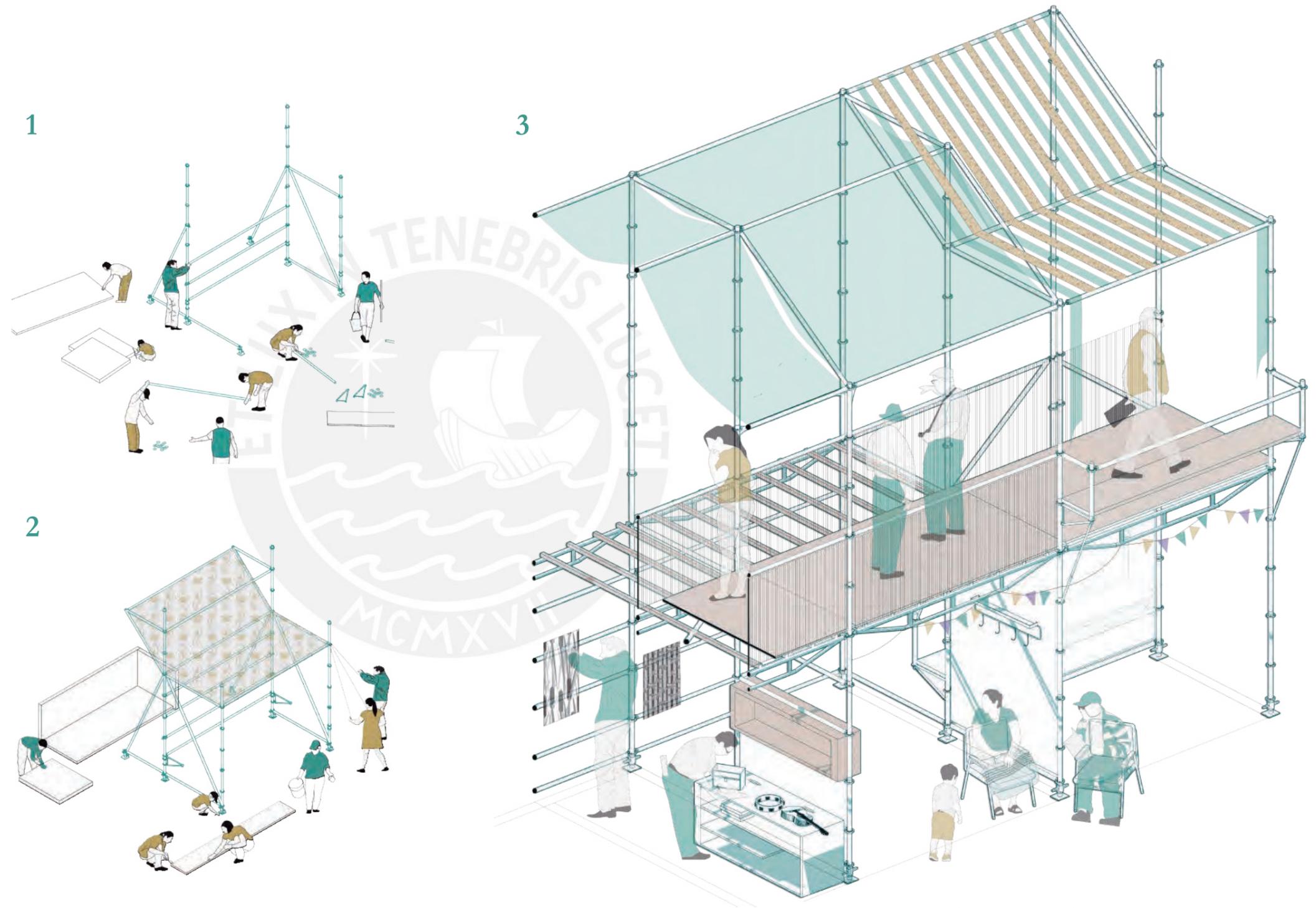
dido bajo variaciones en el habitar cotidiano. Bajo esa lógica, se acude al uso de madera bajo piezas que construyan las estancias de estar o módulos de manera que complementen y brinden espacios de confort donde los andamios serán la estructura de soporte.

Ante la continua búsqueda participativa de la comunidad, se propone el uso de elementos tensados que suspenden telas como cubiertas que reflejan elementos identitarios otorgándole un carácter comunal a los dispositivos.

Dispositivo base

Resultado así, desde una pequeña escala el tipo de arquitectura implantada en el suelo urbano: **andamios**, adaptándose a diversas texturas del proyecto. La implantación de módulos permite una versatilidad de configuraciones de fácil construcción y replicable en el recorrido del parque. Estos van adquiriendo mayor complejidad espacial que se adapte a los adultos mayores e integre a infantes.

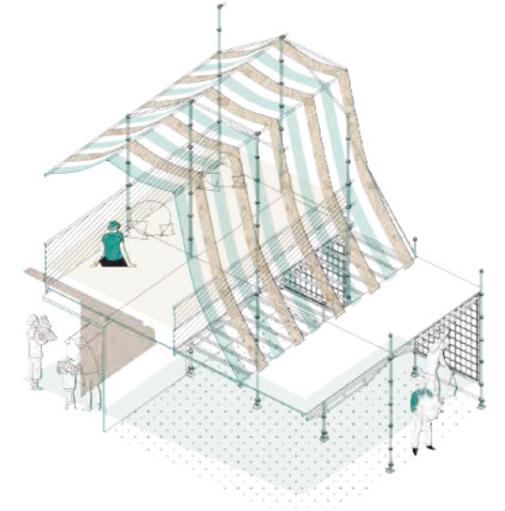
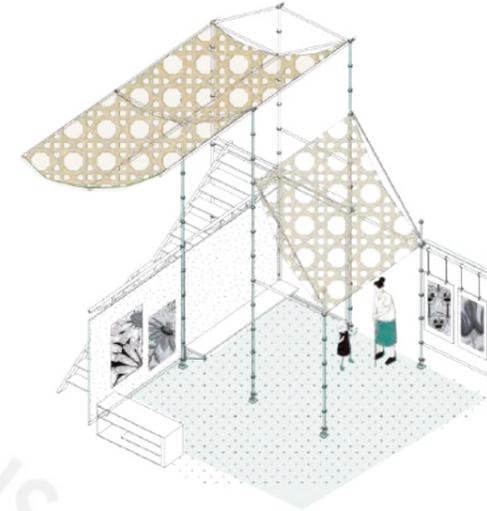
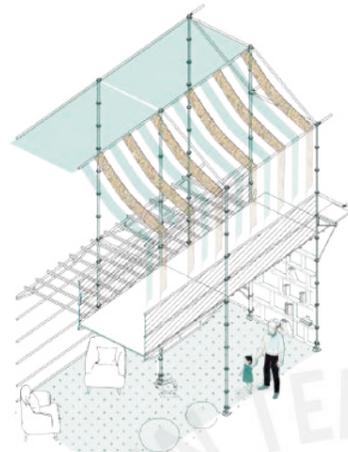
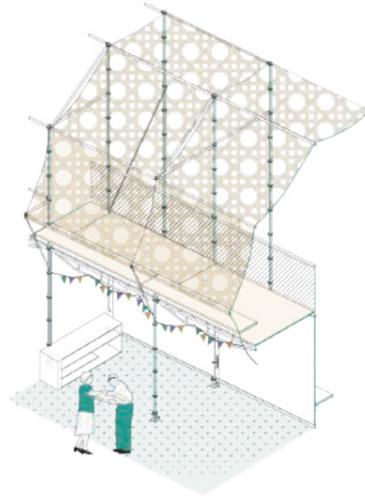
En esa línea, aprovechando el conocimiento de autoconstrucción de la misma comunidad y talleres existentes de madera o piezas metálicas permita ser factibles en su construcción. Por consiguiente, permite la construcción comunitaria al otorgarle al barrio su capacidad de construir ciudad bajo asistencia técnica asistida.



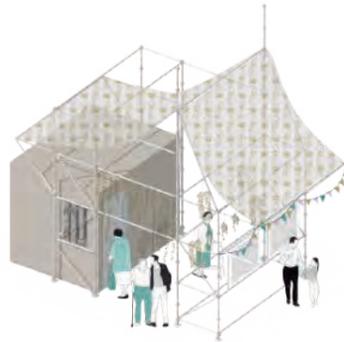
Secuencia de construcción comunitaria y configuración arquitectónica del andamio para uso comunitario desde un módulo base replicable.

CATÁLOGO DE MÓDULOS

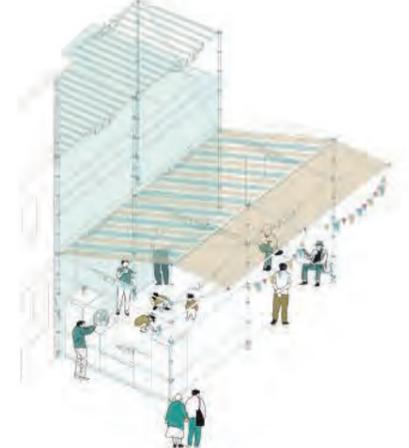
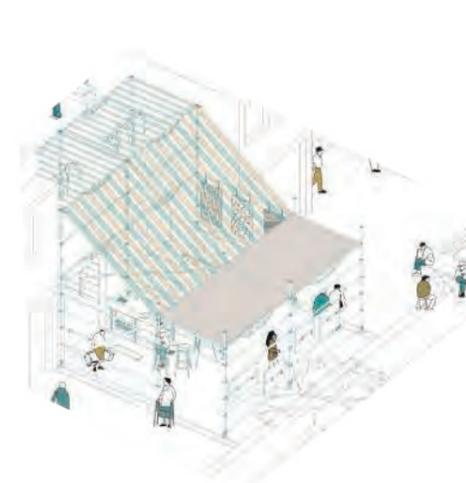
3 Módulo recreativo-cultural



2 Módulo servicio-descanso



1 Módulo aprendizaje experimental



Agentes y relaciones organizativas

Se comprende, desde la sección anterior que actualmente se presenta un quiebre entre instituciones municipales y la comunidad. Si bien la propuesta propone que sea la ciudadanía quien obtenga las herramientas, espacios para desarrollar espacios habitables y de calidad de vida digna, se toma como oportunidad el proyecto para reestablecer dichos lazos al permitir que el desarrollo no provenga de 'arriba hacia abajo' sino en sentido inverso y que las instituciones sean apoyo. De igual manera, se reconocen organizaciones y voluntarios con visiones de comunidad generándoles espacios de participación y comunicación con los barrios.

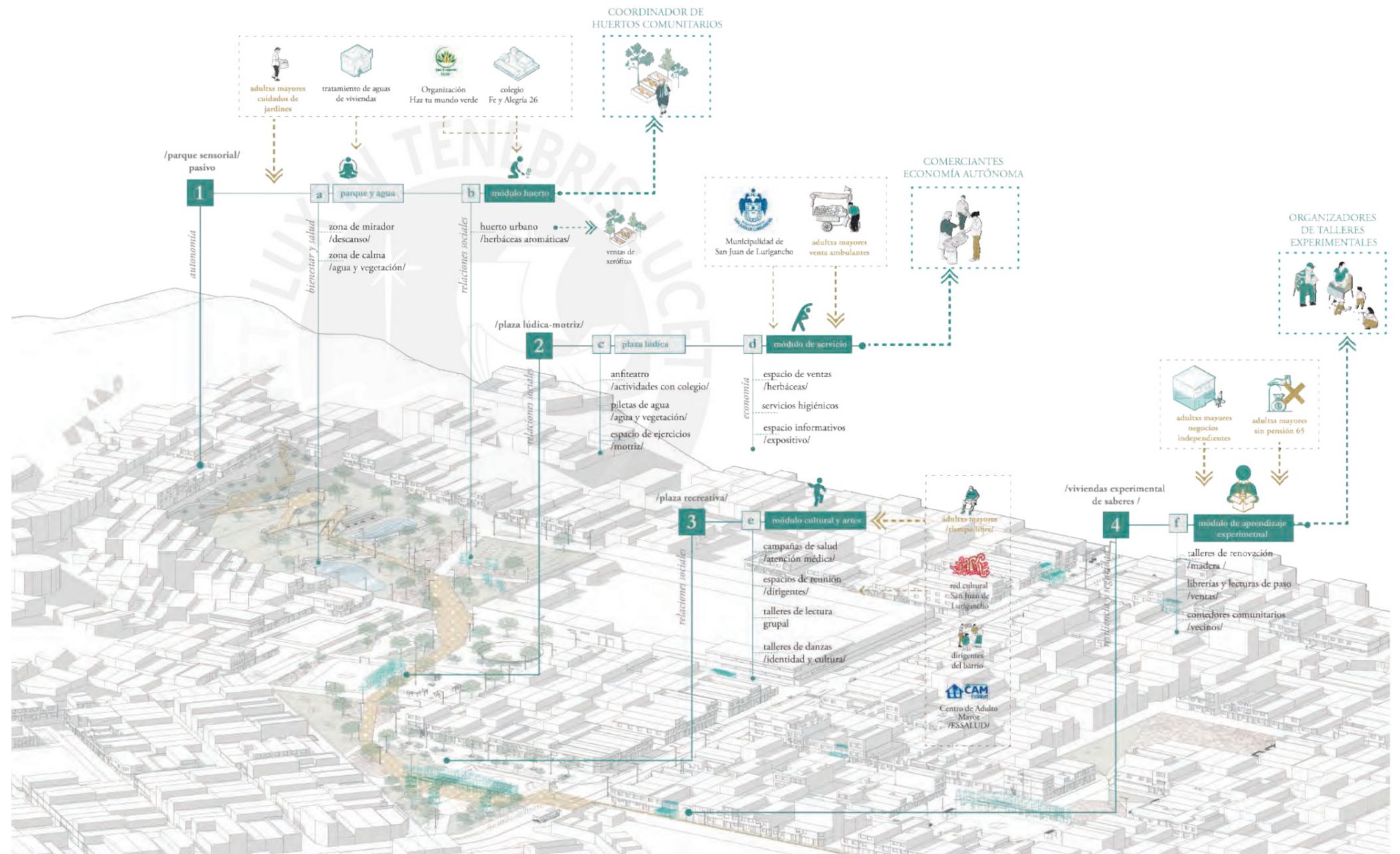


Diagrama de actores claves para llevar a cabo la red de cuidados comunitarios.

04

Expediente



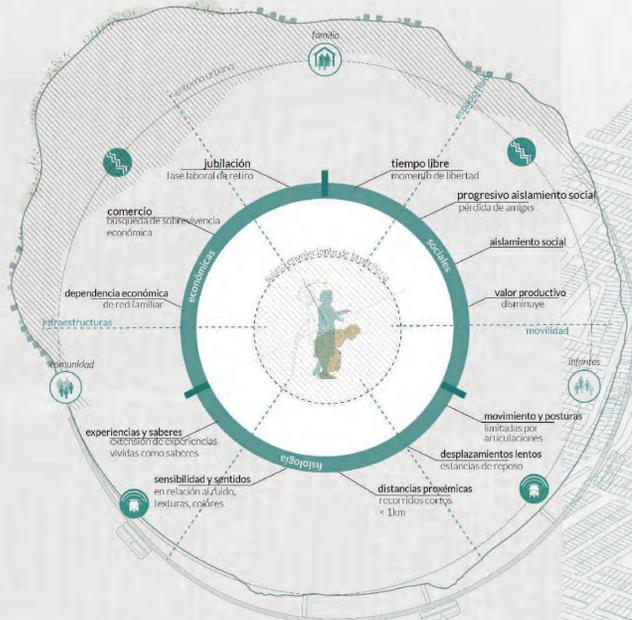
L1 entre espacios urbanos excluyentes y adultos mayores



"Vivir en las laderas a mis 74 años es muy difícil. Bajar las escaleras de muchas gradas casi todos los días para ir a mis citas médicas. O cuando quiero juntarme con los vecinos, no hay parques bonitos en el barrio... Y mirame, no es que no pueda moverme sola"

-Doña Rosa (74 años)

CUERPOS QUE ENVEJECEN y limitantes en el espacio urbano

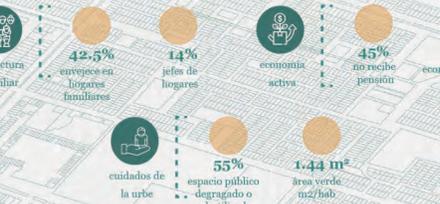


Desde la heterogenización de adultos mayores se reconocen aspectos fisiológicos, económicos y sociales a los que se enfrentan en el proceso de envejecimiento en un espacio urbano con carencias de calidad de vida. Los adultos mayores tienden a reducir su espacio cotidiano al ámbito de la vivienda y el barrio, limitando sus recorridos hacia espacios públicos no adaptados a necesidades de confort, sombra y descanso.



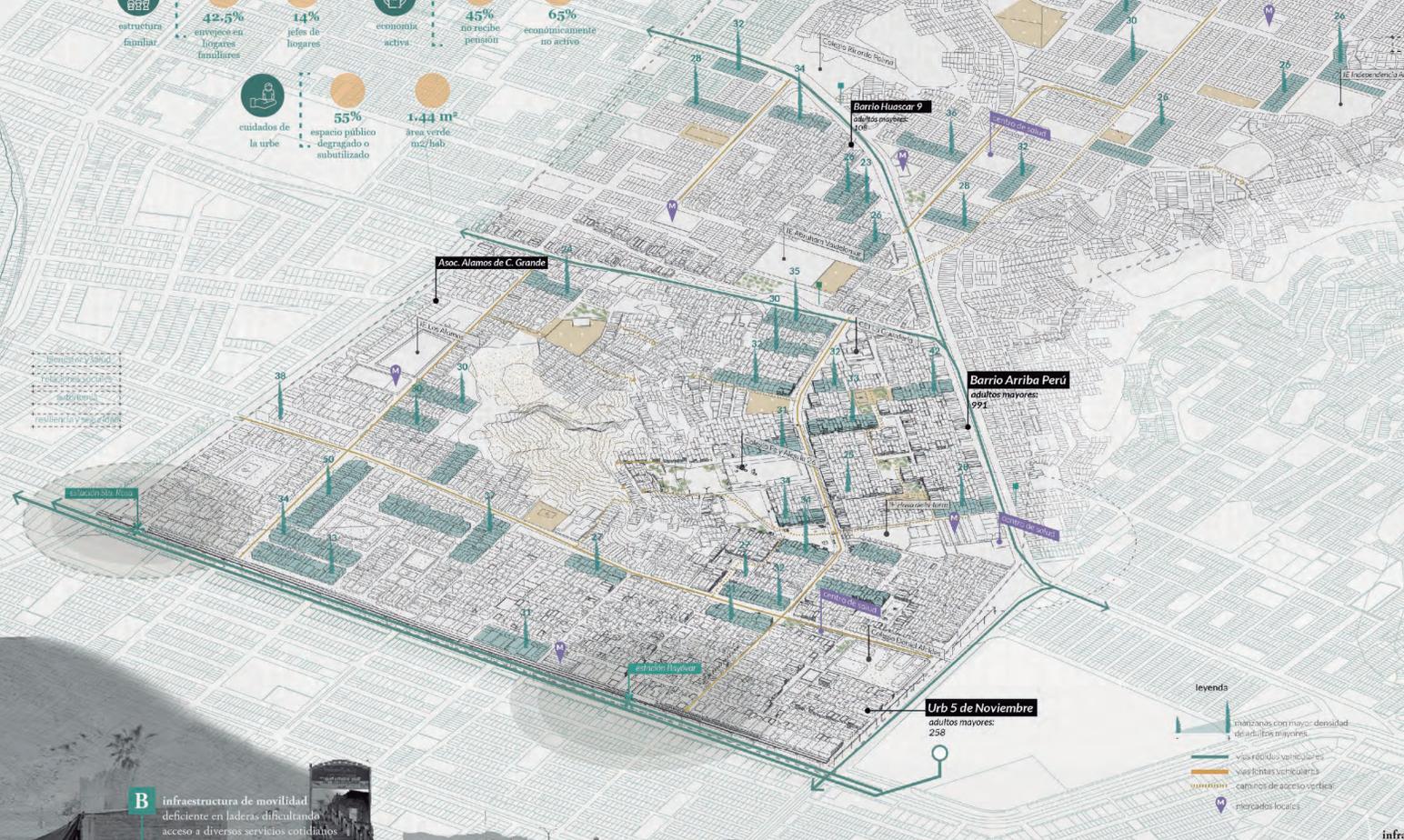
11% adultos mayores
80% autovalentes

corporeizando la crisis de cuidados en SAN JUAN DE LURIGANCHO



Transversalidad del espacio urbano entre ladera y zona plana

Se toma en cuenta la ubicación del actual Centro Adulto Mayor y su impacto con la población adulta mayor en un radio de influencia y el recorrido hacia las laderas.



San Juan de Lurigancho
12.7% población total
-159 542-

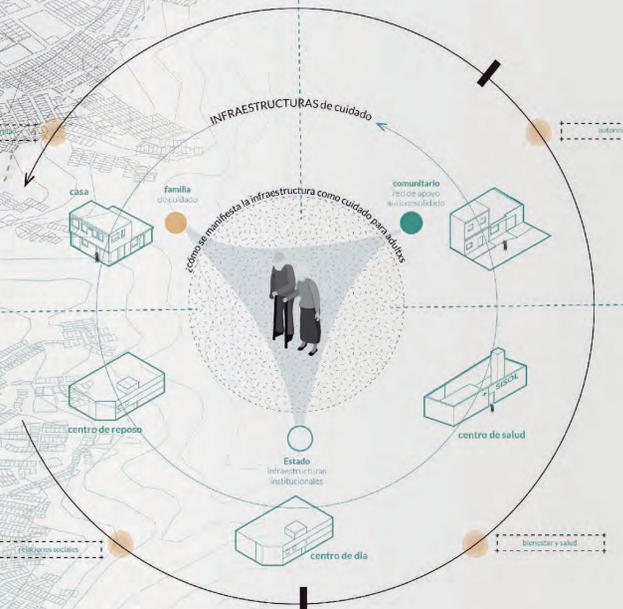
90% adultos mayores autovalentes -141 587-

61% adultos mayores no afiliado a seguro público

La presencia de adultos mayores en el espacio urbano es heterogénea pues presenta diversos perfiles de acuerdo a estado motriz, mental. Cada uno presenta requerimientos que la falsa neutralidad del diseño en el espacio público no lo aborda en su totalidad.

Por el cual, se incentiva a reactivar su productividad desde el grupo de adultos mayores autovalentes así como aquellos que se consideren no activos económicamente.

ESPACIOS DE CUIDADOS DOMÉSTICOS frente a cuidados institucionales



Desde políticas públicas, existen infraestructuras de cuidado cuya arquitectura resultan insostenibles por la ausencia de consideraciones para la habitabilidad de los adultos mayores. La invisibilización parcial de los adultos mayores se presenta en estos equipamientos por el tratamiento generacional a intramuros y con una ausencia de la participación comunitario. Sin embargo, es necesario que se promueva una relación adaptativa de la persona envejecida con la arquitectura, contribuyendo a que permanezca de forma independiente, segura y activa sin la exclusión de intercambios con la comunidad.

CONFLICTOS FRAGMENTOS DEL ESPACIO URBANO

A adaptación y creación de espacios comunitarios mediante extensiones de viviendas ante la carencia de espacio público de calidad

B infraestructura de movilidad deficiente en laderas dificultando acceso a diversos servicios cotidianos

C Carencia de estímulos ambientales naturales (música, colores y formas) generando la auto construcción de atmósferas verdes individualizadas

D Ausencia de pensiones debilita la oportunidad de mantener roles activos en adultos mayores, encontrando elementos efímeros como espacios de comercio ambulatorio.

E infraestructuras de cuidado institucionalizadas excluye dinámicas cotidianas de distintos perfiles de adultos mayores así como la identidad formada en el barrio.



espacio público

accesibilidad

ambiental

desde lo económico

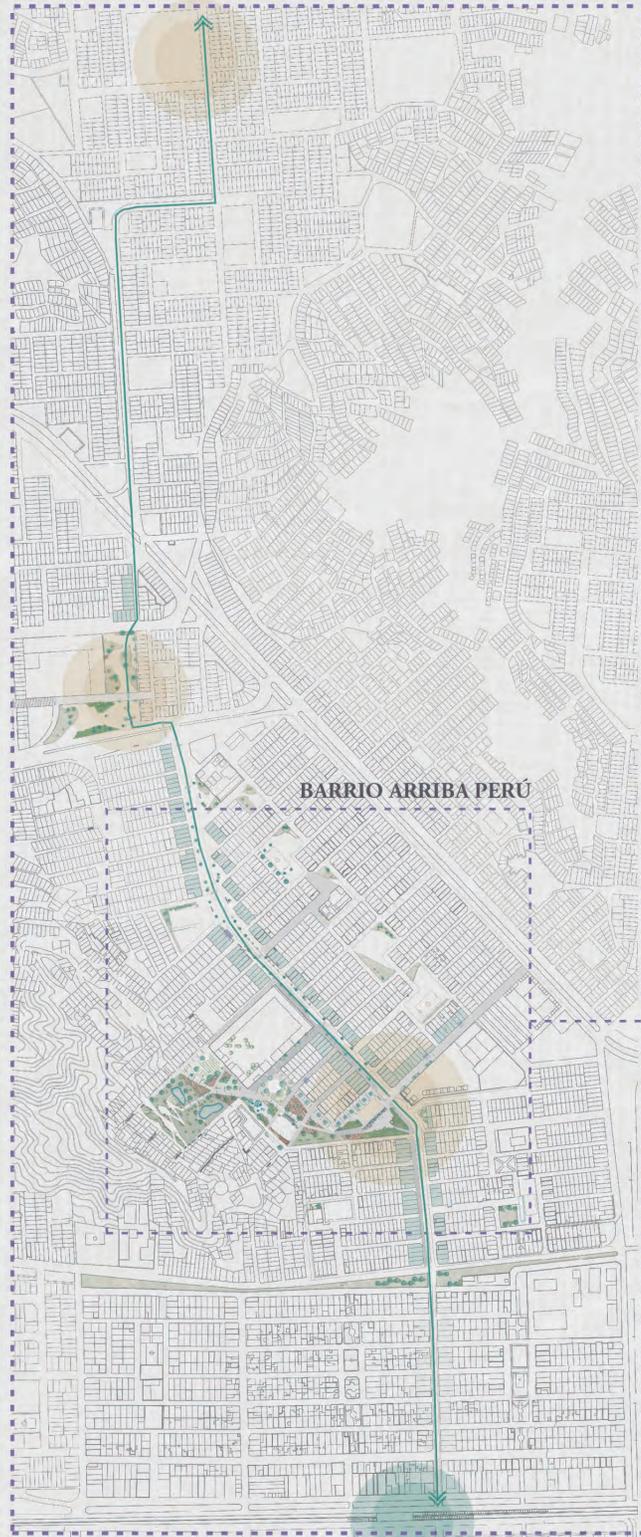
infraestructuras

L3 descentralización de lo privado y reapropiación de lo público para la construcción de cuidados comunitarios

Como punto de partida, se considera un tramo recorrido desde la vía metropolitana, de comunicación con otros distritos, hacia las viviendas como punto, muestra en el recorrido una distancia prolongada con una carencia de espacios de descanso. Por lo que se toma un sector, el barrio Arriba Perú, con una suma de espacios potenciales y oportunidades para rehabilitar el suelo urbano en favor de una calidad de vida digna desde el espacio público hacia los límites de lo privado y público de viviendas.

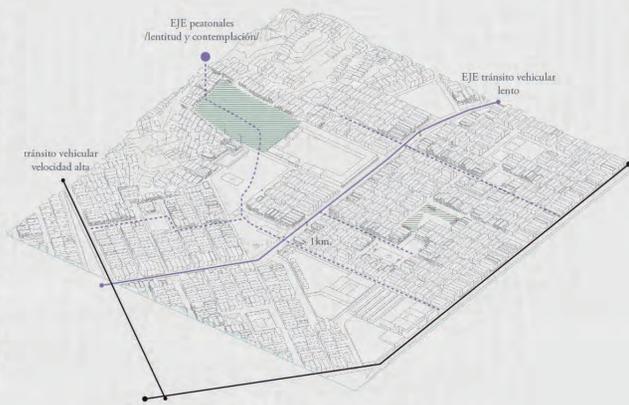
LO TRANSVERSAL DEL ESPACIO URBANO

¿qué sucede si las limitaciones físicas, sociales y económicas de adultxs mayores se convierten en oportunidades para transformar el espacio urbano y construir espacios de cuidado comunitarios?



BARRIO ARRIBA PERÚ

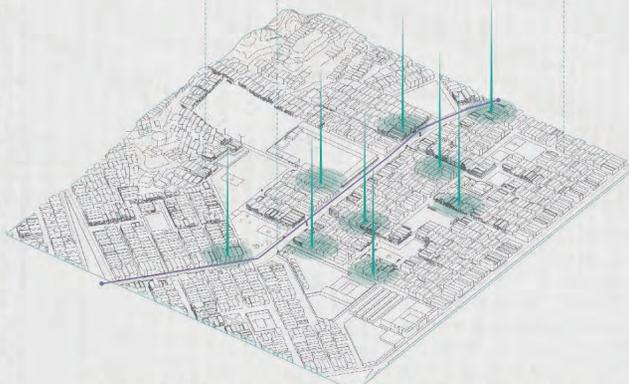
BARRIO



REHABILITACIÓN DE CAMINOS INACCESIBLES EN BORDE DE LADERA
con la implementación de recorridos seguros, ralentizados y de estimulación ambiental en el bienestar mental de adultos mayores

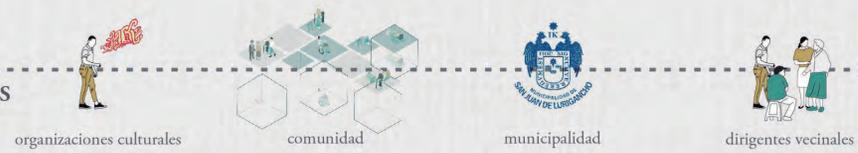


RECONFIGURACIÓN DE ESPACIOS PÚBLICOS SUBUTILIZADOS
mediante escenarios recreativos de carácter gerontológico para fomentar espacios de encuentros intergeneracionales.

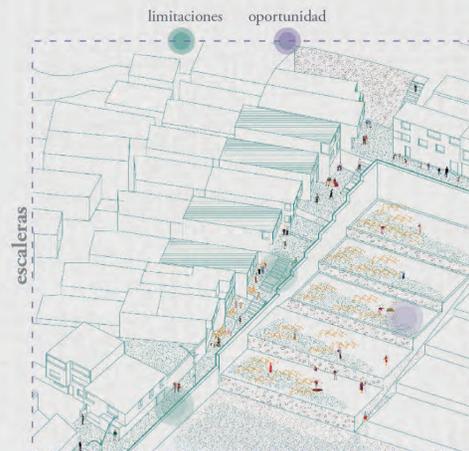


ACTIVACIÓN DE UMBRALES DE VIVIENDAS ADAPTADAS
desde espacios de aprendizaje experimentales gestionados por adultos mayores para el intercambio de saberes intergeneracionales

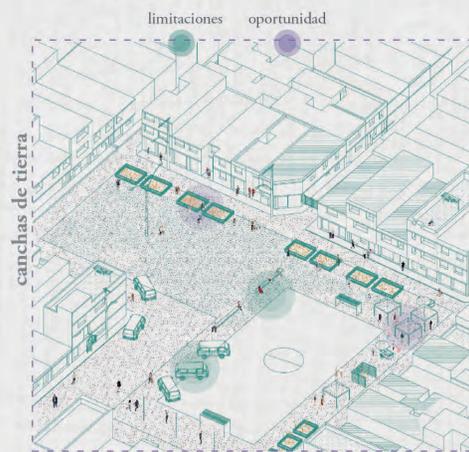
ACTORES



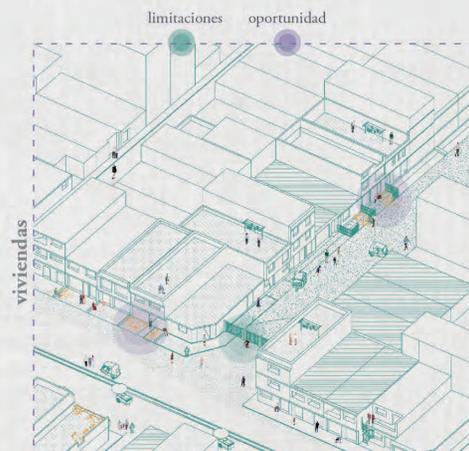
espacios de oportunidad



Accesibilidad deficiente tras la ausencia de áreas de descanso o pausas.



Espacio público subutilizado por apropiación vehicular en áreas vacías o degradadas.

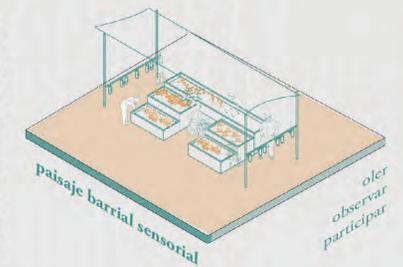


El conflicto entre la apropiación progresiva de la calle y privatización de zonas mediante rejas.

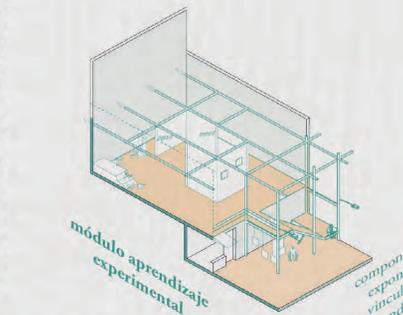
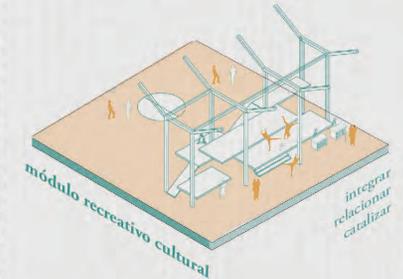
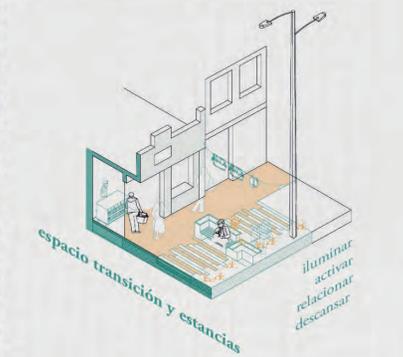
/SISTEMA DE ANDAMIO/ lo constructivo



dispositivos de intervención



nuevos roles de agencia de adultos mayores



L4 [CUIDADOS TRANSVERSALES]

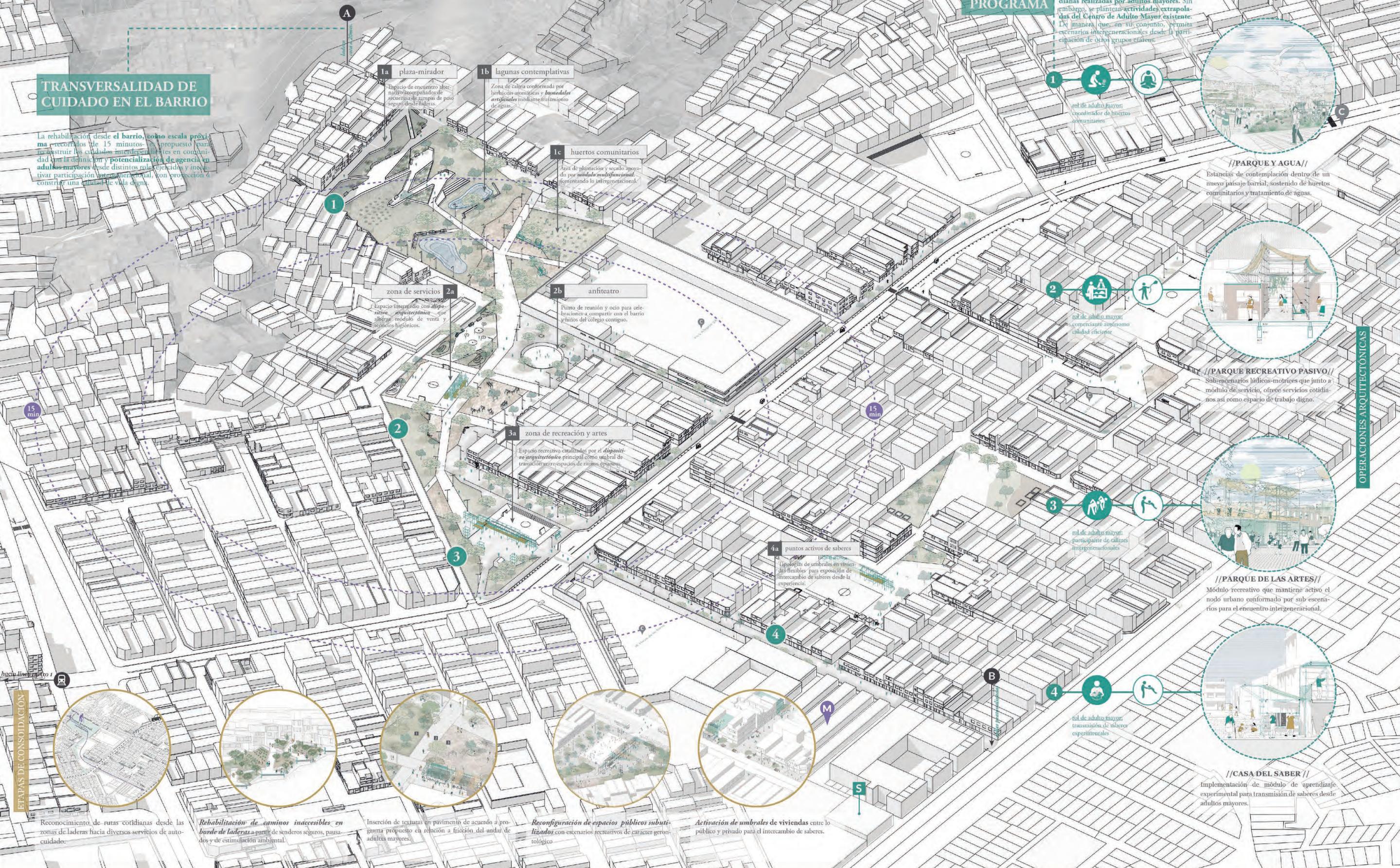
red de espacios comunitarios para la vejez saludable y activa

TRANSVERSALIDAD DE CUIDADO EN EL BARRIO

La rehabilitación desde el barrio, como escala próxima recorridos de 15 minutos, es propuesto para construir los cuidados interdependientes en comunidad con la definición y potencialización de agencia en adultos mayores desde distintos roles tejidos e incentivar participación intergeneracional, con protección a construir una ciudad de vida digna.

PROGRAMA

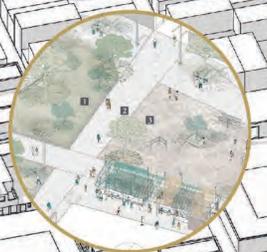
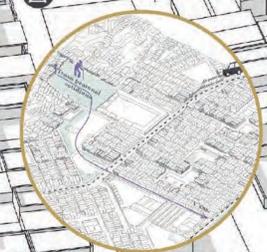
Se busca mantener aquellas dinámicas cotidianas realizadas por adultos mayores. Sin embargo, se plantean actividades extrapoladas del Centro de Adulto Mayor existente. De manera que, en su conjunto, permita escenarios intergeneracionales desde la participación de otros grupos etarios.



15 min

15 min

ETAPAS DE CONSOLIDACIÓN



Reconocimiento de rutas cotidianas desde las zonas de laderas hacia diversos servicios de autocuidado.

Rehabilitación de caminos inaccesibles en borde de laderas a partir de senderos seguros, pausados y de estimulación ambiental.

Inserción de texturas en pavimento de acuerdo a programa propuesto en relación a fricción del andar de adultos mayores.

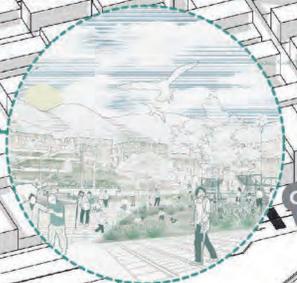
Reconfiguración de espacios públicos subutilizados con escenarios recreativos de carácter gerontológico.

Activación de umbrales de viviendas entre lo público y privado para el intercambio de saberes.

1



rol de adulto mayor: coordinador de huertos comunitarios

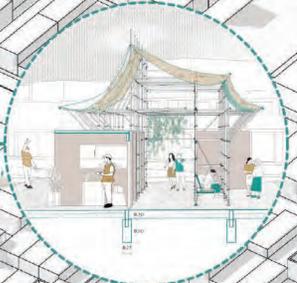


//PARQUE Y AGUA//
Estancias de contemplación dentro de un nuevo paisaje barrial, sostenido de huertos comunitarios y tratamiento de aguas.

2



rol de adulto mayor: comerciante autónoma ciudad eficiente

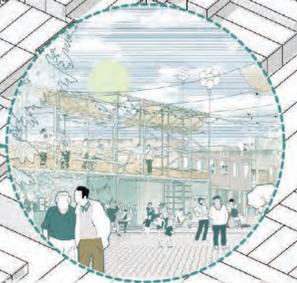


//PARQUE RECREATIVO PASIVO//
Sub-escenarios lúdicos-motrices que junto a módulo de servicio, ofrece servicios cotidianos así como espacio de trabajo digno.

3



rol de adulto mayor: participante de calles intergeneracionales

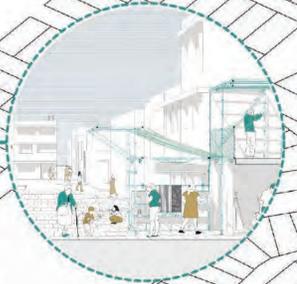


//PARQUE DE LAS ARTES//
Módulo recreativo que mantiene activo el nodo urbano conformado por sub-escenarios para el encuentro intergeneracional.

4



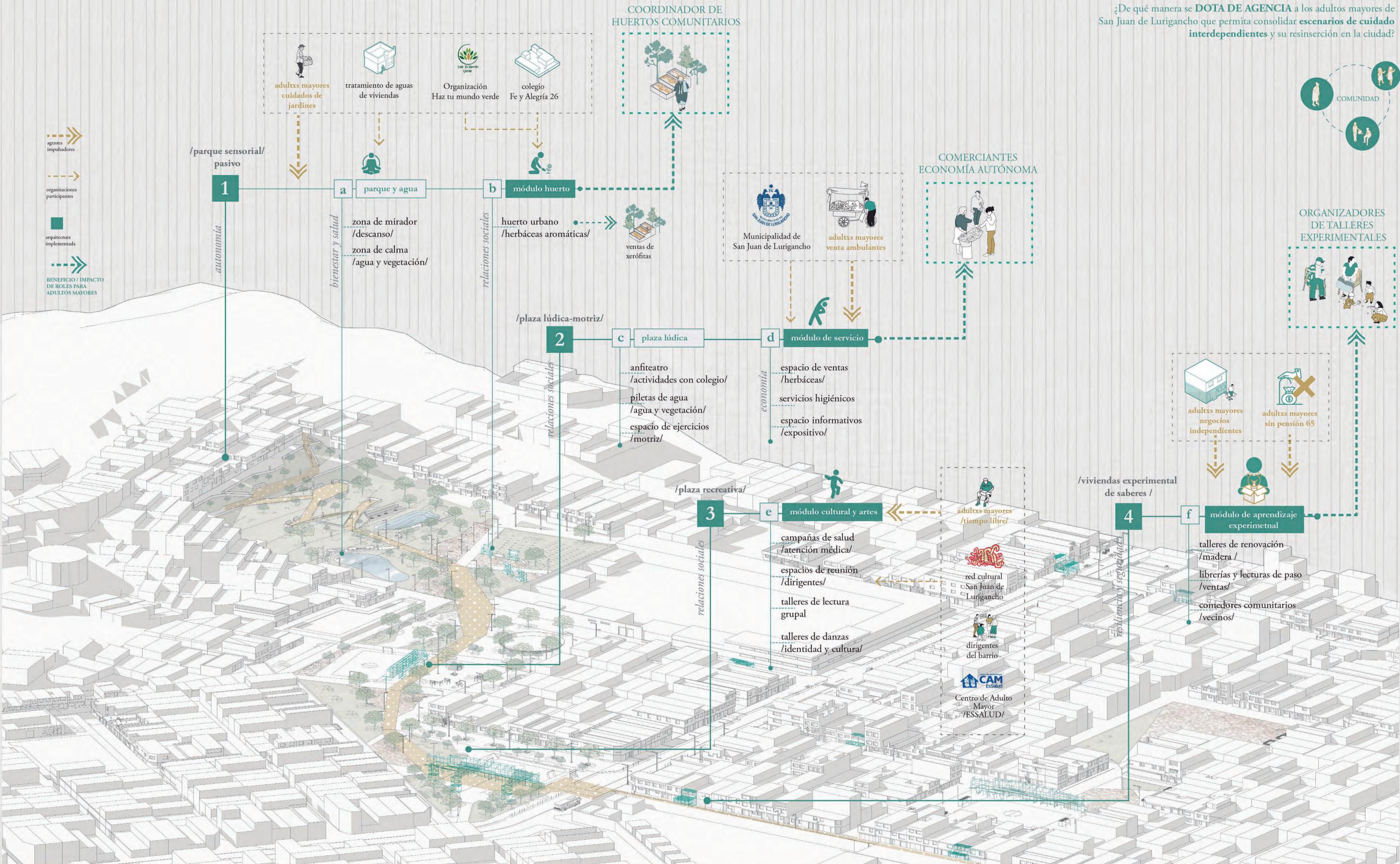
rol de adulto mayor: transmisión de saberes experimentales



//CASA DEL SABER//
Implementación de módulo de aprendizaje experimental para transmisión de saberes desde adultos mayores.

OPERACIONES ARQUITECTÓNICAS

¿De qué manera se **DOTA DE AGENCIA** a los adultos mayores de San Juan de Lurigancho que permita consolidar **escenarios de cuidado interdependientes** y su resinserción en la ciudad?



L6 paisaje natural cotidiano e identidad ambiental en la vejez

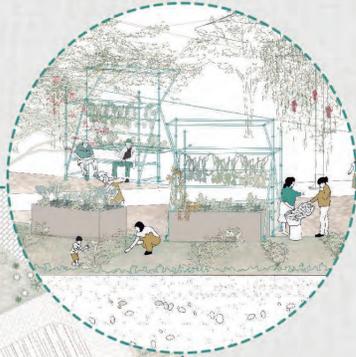


ubicación



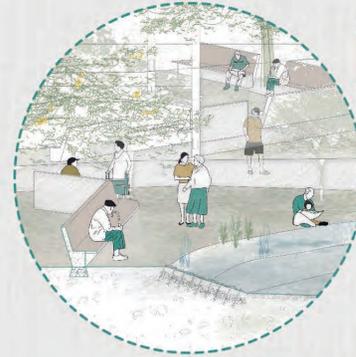
estado actual

Se busca una alternativa de acceso vertical que asegure recorridos seguros, pausados donde la transición sea un paseo con actividades alternantes conformado por espacios productivos, sensoriales asegurando un continuo desarrollo en beneficio de la salud y bienestar mental de las personas y con énfasis en adultxs mayores.



huertos urbanos

Tanto adultos mayores que ejercieron cuidados hacia huertos individuales pueden fomentar un cuidado desde la comunidad para con el nuevo paisaje barrial.



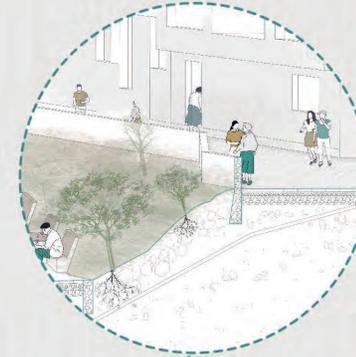
zona de calma

La contemplación del elemento natural como lagunas de agua tratada creando diferentes estímulos sensoriales y atmósferas de calma.



senderos seguros

El recorrido en rampas conecta estancias de pausa dentro del espacio verde. Intensificando la autonomía de adultxs mayores en sus desplazamientos.



mirador / encuentro

Devolviendo a la cota más alta, su capacidad espacial como mirador y espacios de encuentro.

alternativa de acceso vertical pausado, ralentizado y con estancias de encuentro. Permitiendo replicarse en zonas con áreas libres.

módulo 1

Mobiliario adaptado para adultxs mayores en alturas permitiendo comodidad de uso del espacio.

COORDINADOR DE HUERTOS COMUNITARIOS

A partir del módulo y la apertura del huerto hacia la comunidad, los adultos mayores encuentran la oportunidad ofrecer servicios de coordinadores del huerto de acuerdo a las técnicas o saberes previos.



vegetación

Bajo conceptos de gerontología ambiental, se recurre a un catálogo vegetativo cuyas condiciones hídricas respondan a distintas zonas del parque considerando el porcentaje de suelo árido que mediante el proceso de fitodepuración de agua permite la conservación de árboles.

Además, la selección de árboles y arbustivos no solo pertenecen al sitio sino que se implantan aquellos cuyos olores creen atmósferas sensoriales en beneficio al bienestar mental.

HERBÁCEAS AROMÁTICAS

El huerto urbano abierto se enfoca entre herbáceas aromáticas presentes en la zona y aquellas medicinales como parte de una cultura de medicina natural.

HUARANGO
Acacia macracantha
Suelo: arenoso/semiárido
Riego: bajo

MOLLE COSTEÑO
Schinus molle
Suelo: arenoso/profundo
Riego: bajo

PONCIANA REAL
Delonix regia
Flores: rojas
Suelo: arenoso/semiárido
Riego: bajo/moderado

HUMEDALES
La zona de mayor humedad en el tramo cuya vegetación remedia al agua permitiendo un espacio natural

JUNCO
Delonix regia
Flores: rojas
Suelo: arenoso/semiárido
Riego: bajo/moderado

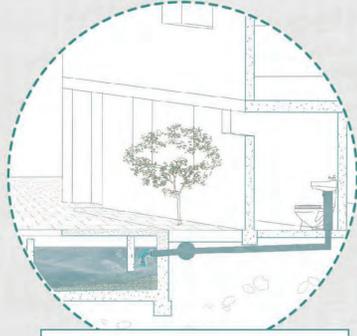
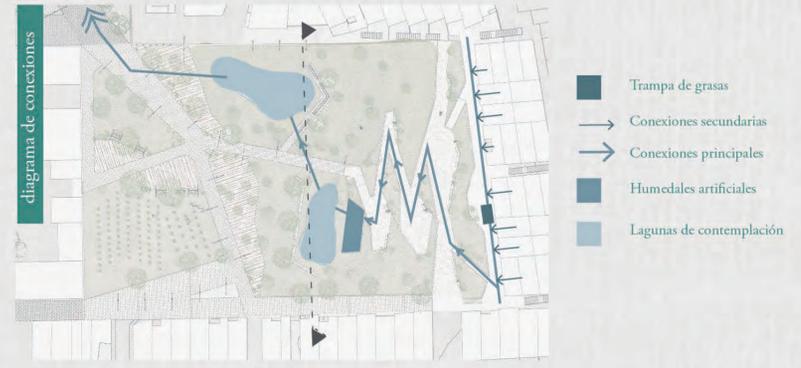
SAN PEDRO
Echinopsis pachanoi
Suelo: arenoso
Riego: bajo

CANDELADRO
Euphorbia candelabrum
Suelo: arenoso
Riego: bajo

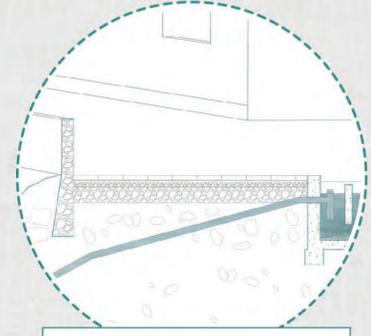
XERÓFITAS
Hacia la cota más alta, de 20 metros, la vegetación considera las características de ladera como de la zona más seca en esta sección.

sostenibilidad ecológica del parque sensorial

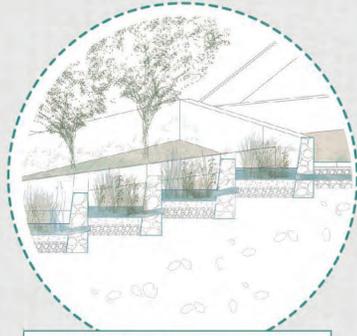
Como punto de partida del proyecto se considera el tratamiento de aguas grises para impulsar el uso del parque y su mantenimiento durante todo el año. Logrando así, la mejora en la calidad ecológica del espacio público y el aire. Permittedose ser una alternativa de tratamiento hacia otros espacios de carencia de desagües.



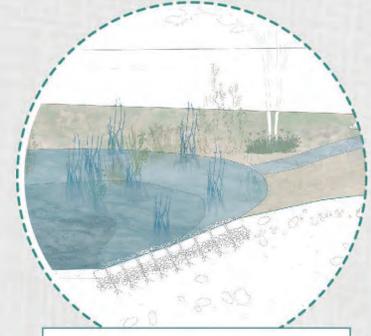
D1_Trampa de grasas



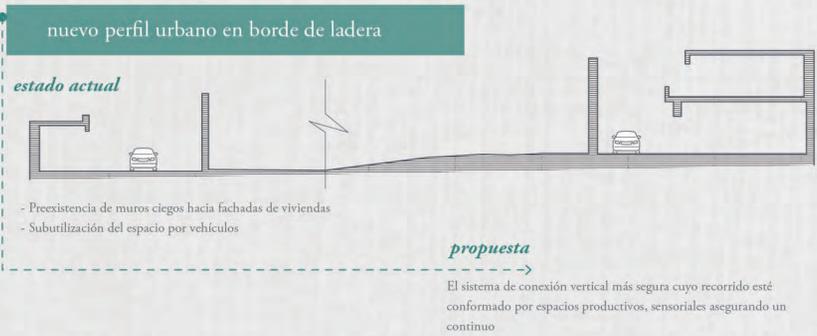
D2_Tubería de pase



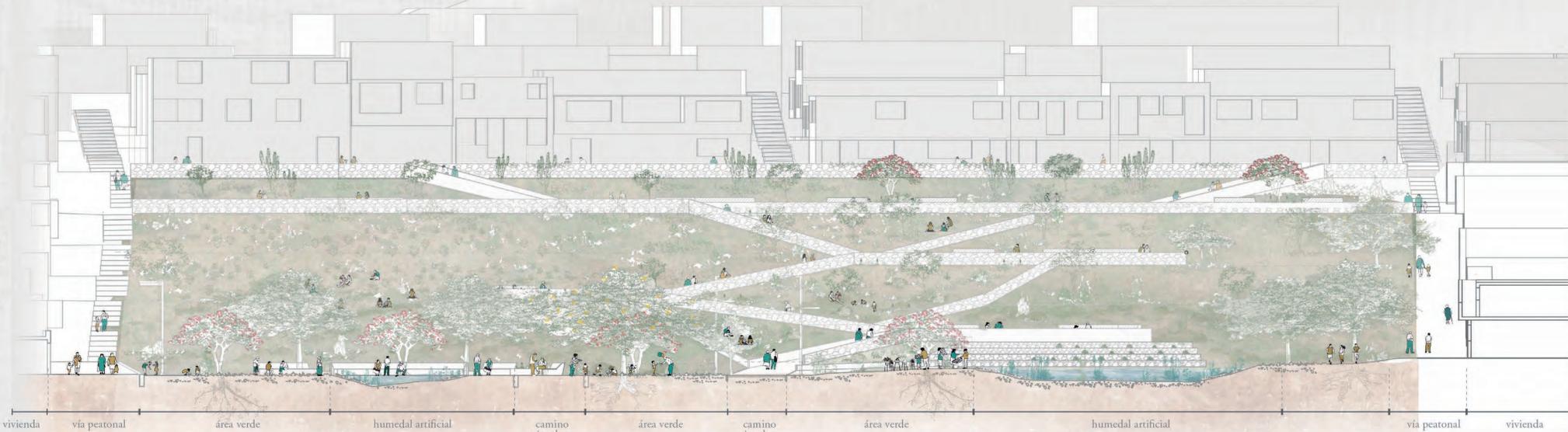
D3_Humedales artificiales



D4_Lagunas contemplativas



VISTA HACIA EL INGRESO DEL PARQUE SENSORIAL



L8 rehabilitando el vacío urbano hacia el encuentro intergeneracional



El **vacío urbano** es potencial para desarrollar una continuidad del parque debido a huellas de apropiación de canchas de tierra sobre aquella apropiación vehicular.

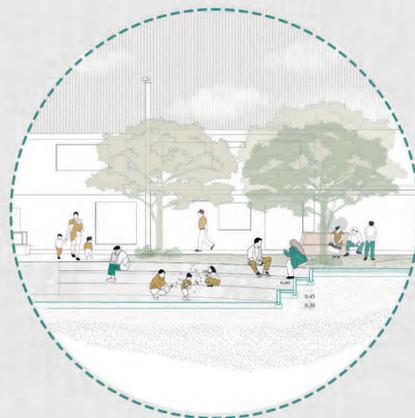
A partir de sub-escenarios lúdicos coexistan con aquellos espacios motrices que permitirán un desarrollo físico de adultos mayores así como de otros grupos etáreos.



La ciudad se adapta y le devuelve progresivamente la autonomía al adulto mayor; esta vez desde una relación más adecuada con el suelo



SUB ESCENARIOS LÚDICOS MOTRICES



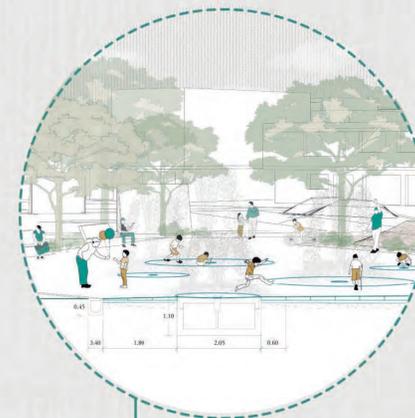
anfitriato



espacio de ejercicio

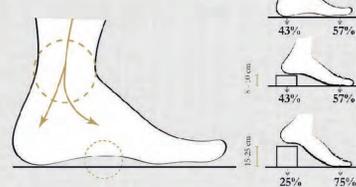


módulos de ventas



piletas de agua

relación de pisadas y suelo



Dado que el envejecimiento comporta una serie de cambios en el desplazamiento, por lo que se condiciona a ciertas particularidades físicas: **la estabilidad, la lentitud y altura de pisadas.**



Observando que los puntos de contacto con la superficie son mayores y constantes; se requiere áreas de mayor fricción, así como mayor regularidad en la misma.

CATÁLOGO DE TEXTURAS

- tránsito fluido de personas
adoquines 1x1m.
- estancias y actividades:
pavimento de adoquines 0.
- pavimento tipo blando
regular zonas de tierra
apisonada
- suelo tipo natural:
grass paspalum



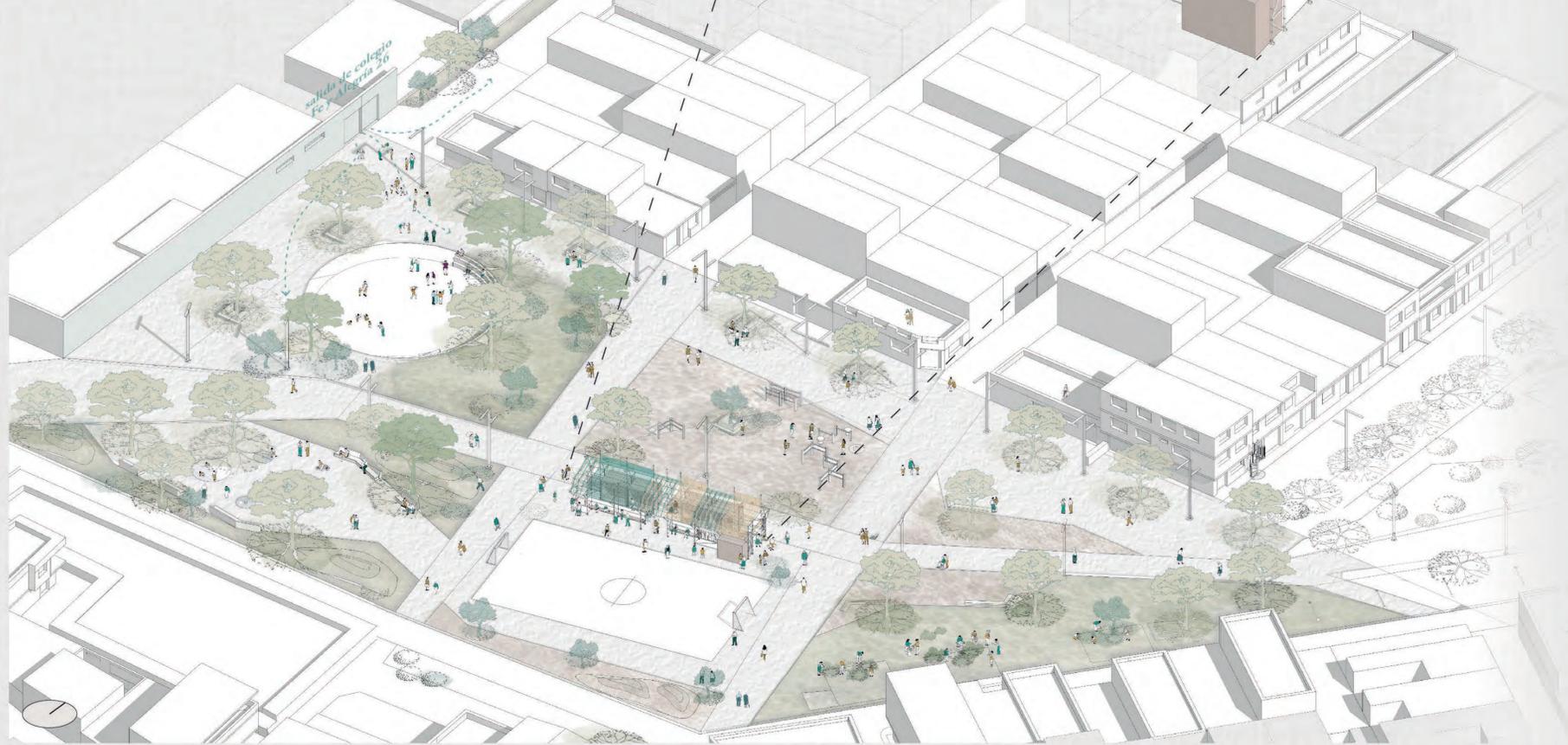
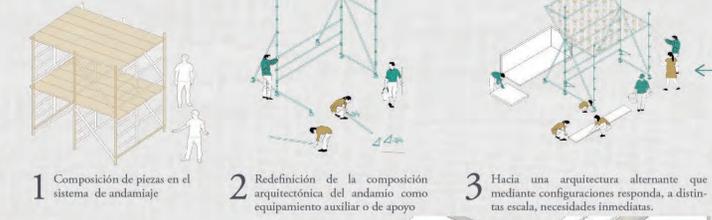
L9 implantación dispositivo de servicios comunitarios



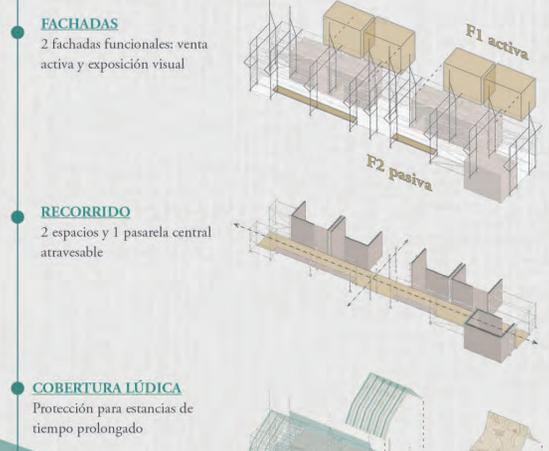
Por el cual, la invisibilización de este grupo étnico, desde las dinámicas económicas son reforzadas con las características precarias encontradas en el espacio público. Lo que conlleva en soluciones autónomas precarias visibilizando, una vez más, un desgaste y sobrecarga de trabajo al no ofrecer espacios de trabajo dignos tanto para adultos mayores como para el resto de la población.

propuesta sistema y construcción

El módulo responde de manera inmediata a las necesidades de tanto ambulantes como adultos mayores quienes no cuentan con espacios de trabajos al exponerse a riesgos físicos. Las piezas que conforman los módulos permite desarrollar una economía local desde materiales en talleres donde trabajan parte de la población.

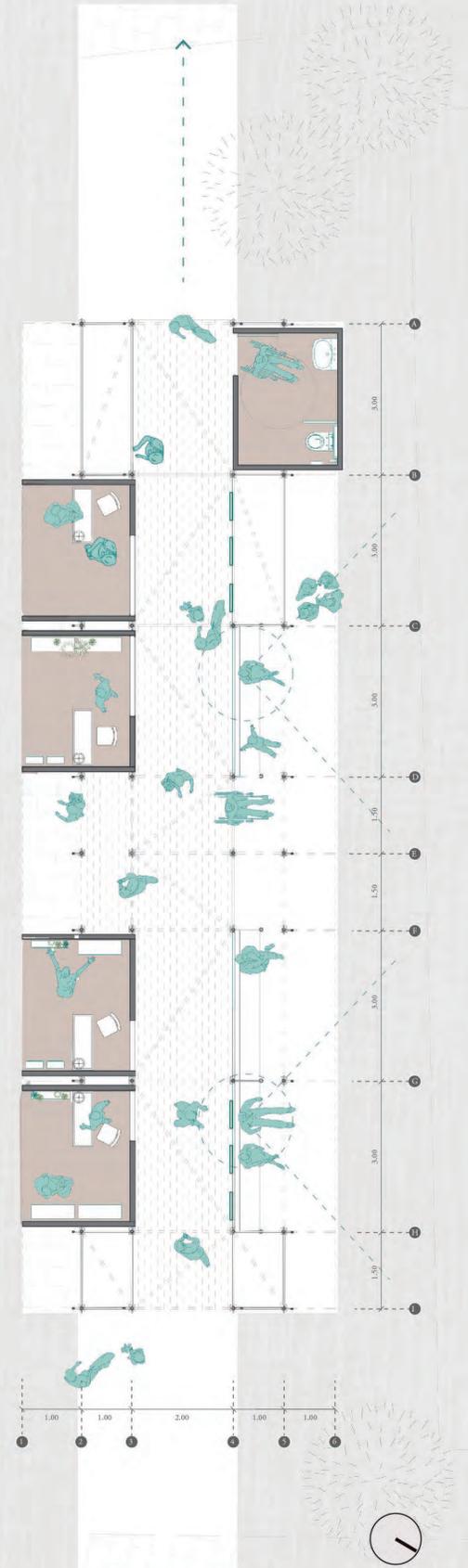
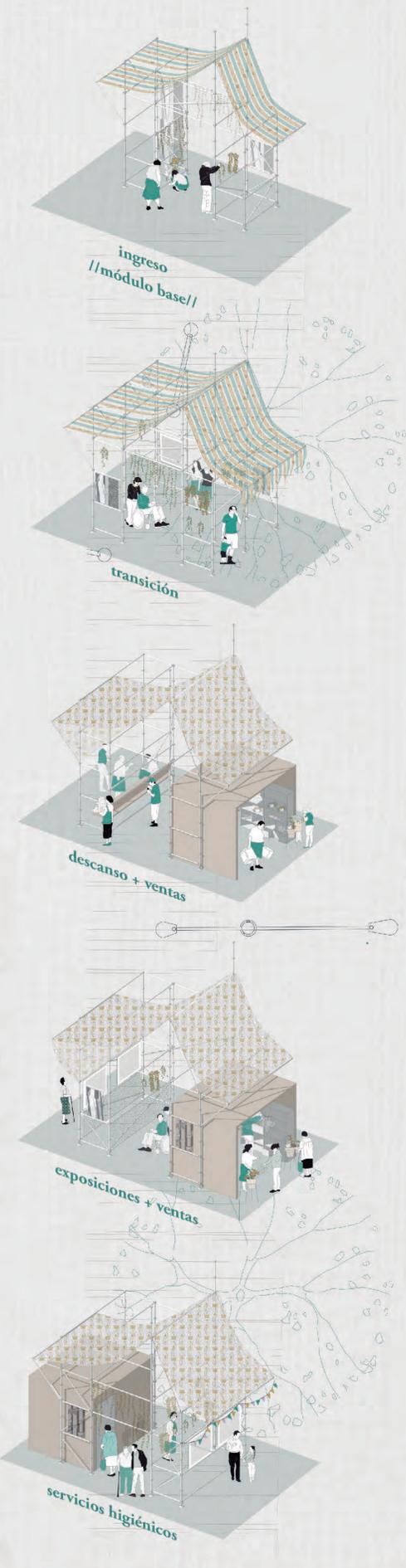


ESTRATEGIAS ESPECIFICAS



variaciones espaciales del módulo

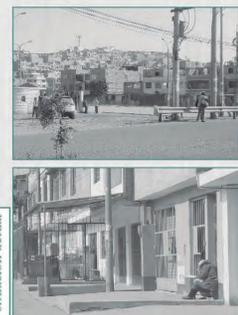
Las configuraciones del andamio en suma generan alternativas desde elementos que se tensan o desde el suelo se insertan módulos de madera. Logrando alternar la secuencia espacial de un pasillo alargado en aberturas laterales.



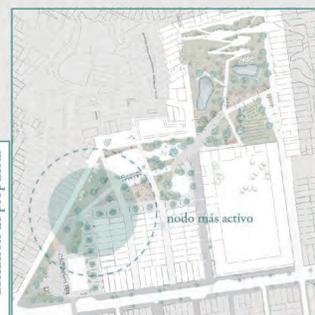
L10 nodo urbano barrial frente al intercambio intergeneracional

Los dispositivos de intervención en el tramo final del parque se ubican en la conexión con el tejido urbano más activo y próximo a vías de tránsito vehicular.

El dispositivo recreativo, de mayor jerarquía ofrecida para el barrio y ciudad, busca llevar al máximo los lineamientos de modularidad, flexibilidad y adaptabilidad del sistema de andamiaje a través de una configuración regular y lineal que conforma una serie de espacios emplazado sobre una grilla ortogonal en el espacio público.



situación actual

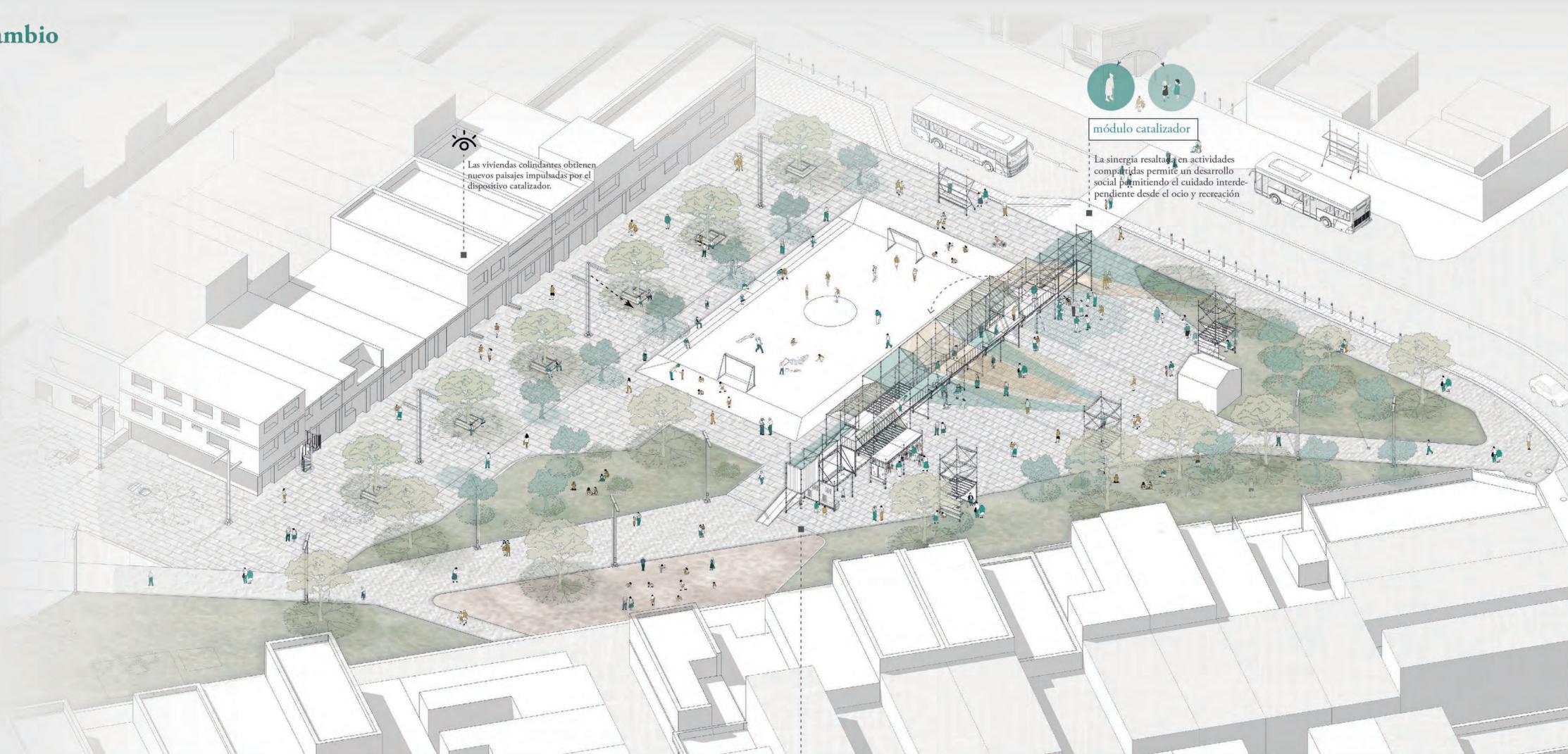


ubicación de propuesta

La implementación del dispositivo recreativo funciona como catalizador de actividades bajo distintas apropiaciones en base a sinergia de programas implementadas desde el Centro de Adulto Mayor actual.



Que al resultar insostenible por déficit de atención se encuentra la oportunidad de descentralizar el cuidado institucional y mediante los módulos se integre al nuevo modelo de cuidado interdependiente desde la red de espacios comunitarios, reivindicando así al barrio como agente de cuidados.



Las viviendas colindantes obtienen nuevos paisajes impulsados por el dispositivo catalizador.



módulo catalizador

La sinergia resaltada en actividades compartidas permite un desarrollo social permitiendo el cuidado interdependiente desde el ocio y recreación

planta

habitando desde la cotidianidad



CONVERSAR



CUIDAR



OBSERVAR



APRENDER



CAMPAÑAS DE SALUD



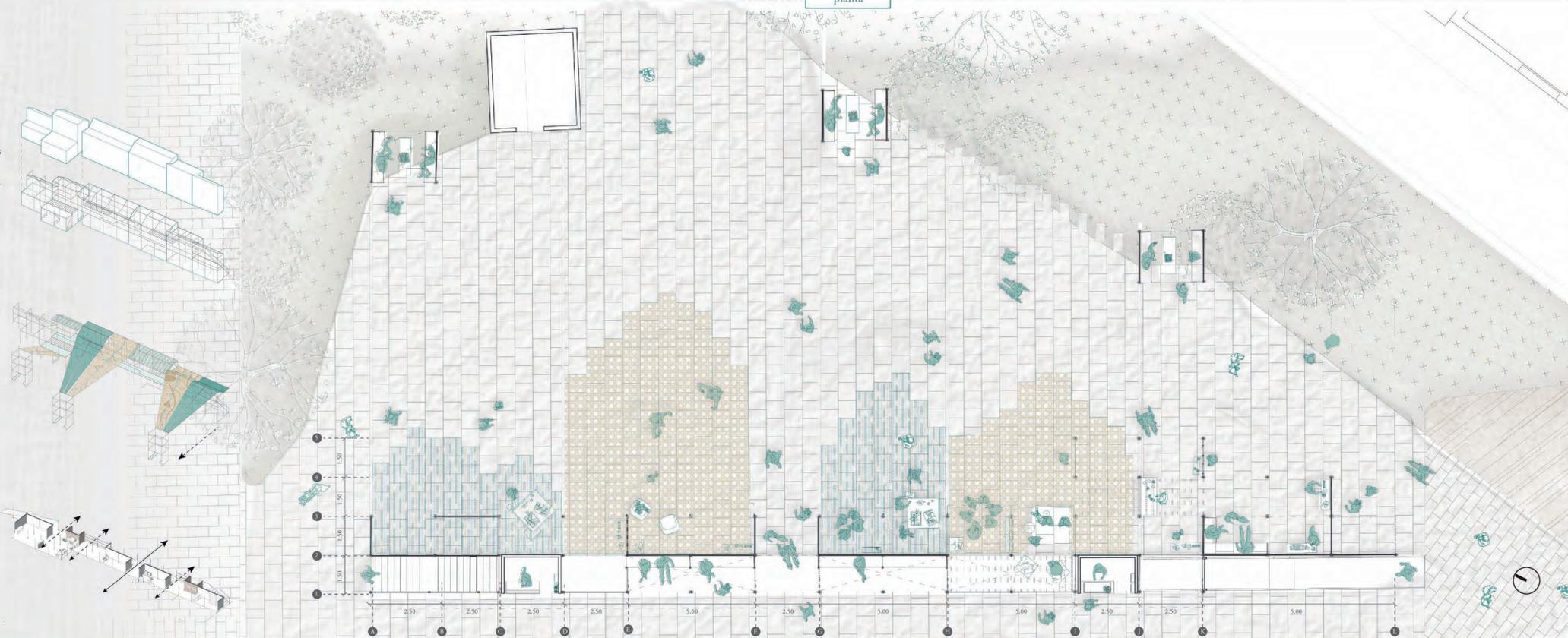
TALLERES DE APRENDIZAJE VOLUNTARIADO

ESTRATEGIAS ESPECIFICAS

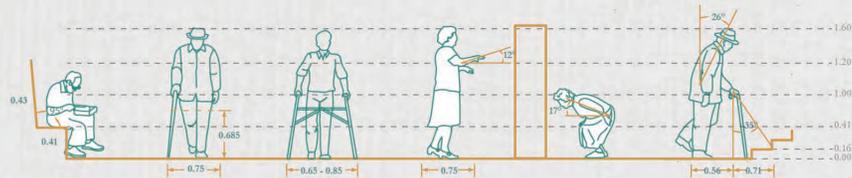
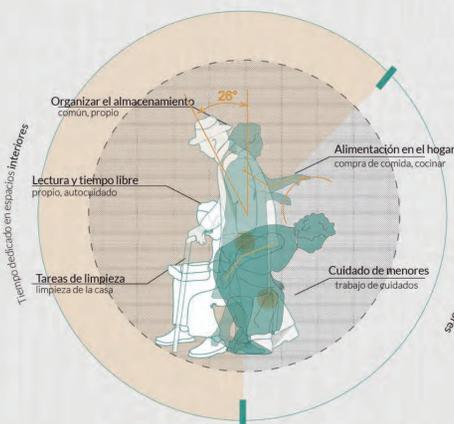
FORMA ALARGADA
Que permita catalizar actividades cotidianas barriales contrapuestas: plaza recreativa cultural y losa deportiva.

CUBIERTA
Protección de espacio abierto en su extensión máxima

PERMEABILIDAD ESPACIAL-VISUAL
Gradualidad de filtros visuales para una constante conexión con el espacio colindante

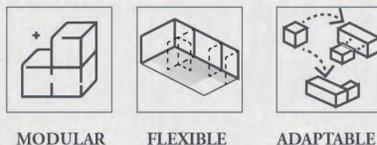


sistema y componentes del dispositivo catalizador para la recreación y cultura



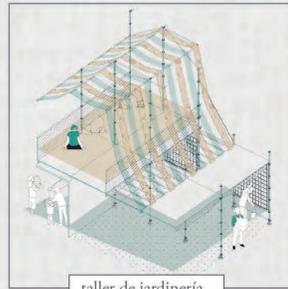
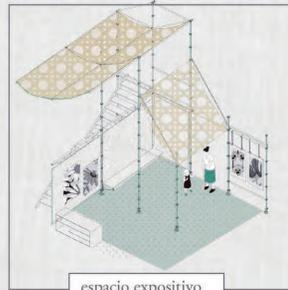
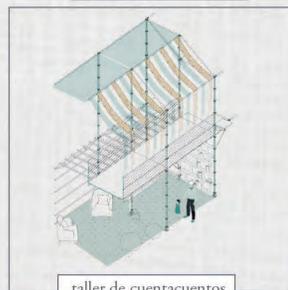
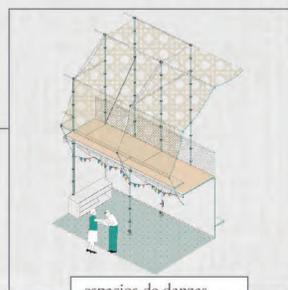
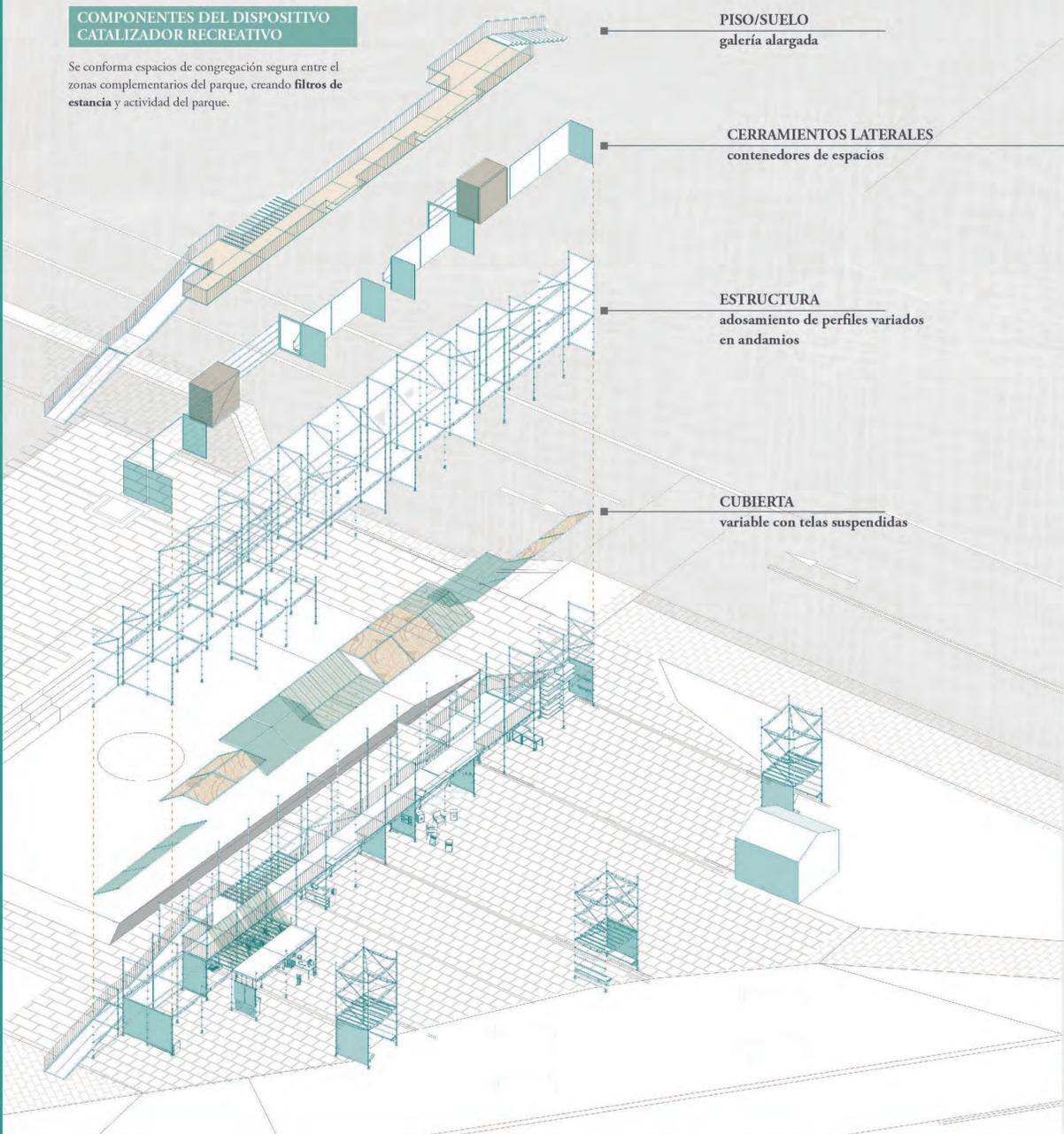
El diseño de los andamios considera la **antropometría estudiada del adulto mayor** y su relación con la arquitectura. Para lo cual, la configuración de este módulo y su énfasis de carácter intergeneracional cuyas particularidades se plasman en: **accesibilidad, apropiación y confort.**

CARACTERÍSTICAS DEL SISTEMA DE ANDAMIOS



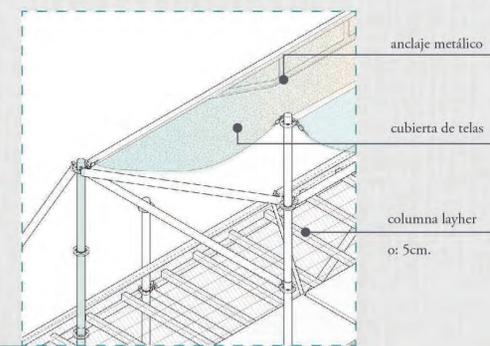
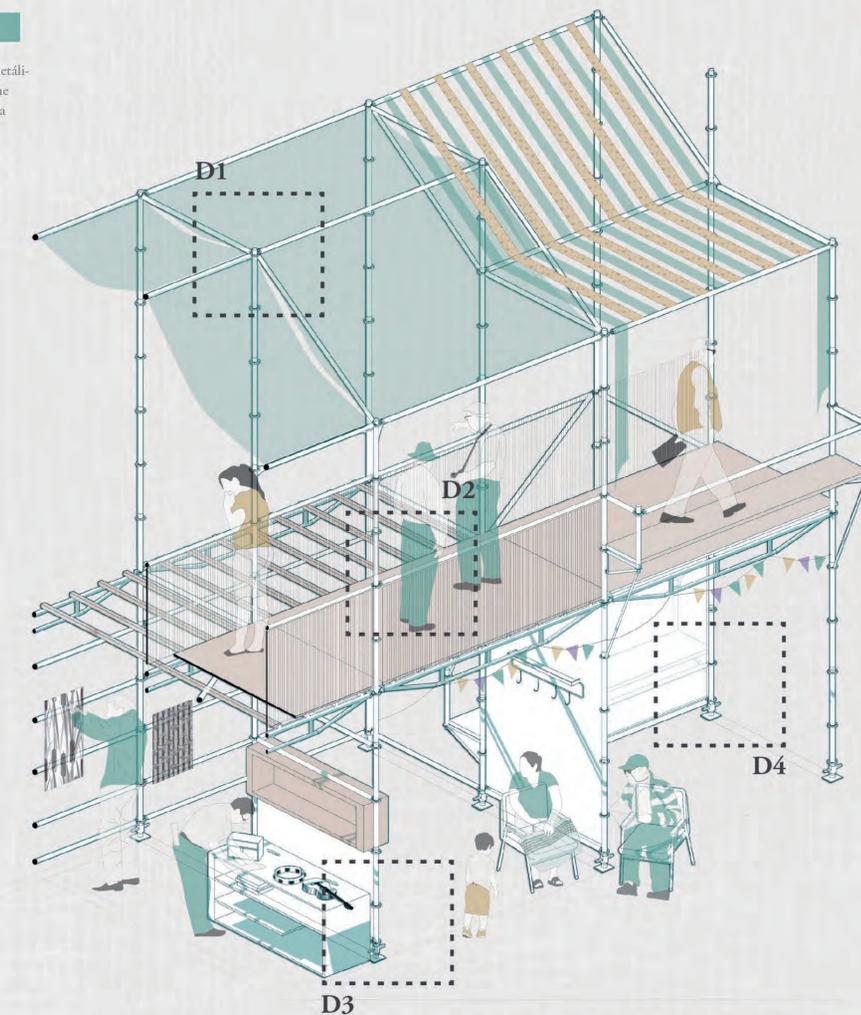
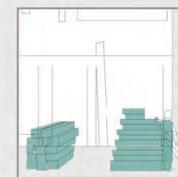
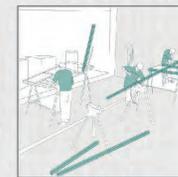
COMPONENTES DEL DISPOSITIVO CATALIZADOR RECREATIVO

Se conforma espacios de congregación segura entre el zonas complementarios del parque, creando **filtros de estancia** y actividad del parque.

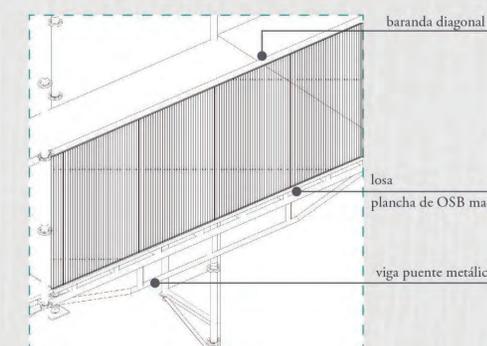


MATERIALIDAD

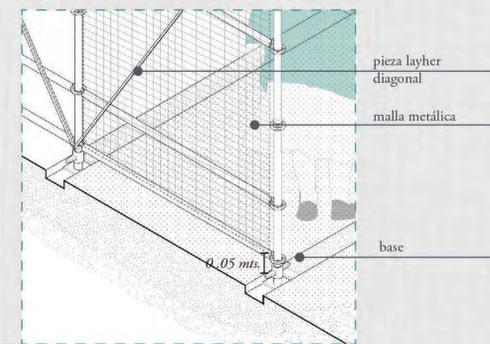
Cambiar la concepción de los elementos metálicos como objetos de privatización a uno que promueva la apropiación e integración de la comunidad.



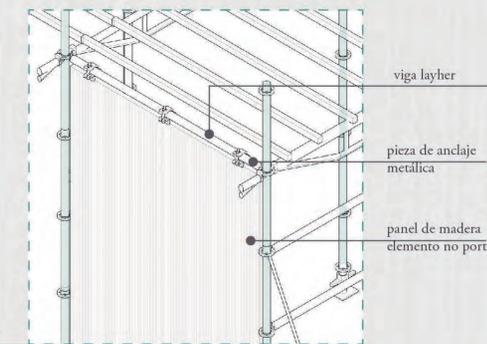
D1 COMFORT Y SOMBRA
_cubierta



D2 SEGURIDAD
_pasamanos



D3 ACCESIBILIDAD
_cimentación_base fijada a suelo



D4 APROPIACIÓN
_panel elemento no estructurante

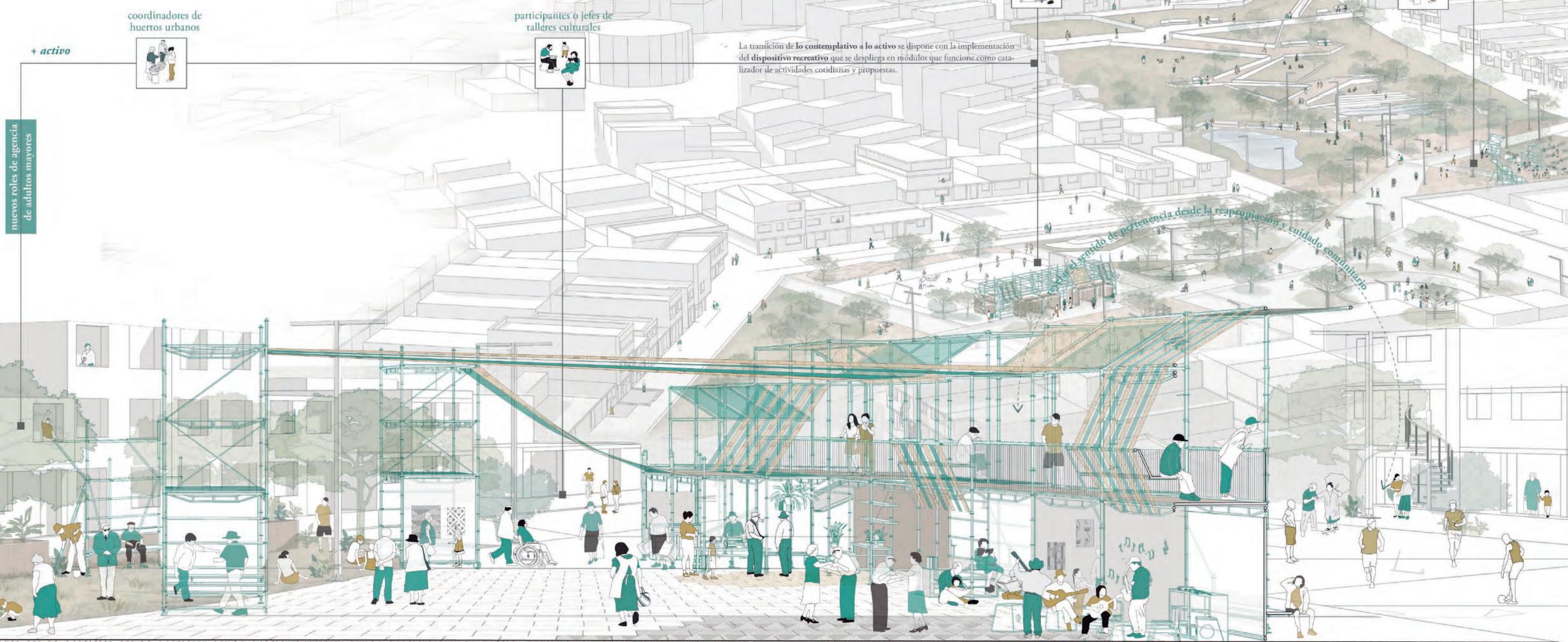
L12 [HABITAR Y CUIDAR EN COMUNIDAD]

Hacia este tramo de la propuesta, los usuarios desarrollarán una nueva rutina de hábitos recreativos en el ámbito físico, social y mental dentro de su tiempo libre en un ambiente de congregación segura entre el espacio deportivo y la zona de vegetación desde filtros de estancia y actividad del parque, que contemplen la diversidad de experiencias de los mayores según sus trayectorias vitales y sus posibilidades de actuación



situación actual

del espacio físico existente



0 100 250



VISTA HACIA EL MÓDULO RECREATIVO CULTURAL, EL TRAMO FINAL DEL PARQUE

L14 puntos activadores para intercambio de saberes



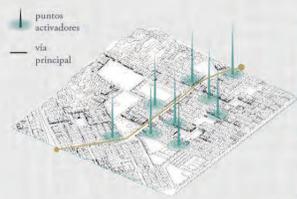
El desplazamiento en la ciudad para adultos mayores en esta zona propuesta se encuentra con mayor flujo peatonal y vehicular requiriendo establecer un **tratamiento de vías** que priorice el **paseo seguro** de adultos mayores así como... para el resto de la población.



1 tipo vía principal: flujo vehicular bajo

2 tipo vía secundaria: entre viviendas

3 tipo vía secundaria: frente a muro ciego



Oportunidad
Los saberes experimentales obtenidos y las extensiones de viviendas permitiendo una exposición de lo privado por vivencias cotidianas o actividades de ciudad mediante servicios de alimentación que conforman parte de su construcción propia e identidad.

tipología de dispositivos

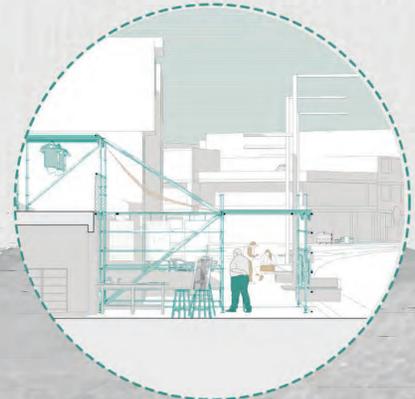
A lo largo del **nuevo tratamiento de vías**, se identifica en la escala mínima del **habitar-la vivienda** como potencial de intervención debido a que alberga, en el límite de lo público y privado, dinámicas comunitarias como comedores populares, talleres de renovación.

Distintas configuraciones que con elementos propios muestran la **flexibilidad del hogar** e intuitivamente son huellas de un cuidado brindado hacia la comunidad con dichos servicios.

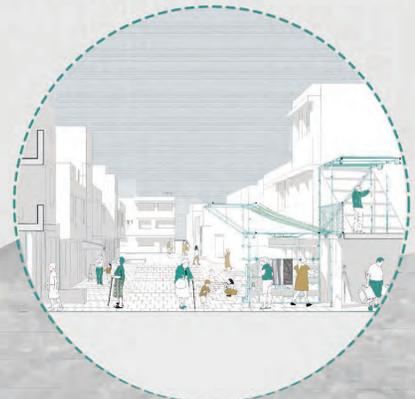


ORGANIZADORES DE TALLERES EXPERIMENTALES

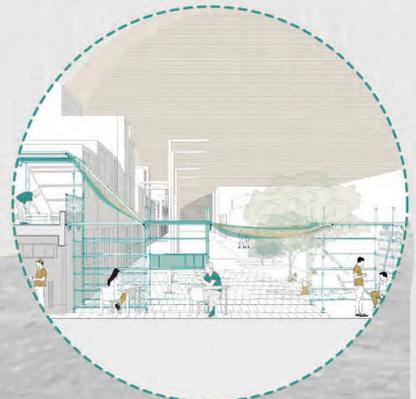
Finalmente, la **visibilización de los adultos mayores** de acuerdo a roles de ciudadanía propuestos o potenciando los espacios donde ya ejercen un carácter de agencia se consolidan en agentes productores de saberes desde lo experimental.



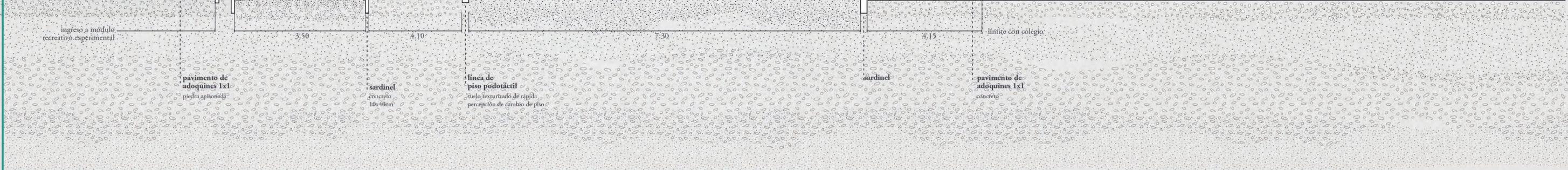
1 en vía principal



2 entre viviendas



3 frente a muros ciegos



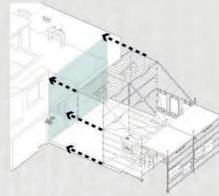
Las tipologías de módulos en viviendas en proceso de consolidación se enlaza al tratamiento de vías propuesto. De manera que, ante distintas situaciones, se plantea una **alternativa constructiva** para impulsar la activación de calles permitiendo la **extensión de viviendas de manera segura** y **comfort de actividades para el compartir**.

Cada espacio es una oportunidad otorgada desde la autonomía asegurando a la vivienda un continuo ingreso económico contribuyendo al barrio desde los servicios cotidianos. Así como, promover el **aprendizaje comunitario desde la experimentación** desde quien hace uso del módulo.

ESTRATEGIAS ESPECÍFICAS

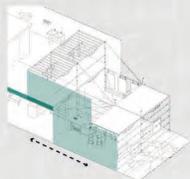
ADOSAMIENTO A LO EXISTENTE

A partir de puntos estratégicos que refuerzan estructura existente, sin dañarla.



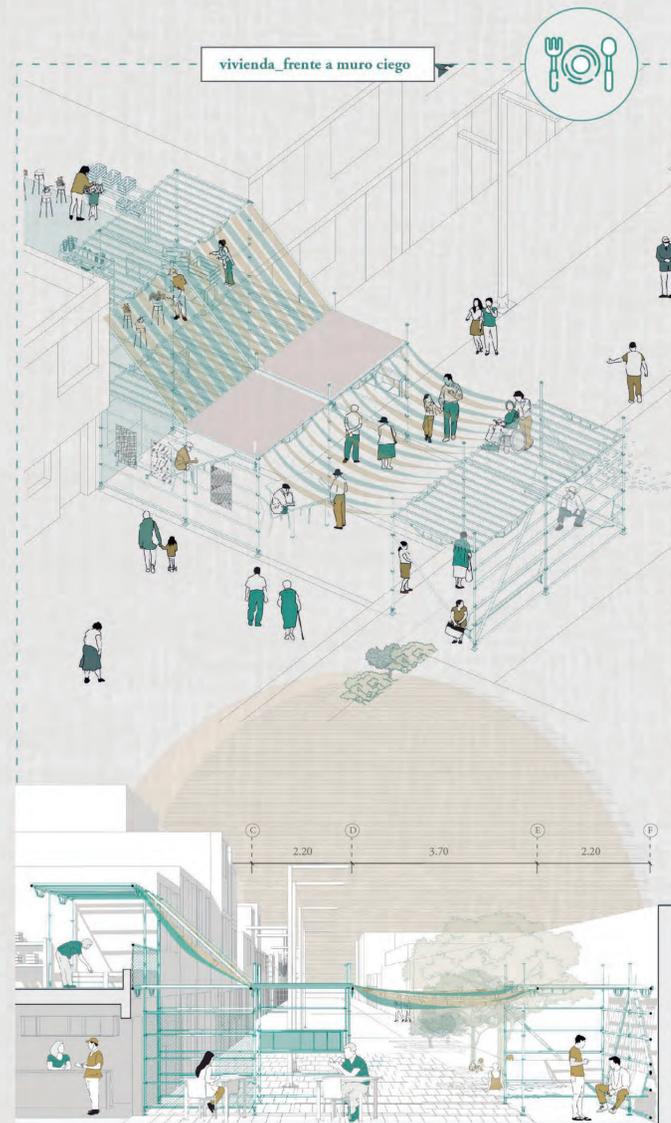
VISUALES

Apertura y control visual en la extensión de talleres o espacios flexibles de viviendas.



FORMA Y FACHADAS

Alternancia de fachadas según la ubicación de viviendas a intervenir.

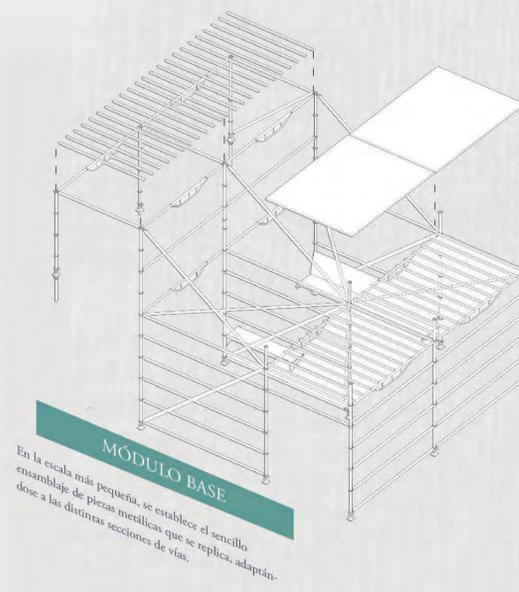
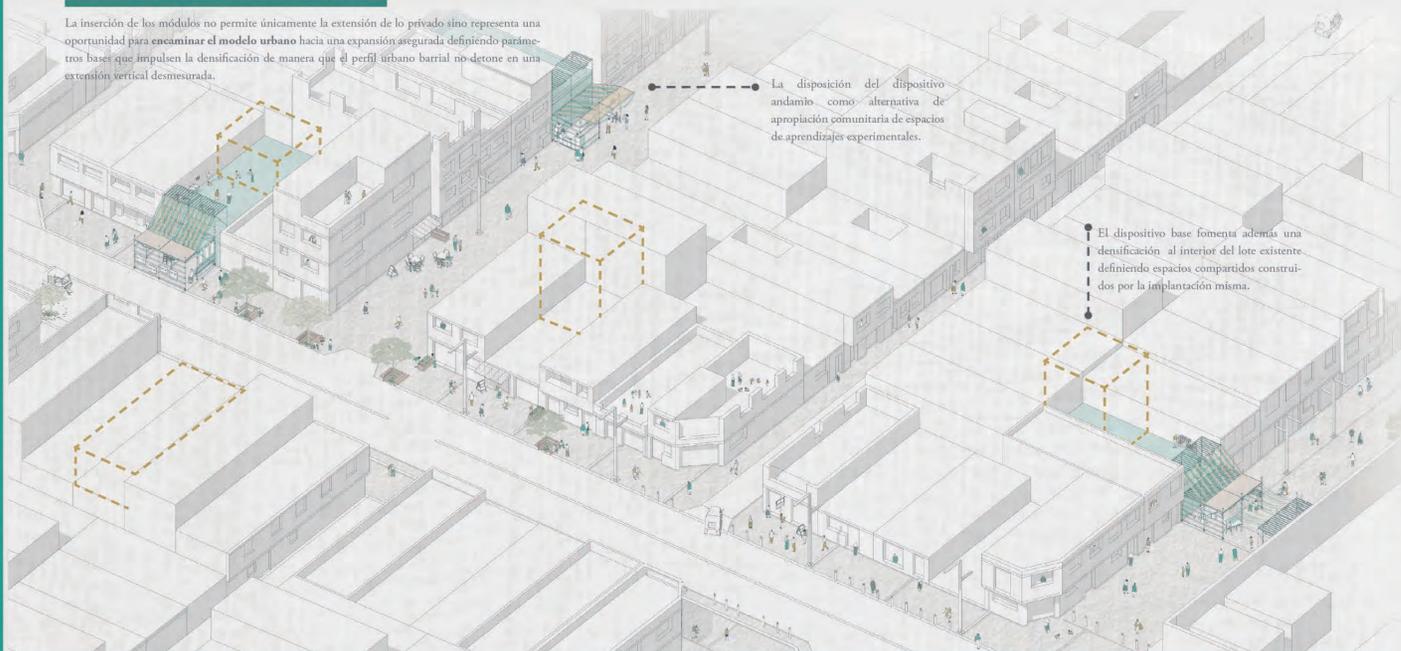


HACIA UNA CONSOLIDACIÓN URBANA

La inserción de los módulos no permite únicamente la extensión de lo privado sino que representa una oportunidad para **encaminar el modelo urbano** hacia una expansión asegurada definiendo parámetros bases que impulsen la densificación de manera que el perfil urbano barrial no detone en una extensión vertical desmesurada.

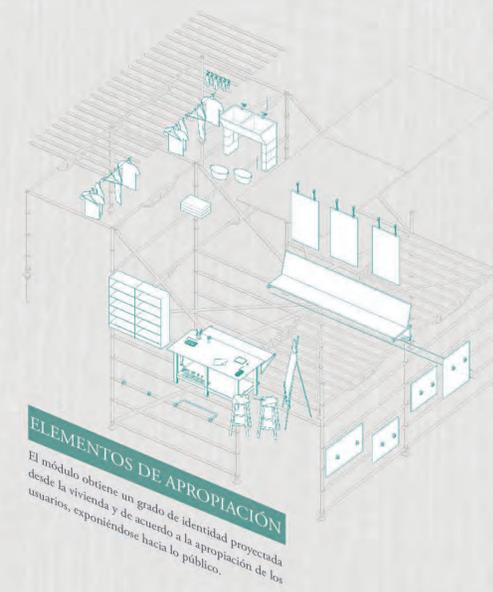
La disposición del dispositivo andamio como alternativa de apropiación comunitaria de espacios de aprendizajes experimentales.

El dispositivo base fomenta además una densificación al interior del lote existente definiendo espacios compartidos construidos por la implantación misma.

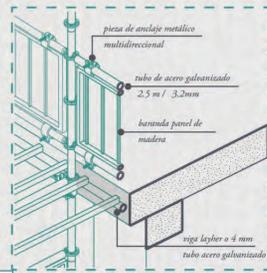


En la escala más pequeña, se establece el sencillo ensamblaje de piezas metálicas que se replica, adaptándose a las distintas secciones de vías.

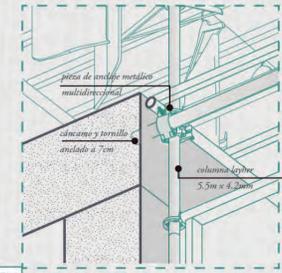
- programas existentes**
 - comedores comunitarios
 - talleres de reparación /costura y tejido/
- programas insertado**
 - talleres de tallado /madera/



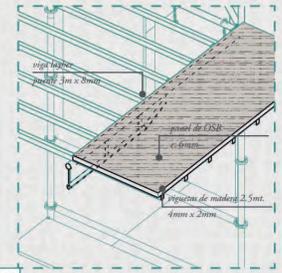
ELEMENTOS DE APROPIACIÓN
El módulo obtiene un grado de identidad proyectada desde la vivienda y de acuerdo a la apropiación de los usuarios, exponiéndose hacia lo público.



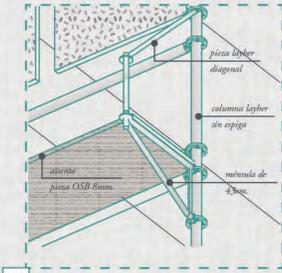
D5 SEGURIDAD
_detalle de baranda en segundo nivel de vivienda



D6 APROPIACIÓN
_detalle de anclaje de andamios a muro de vivienda

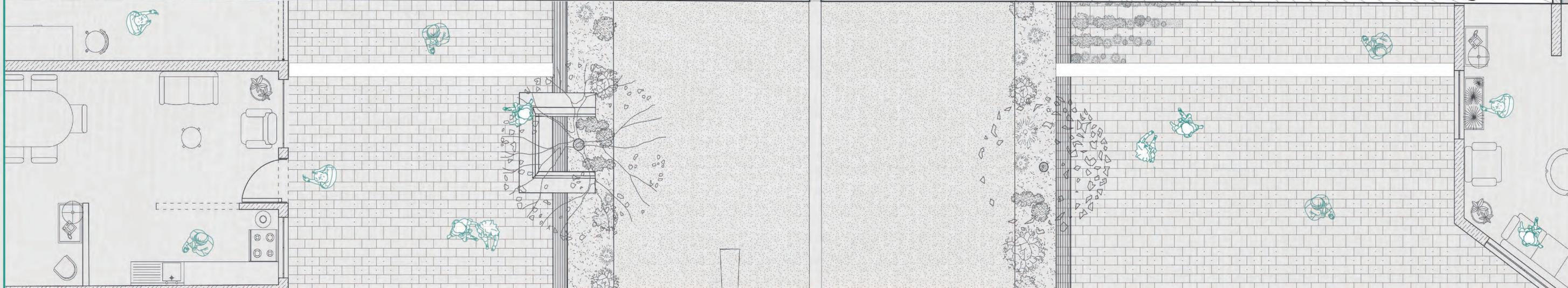


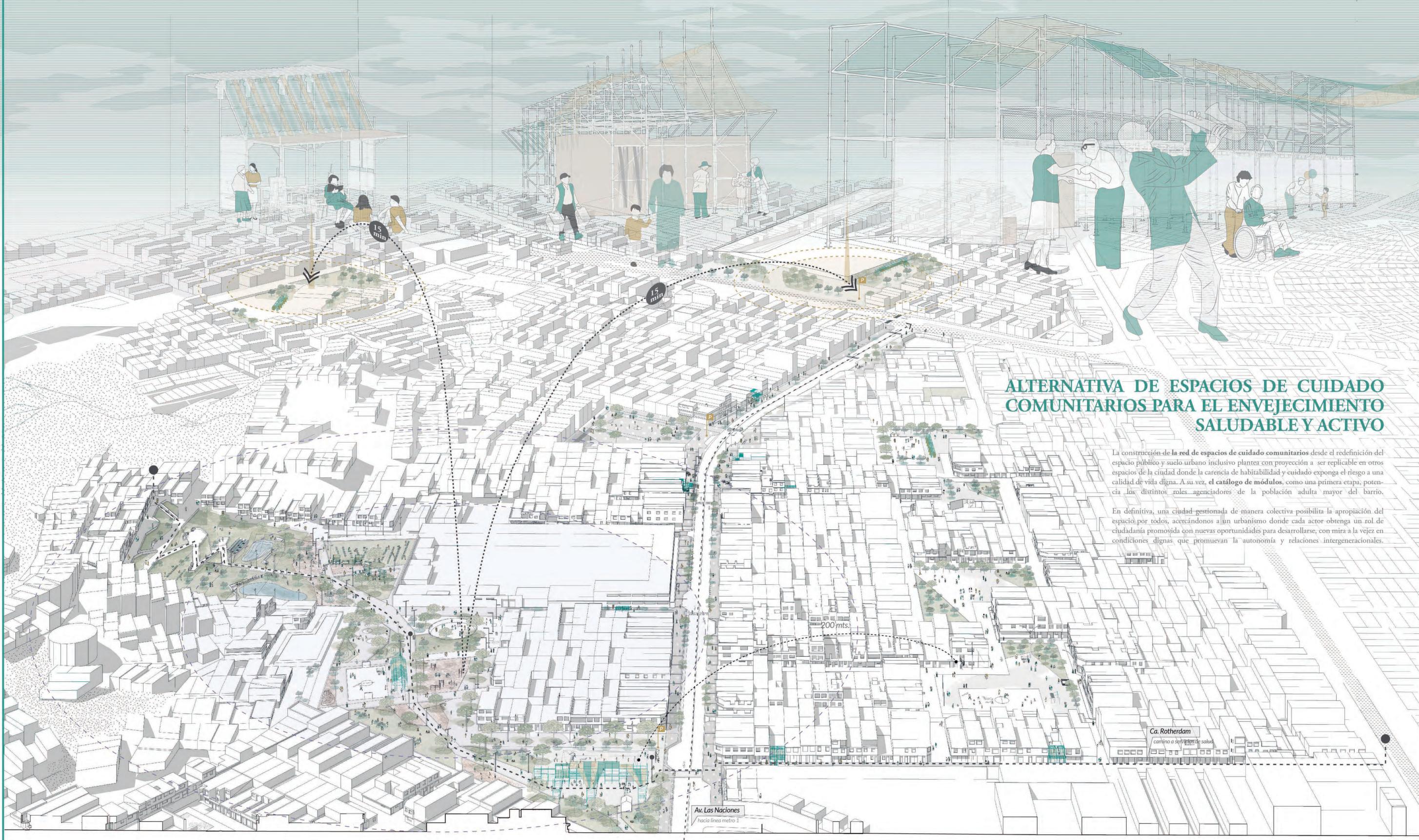
D7 COMFORT Y SOMBRA
_detalle de techo



D8 SEGURIDAD
_detalle de anclaje de asiento en columna L-beam

Se reprograma viviendas en proceso de consolidación con el adosamiento de una estructura metálica en límite de lo público y privado para llevar a cabo este nuevo uso comunitario integrando el espacio público con servicios cotidianos brindados desde el barrio.





ALTERNATIVA DE ESPACIOS DE CUIDADO COMUNITARIOS PARA EL ENVEJECIMIENTO SALUDABLE Y ACTIVO

La construcción de la red de espacios de cuidado comunitarios desde el redefinición del espacio público y suelo urbano inclusivo plantea con proyección a ser replicable en otros espacios de la ciudad donde la carencia de habitabilidad y cuidado exponga el riesgo a una calidad de vida digna. A su vez, el catálogo de módulos, como una primera etapa, potencia los distintos roles agenciadores de la población adulta mayor del barrio.

En definitiva, una ciudad gestionada de manera colectiva posibilita la apropiación del espacio por todos, acercándonos a un urbanismo donde cada actor obtenga un rol de ciudadanía promovida con nuevas oportunidades para desarrollarse, con mira a la vejez en condiciones dignas que promuevan la autonomía y relaciones intergeneracionales.

Av. Las Naciones
hacia línea metro 1

Ca. Rotterdam
camino a San Juan de Lurigancho

05

Conclusiones



La heterogeneidad en la vejez resulta compleja debido a factores culturales, sociales y económicos obteniéndose alternativas para conseguir calidad de vida digna, lo que impulsa la preocupación de cuidar a este grupo poblacional desde la habitabilidad en el espacio urbano y con la comunidad garantizando un desarrollo continuo, seguro.

Desde el ámbito urbano, resulta urgente plantear la **redefinición del espacio urbano tanto público como doméstico**. El trabajo elaborado busca proyectar desde sujetos subalternos como los adultos mayores que, involucrarlos en el diseño urbano, implica pensar a futuro imaginando los escenarios de habitabilidad posible de uso para toda la población. Ello permitirá que vivan con autonomía y con la capacidad

de crear relaciones sociales con el entorno, gozando de entornos de favorable habitabilidad. El distrito de San Juan de Lurigancho segrega a los adultos mayores en ámbitos de habitabilidad desde infraestructuras de cuidado, como el actual Centro del Adulto Mayor, pasando por el espacio público y la accesibilidad desde las laderas al limitar una autonomía en el desplazamiento. De igual manera, ocurre en zonas planas, las cuales transgrede a petrones al priorizar el privilegio vehicular.

Por todo ello, se destruye progresivamente el tejido social, lo comunitario que eliminan espacios comunes, tradiciones que permiten a los adultos mayores mantener como **actores memoria viva** en sus barrios. Las posibilidades de brindar al adulto mayor en

condiciones vulnerables tanto físicas, económicas y sociales, no depende únicamente de entregarle mobiliario adecuado de descanso o mantenerlo ocupado mediante talleres de ocios sino permitir que durante esta etapa tanto el envejecimiento activo y saludable obtengan muchas alternativas de autocuidado que reconociendo las experiencias vividas o saberes acumulados, se pueda impulsar hacia roles de agencia desde su comunidad, proporcionando una conciencia de desarrollo en base a cuidados interdependiente y no únicamente la producción económica

Por lo que, dentro de la arquitectura resulta insuficiente mencionar la habitabilidad desde el espacio doméstico de cuidado, por defecto en nuestra realidad, como las vivien-

das. Es sino hablar desde un sentido más integral asegurándoles entornos apropiados que permitan una relación prologanda con su comunidad.

El implemento de políticas públicas y urbanas desde un enfoque gerontológico implica la participación de distintos grupos etáreas de la población, organizaciones, instituciones de manera que se identifiquen las desigualdades sociales y construir una sociedad incluyente.

En ese sentido, la red de cuidados fomentados desde los barrios se construye desde la comunidad y ya no en lugar del sujeto único. Ello posibilita que cada integrante aporte desde sus conocimientos y modos de habitar para construir espacios con las condiciones óptimas para la vida digna.

Bibliografía

Comas-d'Argemir, Dolors. (2016). Cuidados, género y ciudad en la gestión de la vida cotidiana.

Elias, N. (1990). La sociedad de los individuos. Barcelona: Península.

Garcés, Marina (2013). Un mundo común. Serie General Universitaria. 131. Barcelona: ediciones Bellaterra.

García, M., Sánchez, D., & Román, R. (2019). Envejecimiento y estrategias de adaptación a los entornos urbanos desde la gerontología ambiental. *Estudios Demográficos y Urbanos*, 34(1), 101–128. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-72102019000100101

Lindón, Alicia (2013). La experiencia espacial de la ciudad: rutinas y resistencias en lo cercano y lo lejano. En *La ciudad un espacio para la vida. Miradas y enfoques desde la experiencia espacial*. España: Universidad de Granada.

Martínez, T. (2006). Envejecimiento activo y participación social en los centros sociales de personas mayores. *Serie Documentos Técnicos de Política Social*, 17, 47-61.

Miralles, I. (2010). Vejez productiva: El reconocimiento de las personas mayores como un recurso indispensable en la sociedad. *Kairos: Revista de Temas Sociales*, ISSN-e 1514-9331, No. 26, 2010, (26), 4.

Organización de Naciones Unidas. (2015). En el día mundial de las ciudades la ONU destaca el papel del Diseño urbano. Recuperado de <http://www.un.org/spanish/News/story.asp?NewsID=33728#>.

VxwUZ9ThDIU (25 de agosto de 2017)

Olivera, J. (2014). Las características del adulto mayor peruano y las políticas de protección social. *Las Características Del Adulto Mayor Peruano y Las Políticas de Protección Social*, 37(73) 75–113.

Paredes, M., & [et al.]. (2019). *Desde la niñez a la vejez*. (Teseo). Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Portal, E. Arias, E., y Lirio, J. (Dir.) (2015). *Gerontología Social y Envejecimiento Activo*. Madrid: Editorial Universitas.

Rodríguez, G. H. y Sandoval, M. M de L. (2011). *Calidad de vida. Los espacios de recreación. Hacia una planeación integral*. México: Trillas.

Ruiz, J. C. (2009). *Espacios públicos y cohesión social*. Chile: Universidad Alberto Hurtado.

Sánchez-González, D., Adame Rivera, L. M., y Rodríguez-Rodríguez, V. (2018). Paisaje natural y envejecimiento saludable en el lugar: el caso del Parque Nacional Cumbres de Monterrey (México). *Boletín de la Asociación de Geógrafos Españoles*, 76, 20-51. doi: 10.21138/bage.2514

Segovia, O y Rico, M. (2018). ¿Cómo vivimos la ciudad? Hacia un nuevo paradigma urbana para la igualdad de género.

World Health Organization (2007). *Global age-friendly cities : a guide*. ISBN 978 92 4 154730 7

