



Explorando las nuevas comunidades para adultos mayores

Ana Cecilia Corral Ruiz

Estudiante de la Licenciatura en Arquitectura
Escuela de Arquitectura, Diseño y Comunicación
Universidad La Salle Cuernavaca
anacorral.larq23@lasallecuernavaca.edu.mx

Resumen

Históricamente, los adultos mayores se enfrentan a un problema en cuanto a elegir vivienda para su retiro se trata. Alrededor del mundo existe una constante, las opciones para ellos son muy pocas, ya sea mudarse a un asilo tradicional o contratar a una enfermera. Estas opciones carecen de elementos y características que les permitan trabajar en su salud mental, les ofrezcan actividades recreativas o les permitan relacionarse con otras personas. Numerosos estudios han revelado los beneficios de todos estos elementos para la calidad de vida de las personas, en este caso, los adultos mayores.

En respuesta a esta necesidad, cada vez existen más ejemplos de comunidades y residencias que están diseñadas en base a las necesidades

físicas y emocionales de sus usuarios. Estas opciones buscan, al mismo tiempo, promover la convivencia y generar un sentido de pertenencia en ellos, sin dejar de lado la sustentabilidad y la capacidad de compartir gastos, servicios, espacios y cuidados de forma más organizada. El reto es que esta nueva tipología de residencias no esté disponible únicamente para los sectores medio alto y alto de la población. Una vivienda digna para el retiro debe de estar disponible para todas las personas mayores. Brindarles una vivienda que cuente con las características necesarias para una buena calidad de vida es factor clave para el desarrollo de una comunidad sana y feliz.

Palabras clave: Adultos mayores, vivienda colectiva, dignidad, comunidad.

Abstract

Historically, elderly people have faced a challenge when it comes to choosing retirement housing. Around the world, there is a constant: they have very few options, whether it is moving to a traditional nursing home or hiring a nurse. These options lack elements and features that allow them to work on their mental health, offer recreational activities, or allow them to connect with others. Numerous studies have revealed the benefits of all these elements for the quality of life of people, in this case, older adults.

In response to this need, there are increasing examples of communities and residences designed based on the physical and emotional needs of their users. These options simultaneously seek to promote coexistence and generate a sense of belonging, without neglecting sustainability and the ability to share expenses, services, spaces, and care in a more organized way. The challenge is to ensure that this new type of residence is not only available to the middle- and upper-income segments of the population. Decent retirement housing must be available to all elderly people. Providing them with housing that has the necessary features for a superior quality of life is key to the development of a healthy and happy community.

Keywords: Elderly people, collective housing, dignity, community.

Marco teórico

Los ancianos consideran como elementos de calidad de vida al hogar, paz y tranquilidad y como factores resilientes a la espiritualidad, positivismo y autoeficacia (Beltrán, 2024). La población de adultos mayores a nivel mundial es cada vez mayor y es parte de vivir, saber, respetar y entender las necesidades cambiantes que tienen. Uno de los cambios más fuertes a los que se enfrentan es a la hora de cambiar y buscar de residencia. En la mayoría de los casos vivir de manera independiente ya no es una opción viable, necesitan apoyo, atención médica, actividad física, apoyo emocional y protección.

La institucionalización de los ancianos se define como “la admisión voluntaria de los ancianos en un entorno de atención permanente designado, lo que implica mudarse del entorno familiar y permanecer en el nuevo entorno institucional”. Las personas mayores son internadas por una variedad de razones incluidas las físicas, reducción de la autonomía intelectual y mental, problemas socioeconómicos, soledad, marginación, falta de comunicación con los miembros de la familia, problemas de conducta y enfermedades mentales graves (Rodríguez, 2023).

Ya en el siglo XIX se podía hablar de instituciones especializadas en la acogida de personas mayores. El siglo XX aparecieron los llamados asilos; servicios y prestaciones que brindaban eran muy básicos y se limitaban a brindar vivienda, alimentación e higiene a quienes acudían a ellos, en la medida que las condiciones socioeconómicas de la época lo permitían (Rodríguez, 2023).

Existen muchos desafíos actualmente. El aumento de población de personas mayores a nivel mundial y los desafíos que tienen los sistemas de cuidados y atención a largo plazo han generado una serie de problemáticas dentro del modelo de asilo tradicional. Entre las más importantes está la falta

de personal calificado y las malas condiciones de trabajo, que terminan por provocar una atención de mala calidad para los usuarios y que, en casos extremos, puede llevar al abuso físico y/o emocional. Al haber un número de necesidades muy diversas, el sistema de atención estandarizado limita la posibilidad de ofrecer un trato personalizado de acuerdo con sus necesidades emocionales y cognitivas.

En ese sentido, las instalaciones de las residencias juegan un papel importante. La falta de mantenimiento y las nulas adaptaciones para personas con demencia y movilidad reducida terminan por aumentar el número de accidentes en un entorno poco seguro.

Contenido de la propuesta (argumentación y discusión)

Considerando los aspectos anteriores, han surgido nuevos modelos alrededor del mundo que han demostrado que son capaces de ofrecer una opción óptima para una mejor calidad de vida para los adultos mayores que, por distintas razones, optan por este modelo de vivienda.

Tal es el caso de Villa Demencia en Holanda, enfocada específicamente en personas con esta condición. Este modelo comenzó a partir de un estudio de inicios de la década de 1990 que surgió al permitir que los pacientes ayudaran en la cocina y limpieza. Gracias a esto, se concluyó que el nivel de estrés y la medicación se reducían paulatinamente mientras que su calidad de vida mejoraba.

Las personas que sufren de demencia suelen sentirse perdidas, dada la dificultad para orientarse, derivada de la pérdida de memoria de corto plazo, por lo que es necesario recrear para ellas un ambiente familiar en el que puedan socializar y desarrollar su vida normal. A esta meta apuntó

el desarrollo arquitectónico de la villa, que tuvo especial cuidado de ayudarlos físicamente a evitar obstáculos y barreras constructivas, evitando muros y vallas y agregando cantidad de espacios libres y plantas decoradas al gusto de cada uno (Campos, 2022).

De esta manera, en 2008, la residencia original se transformó en la Villa Demencia, un hábitat y espacios urbanos con propósitos terapéuticos para ancianos, para que los pacientes puedan vivir de lo más normal posible en un espacio interior abierto, cuidado y controlado (Campos, 2022). Compuesto por bares, cafeterías, senderos, parques y tiendas que son disfrutados libremente, y donde 250 trabajadores que visten uniformes propios de la profesión de sus roles, atienden a 150 habitantes en total. Esta residencia ofrece una de las mejores propuestas para un retiro digno y especializado en esta condición de los pacientes, con una cuota de 600 euros mensuales los cuales pueden ser complementados con subsidios del gobierno.

De igual forma el cohousing, originario de Dinamarca y Holanda con la idea de albergar parejas jóvenes, terminó en un modelo popular entre las personas mayores. La idea de compartir servicios comunes, tener actividades sociales y recreativas y vivir con sus parejas y amigos. Esta forma de vida trae incontables beneficios para la salud y se vuelve más seguro porque los miembros

siempre están al pendiente los unos de los otros.

Muchos estudios han revelado que la soledad trae una muerte prematura y consecuencias en la salud como la presión arterial alta y peor rendimiento cognitivo. La soledad es un factor en la vida de un tercio de los adultos mayores en Estados Unidos y la doble posibilidad de desarrollar demencia (BBC, 2018).

Un punto que no se debe ignorar es el hecho de que este modelo de comunidades no ofrece el mismo nivel de cuidados que una residencia, pues se puede obtener atención de los vecinos para necesidades pequeñas, pero no para necesidades especializadas en ningún nivel. Crear este modelo de vivienda requiere muchos elementos, pero es posible que tú puedas organizar tu propio grupo de cohousing con tus amigos.

Conclusión

Estos son solo dos ejemplos de propuestas de vivienda para adultos mayores, ambas con ventajas y desventajas. Es importante identificar las necesidades de cada adulto mayor para poder decidir la mejor opción para ellos. Aspectos para destacar es que ambos ejemplos hacen énfasis en la importancia de vivir acompañados pues no es un secreto que, conforme las personas envejecen, el porcentaje de tiempo en soledad en

su vida incrementa. Esa es una situación devastadora que puede ser contrarrestada con la generación de espacios de convivencia y estilos de vida que involucren el intercambio entre miembros de una comunidad.

Es triste ver cómo se pierde el respeto a la dignidad de vida de las personas mayores y cómo por distintos motivos familiares, de abandono, problemas económicos y de salud, el tema de la vivienda para ellos se dificulta y las opciones que existen resultan poco aptas.

Como sociedad no podemos permitir que el valor de los adultos mayores dentro de las dinámicas diarias se olvide y que su vida concluya de esa manera. Y, aunque el modelo de asilo tradicional ha sido capaz de resolver necesidades inmediatas y ha fungido como una solución para muchos de ellos, también ha generado problemas y, en general, una vida sin propósito, con problemas emocionales y de identidad por sus características más generales.

La arquitectura y el “urbanismo terapéutico”, como podríamos definirlo, tiene la capacidad de aportar espacios y condiciones que benefician la vida de todos los sectores de la población. Un esfuerzo que se base en el diseño y enfoque que permitan una buena calidad de vida, con las atenciones necesarias, fomentando el sentido de pertenencia y comunidad, debe de formar parte central de las propuestas futuras y el reacondicionamiento de viviendas de adultos mayores alrededor del mundo.

Bibliografía

- “Cohousing”: viviendas colaborativas para adultos mayores. (2022). UNAM Global Revista. Recuperado 5 de noviembre de 2024, de https://unamglobal.unam.mx/global_revista/cohousing-viviendas-colaborativas-para-adultos-mayores/
- «Senior cohousing»: la tendencia de envejecer rodeado de amigos como alternativa a las residencias (y por qué es bueno para la salud). (2018). BBC. Recuperado 12 de noviembre de 2024, de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-44859680>
- Campos, J. I., (2022). La Ciudad Geriátrica: El caso de Villa Demencia en Holanda. Block. Recuperado 12 de noviembre de 2024, de <https://slyg-block.com/articulo/la-ciudad-geriatrica-el-caso-de-villa-demencia-en-holanda/>
- Pintos, P. (s. f.). Viviendas colectivas para personas mayores Elzenhof Veenoord / Specht architects & planners. ArchDaily México. Recuperado 5 de noviembre de 2024, de <https://www.archdaily.mx/mx/1015066/viviendas-colectivas-para-personas-mayores-elzenhof-veenoord-specht-architects-and-planners>
- Rodríguez, B. (2023). Institucionalización en la tercera edad. Historia de los centros residenciales. Revista Ocronos. Recuperado 7 de noviembre de 2024, de <https://revistamedica.com/historia-centros-residenciales-tercera-edad/>