

CONSEJOS PRÁCTICOS PARA ADAPTAR LA CASA

ESTIMULACIÓN ESPACIAL Y AMBIENTAL

ARQUITECTURA Y ALZHEIMER

1



HAC TEP-965 research group
HEALTHY ARCHITECTURE & CITY



HAC TEP-965 research group
HEALTHY ARCHITECTURE & CITY



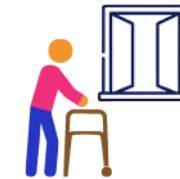
Healthy Architecture & City (HAC) es un grupo de investigación de la Universidad de Sevilla, una de cuyas líneas de investigación es proyectar para la ausencia de memoria. Su objetivo es contribuir con soluciones para casas, edificios y ciudades, que aporten seguridad, confort y autonomía a personas con enfermedad de Alzheimer y sus cuidadores.



Más de **800.000** personas en España tienen demencia



90% del tiempo lo pasan en lugares no construidos



Y estos lugares no siempre atienden a sus **necesidades específicas**

INFLUENCIA DEL ESPACIO EN LOS SÍNTOMAS DEL ALZHEIMER



Cambios de humor



Desorientación en tiempo y lugar



Ansiedad



Pérdida de memoria que dificulta el desarrollo de las tareas diarias



Estrés



Pérdida de iniciativa en las actividades sociales



Colocación de objetos fuera de su lugar

3 ASPECTOS A TENER EN CUENTA EN EL DISEÑO DE ESPACIOS

La enfermedad de Alzheimer presenta una serie de características que la singularizan. Algunos síntomas, como los que se recogen en la página anterior entre otros, van apareciendo o se agudizan según los diferentes grados de la enfermedad.

Un buen diseño del entorno donde habitan estas personas, junto con la incorporación de las nuevas tecnologías integradas en la arquitectura, hace que estos factores se puedan mitigar. Y por consiguiente, obtener una mayor autonomía y aumento de la calidad de vida, tanto del enfermo, como del entorno de personas vinculadas a él, como son cuidadores y familiares.



SEGURIDAD

Instalar puertas correderas ●

Pintar la puerta de salida al exterior y la pared en el mismo tono ●

Instalar grifería con regulación automática de temperatura para evitar quemaduras ●

Colocar sensores para apagado automático de aparatos eléctricos ●



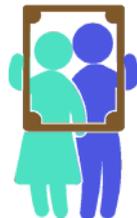
ACCESIBILIDAD

Sustituir la bañera por un plato de ducha ●

Iluminar pasillos y escaleras e incorporar luces nocturnas que indiquen recorridos ●

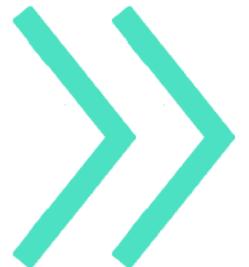
Ubicar pasamanos y elementos de apoyo en distribuidores y baños ●

Señalizar los escalones y cambios de nivel ●



PERSONALIZACIÓN

Es necesario que el espacio habitado esté adaptado a las necesidades concretas y específicas de cada usuario. La personalización del espacio tiene en cuenta las singulares sintomatologías de la enfermedad de Alzheimer y la estimulación sensorial de las personas.



PERSONALIZACIÓN DEL ESPACIO DOMÉSTICO



Potenciar la iluminación natural y en estancias oscuras utilizar lámparas de luz cálida.

A



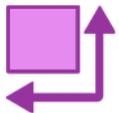
Generar visuales cruzadas conectando espacios de referencia para mejorar la orientación espacial, como conectar visualmente la cocina con la zona de estar, y el dormitorio con el baño.

B



Utilizar materiales cálidos y uniformes, como la madera para el suelo y mobiliario.

C



Procurar recorridos cortos entre estancias y una proporción doméstica de los espacios.

D



Fomentar la relación visual del entorno exterior y espacio ajardinado, e incluir vegetación en el interior para reducir el estrés.

E



Emplear colores cálidos y neutros que armonicen el espacio y aporten tranquilidad.

F



Colocar mobiliario, fotografías y recuerdos personales para favorecer la activación de la memoria.

G



Integrar nuevas tecnologías en la vivienda para facilitar actividades, como sensores de movimiento para encendido y apagado de luces, o control por voz de la climatización.

H



PROTOTIPO DE VIVIENDA ADAPTADA REALIZADA
CON REALIDAD VIRTUAL POR EL GRUPO HAC



PROYECTO alzarq



<https://grupo.us.es/alzarq/>

 hac@us.es

Proyecto PID2020-115790RB-I00 financiado por:



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE CIENCIA
E INNOVACION

