

URBANISMO, ESPACIO PÚBLICO Y PERSONAS MAYORES: HACIA LA AMABILIDAD DE LAS FORMAS

URBANISM, PUBLIC SPACE AND OLD PEOPLE: TOWARDS THE AMIABILITY OF MANNERS

Palabras clave: Urbanismo, Accesibilidad, Ciudad, Ocupación, Personas Mayores.

Key Words: Urbanism Architectural accesibility, Occupation, Elderly.

DECS: Remodelación Urbana, Accesibilidad, Ciudades, Ocupación, Anciano Frágil.

MESH: Urban Renewal, Accessibility, Cities, Occupation, Frail Elderly.

Morenos Ramos D.

Licenciado en Derecho. Master en Política Territorial y Urbanística. Asesor Urbanístico de Talmogar. Gestor Inmobiliaria Look&Find

Corregidor Sánchez AI.

Diplomada en Terapia Ocupacional. Licenciada en Antropología Social y Cultural. Profesora Universidad Castilla la Mancha

Como citar el texto en sucesivas ocasiones:

Morenos Ramos D, Corregidor Sánchez AI. Urbanismo, espacio público y personas mayores: hacia la amabilidad de las formas. TOG (A Coruña) [Revista en internet]. 2010 [citado fecha]; monog. 3: 232-254 Disponible en: <http://www.revistatog.com/mono/num3/urbanismo.pdf>

Introducción

URBANISMO: HACIA EL DISEÑO DE CIUDADES INCLUSIVAS

Somos los espacios que habitamos. La vida humana consiste en la continua realización de actividades que determinan la interacción con los distintos espacios en los que vivimos. el espacio construido por el ser humano, con la ciudad como principal paradigma, es ante todo, un espacio para ser ocupado, para servir y ser usado, para interactuar con otras personas en un entorno y para interactuar con el entorno, en tanto que personas, escenarios para el comportamiento, para la relación (Valera, 1999). La ciudad¹, como espacio vital, alberga la mayoría de lugares en los que se desarrollan las actividades cotidianas. Lugares no vacíos, que se llenan de significados

¹ Entendida como *civitas* o zona habitada por ciudadanos (civis) según su significado en la Antigua Roma.

RESUMEN

La dimensión urbana del contexto físico que rodea a las personas mayores constituye un factor de alta influencia en la elección de actividades ocupacionales. El urbanismo se encarga de dar respuesta a las necesidades de la población a través de la planificación del crecimiento urbano. En el presente artículo se analiza la evolución del urbanismo y su relación con el diseño de ciudades inclusivas. Se estudia también la repercusión de los distintos tipos de planeamiento urbano, como por ejemplo el urbanismo de proximidad, sobre la ocupación de las personas mayores y la consecuencia iatrogenia social urbanística. Se proponen nuevas formas de residencia como las viviendas tuteladas. Por último se presentan los espacios públicos al aire libre como los espacios públicos más utilizados por las personas mayores y se proponen medidas para adaptar el mobiliario urbano a las necesidades de las personas mayores.

SUMMARY

The urban dimension of the physical context that surrounds the major persons constitutes a high influence factor in the choice of occupational activities. The urbanism gives response to the population needs across the planning of the urban growth. In the present article, the evolution of the urbanism is analyzed and its relation with the design of inclusive cities. There is also studied the repercussion of different types of urban planning, as for example the urbanism of proximity, on the occupation of the major persons and the consequent urbanistic social iatrogenic. They propose new forms of residence like in ward housings. Finally there appear the public spaces outdoors like the public spaces more used by major persons and they propose measures to adapt the street furniture to the needs of major persons.

partiendo de las actividades que realizamos en ellos: el recorrido al trabajo, la plaza de reunión con los amigos, la zona de compras son espacios con sentido para cada uno de nosotros. Están dotados de significados que la persona va construyendo en base a sus experiencias y que simultáneamente contribuyen a construir su identidad personal.

Cabe preguntarse ¿cómo nacen estos escenarios? ¿cómo se formaron las ciudades en las que ahora habitamos? ¿fue el azar el encargado de diseñar el trazado

de las calles y plazas que conducen nuestro devenir diario? o por el contrario ¿fue una planificación cuidadosa y organizada la que se encargó de diseñar itinerarios, ubicar plazas y establecer los nodos de comunicación que componen la dimensión física de nuestros entornos?.

Las ciudades de hoy tienen su origen en el éxodo masivo del campo a la ciudad debido a la industrialización. La ciudad comienza a concebirse entonces, como algo más que un conjunto de viviendas aglomeradas a las que hay que proveer de servicios urbanos básicos (agua, luz y alcantarillado). La ocupación del nuevo espacio crea *sociedades urbanas* que demandan mínimos de calidad de vida y exigen la planificación del espacio para alojar las nuevas formas de vida.

La concepción del hombre como el "ser que hace de la tierra y el suelo su eje operativo" suscita la aparición de una nueva disciplina: **el urbanismo**². Y de la misma manera que la Terapia Ocupacional fuera presentada por la AOTA utilizando la conjunción "arte y ciencia"³, el urbanismo fue también definido como "*el arte y la ciencia de construir ciudades*", "el arte de proyectar/fundar ciudades" o "la ciencia que se ocupa de la ordenación de la ciudad". Ambas definiciones contienen la necesidad de fusionar la técnica objetiva con ese matiz creativo que trascienda los límites de la realidad, ya sea para promover un equilibrio ocupacional saludable o para proyectar *ciudades inclusivas y amables* que promuevan la confianza y la seguridad de todos sus habitantes.

En el S. XIX, la normativa urbanística se basaba en solucionar dos problemas básicos:

1. Por una parte la reforma interior de poblaciones consistente en la demolición de barrios antiguos, poco higiénicos pero reurbanizables, abriendo nuevas calles, mejorando las carencias rotacionales y servicios de la ciudad.
2. Por otro lado el ensanche de las poblaciones, tendente a procurar residencia y empleo a la población que provenía de la migración campo-ciudad.

La necesidad de planificar la ordenación del crecimiento urbano de forma más específica desembocó en un conjunto de disposiciones que el 12 de mayo de 1956 dieron lugar a la primera "*Ley sobre Régimen del Suelo y Ordenación Urbana*" y que constituyen el nacimiento del Derecho Urbanístico. El principal objetivo de esta ley fue el de responder a los conflictos de intereses privados y colectivos creados por las ventas que suscitaba el urbanismo contemporáneo.

² De la raíz *Urbs-urbis*, término del latín que significa Ciudad grande e importancia. Roma, era definida como la Urbe

³ En 1968 la AOTA utilizó la conjunción de términos "arte y ciencia" para definir la Terapia Ocupacional como *el arte y la ciencia de dirigir la respuesta del hombre a la actividad seleccionada para favorecer y mantener la salud, para prevenir la incapacidad, para valorar la conducta y para tratar o adiestrar a los pacientes con disfunciones físicas o psicosociales*.

Partiendo de estas definiciones primigenias, en la actualidad el urbanismo ha trascendido los límites de la ciudad y ha incluido la Ordenación del Territorio entre sus funciones, abarcando prácticamente el área nacional en su totalidad. La Carta Europea de Ordenación del Territorio dictada por la Conferencia Europea de Ministros responsables de Ordenación del Territorio (CEMAT: 1983) así lo refleja, al definir la *Ordenación del Territorio* como la expresión espacial de la política económica, social, cultural y ecológica de toda la sociedad. Estos dos subsistemas de planeamiento territorial: ordenación del territorio y urbanismo se encargan de delimitar y estructurar el suelo. El primero de ellos ocupándose de las grandes magnitudes de terreno y aplicándose desde las Administraciones Autonómicas/estatales y el segundo, refiriéndose a la ordenación local y siendo de aplicación municipal/inframunicipal con eficacia vinculante total (Parejo Alfonso, 1981).

Esquema Normativo Derecho Urbanístico

1. Ley Estatal que regula de forma general la Ordenación del Territorio, el régimen de valoraciones y del suelo.
2. Ley Autonómica propia y legislada por cada CC.AA. En el caso de Castilla la Mancha, por ejemplo,
3. Reglamentos que desarrollan las leyes autonómicas sobre Planeamiento y Gestión Urbanística.
4. Legislación sectorial aplicable al urbanismo, como puede ser la Ley de Carreteras, la Ley de Aguas, Ley General de Telecomunicaciones, Normativa sobre accesibilidad y eliminación de barreras, como por ejemplo la Ley 3/1998
5. Planeamiento urbanístico: norma jurídica de carácter reglamentario, que no puede contravenir ningún precepto establecido a una ley o reglamento ejecutivo.

Tabla nº1

El *planeamiento territorial* incluye el acuerdo entre las políticas de las diferentes administraciones públicas como la organización general de los asentamientos, las grandes infraestructuras, las comunicaciones, planes hidrológicos, etc. En un escalón inferior al Planeamiento Territorial se sitúa el planeamiento urbanístico, dada su mayor concreción y dedicación al funcionamiento de la ciudad. Este planeamiento incluye el uso del suelo (por ejemplo cuanto suelo se dedica a la construcción de

servicios sociales, de parques o zonas deportivas, etc.) y los equipamientos. Estos dos tipos de planeamiento se enmarcan en el esquema normativo del Derecho Urbanístico. A grandes rasgos, el Derecho Urbanístico se articula en

cinco grupos de leyes, desde la Ley Estatal hasta los planes urbanísticos de cada municipio, tal y como se recoge en la tabla 1.

Pero el urbanismo no puede reducirse meramente a aplicar normativas o recomendaciones. Por supuesto, no tendrá ninguna vigencia real si no las atiende, pero no será capaz de promover o complementar un verdadero desarrollo humano si no las supera. Y la superación ha de partir de la comprensión de la situación vital de los ciudadanos, en especial aquellos ciudadanos que presentan problemas para "usar y disfrutar la ciudad".

En este sentido, el redactor del planeamiento urbanístico goza de libertad para elegir el modelo urbanístico (ampliaciones por sectores comunicados y contiguos, tipologías de viviendas adosadas o en alturas, zonas verdes, viales, etc.), los usos de la ciudad o la intensidad edificatoria a la hora de diseñar la ciudad pero está sometido a cumplir los estándares urbanísticos que, en base a los principios constitucionales obligan a :

- a. Conseguir el disfrute de una vivienda digna y adecuada (Art 47.1 CE)
- b. Impedir la especulación (Art 47.1 CE)
- c. Rescatar una parte de las plusvalías generadas por la acción urbanística de los entes públicos (Art 47.2 CE)
- d. Conseguir una mejora de la calidad de vida (Art. 47.2 CE)

Los planes urbanísticos por su parte, tienen como finalidad *hacer ciudad* dentro de un orden normativo establecido (véase tabla 1) y *prever las necesidades* de los crecimientos urbanos y de sus futuros habitantes.

En esta línea de previsión de necesidades, cabe destacar que el urbanismo ha incorporado a sus filas el concepto de calidad, fijando en sus previsiones estándares mínimos de elementos considerados fundamentales para la mejora de la calidad de vida. Estos elementos se encuentran las redes de infraestructuras y servicios, las zonas verdes y jardines y los equipamientos comunitarios. Las redes de infraestructuras están formadas por la red viaria,

calles, plazas y espacios públicos y por sus redes de servicios soterrados: aguas, saneamiento, depuración, electricidad, telecomunicaciones, etc.

Las zonas verdes son espacios no construidos, abiertos destinados al ocio y al esparcimiento de los ciudadanos, normalmente ajardinados y arbolados. Los equipamientos comunitarios están formados por instalaciones culturales, sanitarias, deportivas, aparcamientos, etc.

Para el colectivo de personas mayores – e incluso para otros colectivos con discapacidad- prever los elementos que compondrán el planeamiento urbanístico de las ciudades es importante, porque en ellos se decide la cantidad de suelo y

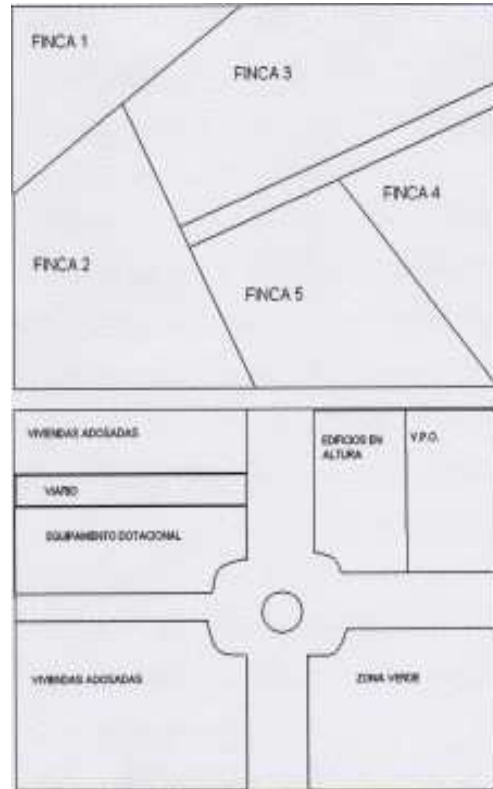


Ilustración 1.
Transformación de suelo urbano

la ubicación del mismo que será destinado a zonas concretas como parques saludables, zonas de ocio, centros de atención específica, etc. Este planeamiento puede establecer una mayor o menor densidad de viviendas en una determinada zona, mayor superficie destinada a parques, jardines o a otros equipamientos. Los estándares urbanísticos tienen carácter de mínimos, por lo que el planeamiento puede establecer mayores cuantías de las correspondientes dotaciones.

En la ilustración 1 puede observarse la transformación del suelo a través del planeamiento urbanístico. El terreno originario constaba de cinco fincas que han sido transformadas en suelo para viviendas de protección oficial, zona verde, y mayor espacio para viviendas adosadas en detrimento del espacio de edificios en altura. La zona definida como equipamiento dotacional urbano puede

destinarse para diversos servicios como colegios, guarderías, centro de salud, biblioteca, residencias de mayores, etc. También pueden observarse nuevas calles y plazas que anteriormente no formaban parte de ese suelo.

En definitiva, el urbanismo requiere de un estudio detallado del lugar, que incluye desde la recogida y análisis de datos sobre la ciudad, su población, sus actividades sociales primarias hasta la creación de programas de desarrollo económico y habitacional de los ciudadanos. De acuerdo con Bentley (1999) el trabajo conjunto en el diseño de lugares, conduce a que los usuarios tengan una actitud exploratoria y activa hacia ellos. El trabajo conjunto de urbanistas, antropólogos urbanos y psicólogos ambientales así como profesionales especialistas en el ámbito de la discapacidad como terapeutas ocupacionales y trabajadores sociales, conjuntamente con las personas mayores, podrá dar lugar al necesitado diseño de ciudades inclusivas, que no separen de sí los espacios destinados a las personas mayores.

Ciudades *amables* que frente al urbanismo defensivo⁴ sean capaces de contener en sus espacios la diversidad funcional, que puedan ser ocupadas y usadas por todos sus habitantes. Ciudades que ofrezcan afectividad en lugar miedo y vacío.

ENTORNO URBANO: UN ENTORNO PARA LA OCUPACIÓN

El marco de trabajo para la práctica de la Terapia Ocupacional publicado por la *American Occupational Therapy Association* (2002) define el entorno como la variedad de condicionantes interrelacionados dentro de las circunstancias de la persona que afectan al desempeño. Identifica un total de siete entornos (tabla 2), de los que tres de ellos son reconocidos como externos a la persona. Entre estos entornos externos figura el *entorno urbano* como parte del entorno físico que rodea a la persona y que condiciona su desempeño.

⁴ Caracterizado por áreas residenciales fortificadas, calles marginalizadas, centros públicos inaccesibles,

La Terapia Ocupacional, desde sus inicios, ha estado vinculada a la idea del contexto, como elemento importante en el desempeño ocupacional. Actualmente modelos teóricos como el de la Adaptación Ocupacional (Shultz y Schkade 1992) o el modelo Persona-Ambiente-Ocupación (Law et al, 1996) consideran el entorno/contexto/ambiente un factor fundamental para valorar e intervenir en el desempeño de la persona.

Entorno	Definición
CULTURAL	Costumbres, creencias, patrones de actividad, comportamiento estándar y expectativas dentro del ámbito social al que pertenece un miembro. Incluye aspectos políticos, como leyes que amparan la utilización de determinados recursos y que confirman los derechos de la persona. Además incluye oportunidades para la educación, empleo y el apoyo económico
FISICO	Aspectos no humanos del entorno. Que permita la accesibilidad y el desempeño dentro del entorno teniendo terreno natural, plantas, animales, edificios, muebles, objetos, herramientas o dispositivos
SOCIAL	Disponibilidad y expectativas de individuos significativos, como un esposo, amigos y cuidadores. Además incluye grandes grupos sociales que son influyentes en el establecimiento de normas, expectativas del rol y rutinas sociales
PERSONAL	Características referentes al estado o estatus de salud. Incluye edad, género, estatus socioeconómico y estatus educacional
ESPIRITUAL	La guía en lo moral de la vida de una persona; lo que la inspira y la motiva
TEMPORAL	Localización en el tiempo del desempeño ocupacional
VIRTUAL	Entorno en el que existe comunicación sin presencia física.

Tabla 2. Dimensiones del entorno. AOTA, 2002.

El marco de trabajo de la ecología del desempeño humano aborda específicamente la interacción entre la persona y su entorno. Su postulado principal es que la ecología, o la interacción entre la persona y el contexto, afecta al comportamiento humano y al desempeño en las

tareas. Se entiende el entorno como la lente a través de la cual una persona considera las oportunidades en el desempeño de tareas (Dunn et al, 2005). Es imposible comprender a la persona sin comprender también su contexto, pues el rango de desempeño esta determinado por la doble interacción persona-entorno. La aplicación de este modelo al tema que nos ocupa, las personas mayores y el entorno urbano, exige analizar la interacción entre las

características del proceso de envejecimiento y los condicionantes urbanos que afectan al desempeño ocupacional.

El proceso de envejecimiento determina para la persona una nueva conexión con el espacio y el tiempo, y por tanto con la ciudad. Envejecer trae asociado nuevas situaciones y nuevas relaciones con el entorno más inmediato; cambios graduales en algunos casos y profundos en otros, que tienen que ver con una progresiva disminución de habilidades físicas, funcionales y cognitivas y con una menor posibilidad de adaptación a cambios y a situaciones estresantes. La adaptabilidad también está relacionada con el grado de incidencia que la persona y su grupo tengan sobre el medio. Si existen mayores posibilidades de dominio y control sobre el entorno urbano el grado de adaptabilidad es mayor y el posicionamiento ante los posibles cambios que se presentan en el tiempo es más fuerte. De la misma forma, la falta de control sobre el medio provoca, ante cualquier alteración, situaciones de disconformidad, desequilibrio e insatisfacción.

Si las personas mayores no pueden establecer un vínculo afectivo con el espacio urbano se alejarán de él y se refugiarán en espacios privados, como el propio domicilio o el centro en el que residan. De esta forma, se pierde la dimensión básica de sociabilidad imprescindible en el desarrollo de la persona. Di Véroli y Schmunis (2008) en una obra recientemente publicada conceptualizan el término "**Iatrogenia social urbanística**" como la progresiva reclusión de las personas mayores en sus viviendas, la pérdida de vínculos sociales y la nula participación de una ciudadanía plena por motivos de diseño urbanístico.

El entorno urbano se convierte en un elemento sobre el que reflexionar para mejorar el desempeño de las personas mayores. La ciudad desde su aparición, ha sido el instrumento básico para transformar el entorno y colonizar el territorio con el objetivo de construir un medio diferente en la que la vida humana tenga más ventajas. El concepto de ciudad han cambiado a lo largo del

tiempo, desde las casas rurales contiguas, a la ciudad como población amurallada o la ciudad actual, tan extensa, disgregada y compleja que excede en muchos casos la comprensión de sus habitantes y deja de ser reconocible como estructura espacial.

De forma general, los adultos mayores tienen dificultades con el urbanismo funcionalista que separa las actividades mediante *zoning*. La teoría del zoning (Burguess y Park 1964) se define como la tendencia de la ciudad a disponerse por barrios concéntricos alrededor de un barrio central de negocios o un barrio de tipo direccional. En cada segmento tienen lugar funciones urbanas distintas (residencia, trabajo, consumo y ocio) para funcionar como un sumatorio de instalaciones. La dispersión espacial hace imprescindible a la presencia de los medios de transporte y el automóvil. El urbanismo disperso, la dependencia del automóvil y el ascenso de las nuevas tecnologías delimitan una ciudad de difícil acceso para la tercera edad.

En esta línea y renovando la idea del urbanismo zoning o urbanismo de dispersión, se plantea un *urbanismo de proximidad*, que evite la segregación social y espacial y facilite la eco-movilidad (caminar, uso de silla de ruedas, bicicleta y/o del transporte público) y la accesibilidad (Yerpez, 1998). Las personas mayores que han visto reducido su universo de acción/actividades, se involucran en un desarrollo de proximidades. Aquello que sienten como próximo les resulta atractivo, descartando actividades que se realizan en un contexto percibido como lejano o inaccesible. Esta idea llevó a Wieil (1999) a definir las ciudades multipolares, otorgando una nueva orientación a las zonas periurbanas y evitando la segregación espacio-social. Según el principio de multiplicación de centros, la ciudad extensa se descentra y conforma una estructura de "centros" múltiples relativamente homogéneos en su funcionalidad, y en ocasiones también en su diseño

Frente a lo entornos urbanos dispersos, la supresión de barreras arquitectónicas, la accesibilidad física en los espacios públicos, la adecuación de recorridos peatonales, la existencia de un mobiliario urbano apropiado y un transporte accesible promueve que los mayores tengan un uso autónomo de los servicios comunitarios de la ciudad y conlleva un desempeño más satisfactorio de las actividades que decidan realizar.



Ilustración 2. Residencia de mayores ubicada en una zona aislada de la ciudad.

Por otra parte, existe una tendencia a aislar los espacios residenciales destinados a las personas mayores. Es frecuente observar centros residenciales en las zonas periurbanas de ciudades y pueblos, que dificultan el acceso de los residentes a los servicios que ofrece la ciudad (Ilustración 2).

Promover la inclusión de viviendas para personas mayores en zonas integradas de la ciudad, esto es, en los propios barrios contribuiría a que los residentes pudieran usar la ciudad, participar en dinámicas socializadoras y sentirse integrados en el entorno urbano del que forman parte. La conformación de guetos de ancianos que residen en lugares alejados del centro neurálgico de la ciudad y de los servicios que éste ofrece es considerada como un contexto empobrecedor y limitador.

Además de la ubicación integrada de las residencias de ancianos en la ciudad, es necesario repensar las políticas de atención a personas mayores y el diseño arquitectónico que de esta filosofía se deriva. Actualmente existen en España 329.311 plazas residenciales frente a las 7285 plazas en viviendas tuteladas (Imsero, 2009). Este modelo residencial que apuesta por las plazas en residencias de ancianos ha de ser repensando.

La ocupación activa, que incluya la búsqueda de intereses y el desarrollo de múltiples actividades tiene lugar cuando la interacción entre la persona y el ambiente es fructífera. La política residencial de nuestro país dificulta que las personas mayores que ingresan en una residencia continúen desarrollando las áreas ocupacionales de actividades instrumentales, participación social y trabajo (voluntariado), entre otras.

Diversas iniciativas, como la del Grupo de EA/3e, proponen viviendas tuteladas en lugar de centros residenciales con un diseño funcional. Viviendas con luz natural, contrastes de colores y texturas que permitan diferenciar los límites de cada objeto, dimensiones, alturas y así mismo desarrollar actividades sin riesgo.

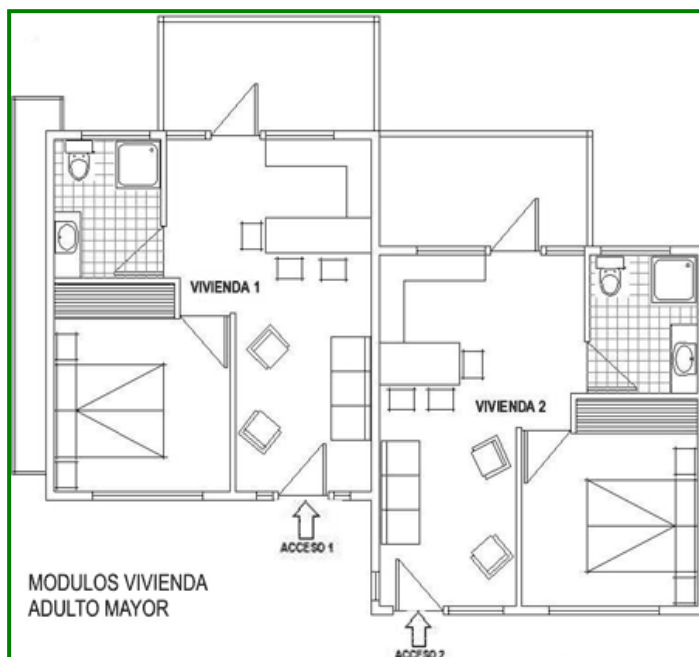


Ilustración 3. Diseño de viviendas tuteladas para personas Mayores.
(Frank E, 2006. Grupo EA/3E)

Las viviendas tuteladas se definen como un conjunto de viviendas autónomas, unipersonales y/o de pareja, para el alojamiento y convivencia, bajo la tutela y asistencia de los servicios sociales. Estas viviendas se caracterizan por ser individuales y poseer habitación, cocina, sala de estar y cuarto de baño. La ilustración 3 muestra el diseño de las viviendas propuestas por este grupo de arquitectura gerontológica.

El modelo de vivienda tutelada favorece que las personas mayores continúen asumiendo la responsabilidad de sus ocupaciones e identifiquen su entorno más próximo como manejable y modificable según sus gustos y preferencias. De

hecho la vivienda es considerado el bien más importante, no solo por su valor material, sin también por su valor de identidad y pertenencia (Escudero, 2003).

Sin embargo, la transición a este nuevo modelo no está exenta de dificultades, probablemente debidas a la influencia del actual sistema residencia. Se han identificado problemas derivados de una errónea comprensión del recurso: usuarios con unas expectativas no adecuadas, que les lleva a un rechazo a participar en las tareas de cuidado y mantenimiento de la Vivienda, a realizar demandas no adecuadas a las trabajadoras del centro. Aunque se ha demostrado que el 90% de los usuarios con un apoyo adecuado que favorezca la adaptación a los cambios derivados del ingreso en el centro, así como en el desarrollo en el mismo, aumentan su grado de bienestar personal, con respecto a su situación previa (Lamagrande, 1999).

CIUDADES AMABLES, CIUDADES INCLUSIVAS, CIUDADES ACCESIBLES A DOS CENTIMETROS DEL SUELO

Dos centímetros son los que separan a las personas mayores de las personas jóvenes. Se estima que la elevación del pie con respecto a la horizontal, es 2 cm. menor en personas mayores que en personas jóvenes. La gran urbe debiera compensar amablemente esta diferencia, apenas perceptible, con el fin de propiciar un ambiente seguro y confortable que propiciara y facilitara la presencia de las personas mayores en los espacios urbanos.

A medida que el número de personas mayores aumenta surgen desafíos distintos para adaptar las ciudades a sus necesidades. Nuevas y viejas formas de envejecer coexisten simultáneamente, confluyen estilos de vida tradicionales, con nuevos estilos de vida que incorporan el desarrollo de actividades hasta ahora poco probables, como el acceso a las nuevas tecnologías o el acceso a la universidad. Coinciden también estados de dependencia grave con situaciones funcionales de autonomía completa.

¿Como diseñar ciudades que incluyan este amplio perfil de personas? Es más, ¿como planificar el desarrollo urbanístico de las ciudades para prever las

necesidades de los adultos que hoy forman familias mononucleares, que tienen una movilidad urbana cardinal, una intensa utilización de los medios de comunicación y en los que la identificación con un lugar determinado parece no ser tan importante?

El diseño de ciudades inclusivas puede ser la clave para derribar las fronteras que separan el domicilio del anciano del espacio exterior. Cabe, pues, comenzar a trabajar partiendo de los que las personas mayores esperan de los entornos urbanos en los que viven. Un trabajo realizado por Escudero (2003) puso de relieve la preocupación de las personas mayores por la baja densidad de espacios de encuentro y ocio (espacios verdes), la inaccesibilidad del transporte público y la dispersión de la ciudad. Y en base a estos resultados.

Las ciudades inclusivas parten de la **comprensión de las necesidades y aspiraciones** de sus habitantes. Hace referencia a la pertenencia de los individuos a su comunidad. Se debe proponer una ciudad para acoger efectivamente a las personas mayores, una ciudad integral que promueva la convivencia intergeneracional. **La ciudad amable ha de brindar un espacio que contenga, comprenda y proteja a los mayores.**

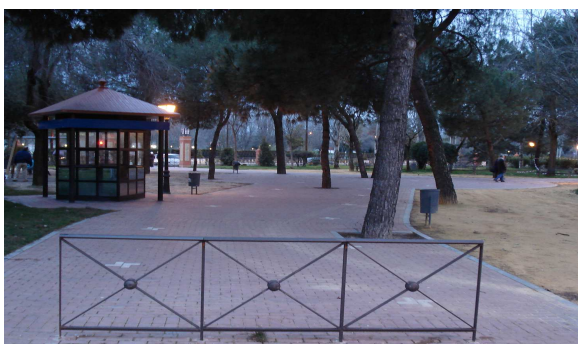


Ilustración 4. Diseño de parque inclusivo.
Talavera de la Reina

La **amabilidad de las formas** busca el fácil reconocimiento del entorno y de sus partes, imprescindible cuando disminuye la memoria y la capacidad de orientación. Utiliza organizaciones espaciales claramente identificables,

tiempos de movimiento y recorrido realizables (semáforos, escaleras mecánicas, ascensores, etc.); y caminos y accesos reconocibles y diferenciables. La ilustración 4 muestra el diseño inclusivo de un jardín, en el que se ha diferenciado la zona de tránsito o paseo del resto de elementos del parque a

través de un pavimento diferente y fácilmente identificable. Con el objeto de facilitar la distinción de zonas se han ubicado los bancos en una zona distinta al espacio destinado al paseo y se han incluido elementos urbanos que faciliten la orientación

Las acciones de diseño inclusivo han sido diferenciadas en dos tipos: formalizables y respuestas ambientales (Escudero, 2003). Las acciones formalizables son las que estudian la resolución de los problemas planteados, como al eliminación de barreras arquitectónicas. Normalmente van dirigidas a atenuar las dificultades cenestésicas: movilidad general, presión manual o accesibilidad. Son valoradas desde la ergonomía de la discapacidad y las actuaciones más frecuentes son: pasamos 70-90cm del pavimento, 6% de pendiente en rampas, suelos antideslizantes, eliminación de obstáculos al paso, forma y tamaño de botones, manivelas, etc. Las acciones ambientales son las que se dirigen a resolver las demandas de carácter sensorial o cognoscitivo. El deterioro visual y auditivo asociado al envejecimiento hace necesario la conjunción de formas, texturas, colores, sonidos y fundamentalmente la luz que permite visualizar los espacios.

Coherencia y legibilidad son dos propiedades que también han de estar presentes en el diseño inclusivo. Ambos aspectos están relacionadas con la comprensión (dar sentido al lugar percibido). La coherencia incluye cualidades que permiten a la persona mayor encontrar sentido y captar el orden de un espacio urbano. Esto resulta vital para que la persona pueda diferenciar las áreas y planear la satisfacción de sus metas en el escenario urbano (Corraliza, 2000).

La legibilidad (vinculada también con la actividad mental de la comprensión) se refiere al grado en que un espacio urbano o una parte del mismo contiene elementos que lo hacen distinto, fácilmente comprensible, facilitando por tanto la orientación del observador.

Respecto al diseño de estancias para la tercera edad, lo ideal es eliminar escaleras, desniveles o irregularidades en el suelo; asegurar anchos de paso y desplazamiento que permitan la movilidad con bastones, andadores o sillas de ruedas. Si este ideal no es posible y no pueden eliminarse escalones será necesario iluminarlos, texturarlos y acompañarlos de barandillas.



Ilustración nº5 Parada de autobús urbana.

La adaptación de las paradas del transporte público es otro aspecto relevante en las ciudades con diseño inclusivo. La disgregación de la ciudad y su amplitud geográfica hacen imprescindible el uso del transporte público (o privado). Las paradas de autobús no contemplan una profundidad de asiento adecuada, ni apoyabrazos o la protección climática adecuada (ilustración 5).

El hábitat inclusivo también pretende ser un hábitat estimulante al colocar los espacios al alcance de la vida cotidiana de las personas mayores. La organización accesible del entorno puede contribuir a involucrar que el anciano se motive e involucre en tareas que requieran acciones físicas y cognitivas superiores a las actividades que rutinariamente realiza, y conseguir un sentimiento de competencia y satisfacción.

ESPACIOS PÚBLICOS AL AIRE LIBRE, PERSONAS MAYORES y OCUPACION

Las personas mayores constituyen un grupo de usuarios habitual de los espacios urbanos públicos al aire libre. Asisten en mayor medida ancianos que residen en la comunidad y no utilicen servicios sociosanitarios como centros de día o residencias de ancianos⁵. Los parques y plazas representan en nuestra cultura uno de los principales espacios de reunión de las personas mayores (ilustración 6).

⁵ Probablemente el horario de asistencia a estos centros y las actividades que en ellos se ofrecen hagan incompatible el uso de parques urbanos.

La modificación urbanística que acontece en España a partir de la década de los 90 ha favorecido la creación y ampliación de espacios verdes en las ciudades (Marmolejo y Stallbohm,2008). Autores como Lynch destacan la importancia del papel de estos espacios públicos en la construcción de una imagen legible y agradable de la ciudad. De forma similar Chiesura (2004) en un estudio sobre los visitantes de un parque urbano de

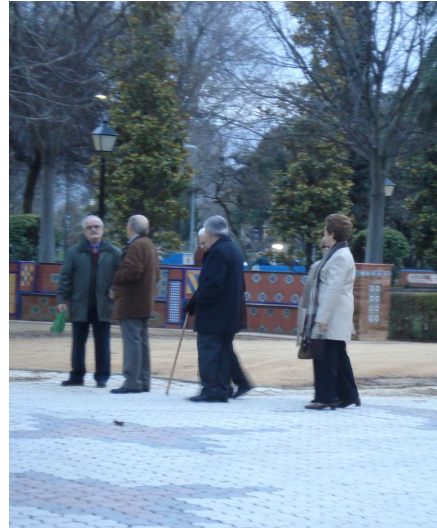


Ilustración 6. Personas mayores que utilizan el parque como zona de reunión

Ámsterdam pone de manifiesto que los parques y zonas verdes son visitados mayoritariamente para relajarse y observar la naturaleza. Las personas encuestadas, principalmente personas mayores, describieron sentimientos de libertad y bienestar asociados a su estancia en el parque, y que fueron calificadas como muy importantes en su vida diaria. Los beneficios en la calidad de vida y bienestar que aportan las zonas verdes a las ciudades, también ha sido descritos en otros trabajos como los realizados por por otros Iswne (2007) en Paris o Ariane et al (2005).



Entre las funciones de los espacios verdes, Tyrvainen et al. (2006) incluyen los aspectos recreativos, los efectos físicos y mentales, así como culturales e históricos. Afirman además que *"Los beneficios del espacio verde estan determinados principalmente por la cantidad y la calidad de estos espacios, así como su accesibilidad .*

Los parques son el entorno físico elegido para desarrollar determinadas actividades ocupacionales como el cuidado de mascotas (ya sean propiedad de persona o pertenezcan al parque), el mantenimiento de salud con paseos matutinos o al atardecer, practicar deporte como la petanca o actividades de ocio como la lectura.

El estudio de la relación de los ancianos con las zonas verdes urbanas debe partir de la observación directa y participante de las instalaciones, los distintos elementos que componen el mobiliario urbano (bancos, papeleras, módulos de parques saludables, etc.), uso que se realiza de cada zona, franjas horarias y actividades que se desarrollan de forma diaria. De esta forma podrán conocerse que franjas horarias son las más concurridas, que actividades se realizan de forma más frecuente en estos espacios y con qué objetivos, que limitaciones propiciadas por el entorno aparecen y cual puede ser su solución desde la perspectiva del usuario.

A este respecto Rodríguez et al (2009) han elaborado un cuestionario que evalúa la Calidad de Entornos Abierto (CEA). El cuestionario, que incluye respuestas abiertas y respuestas dicotómicas (si-no), se compone de tres bloques entre los que se contemplan datos generales del parque (perfil de usuarios, antigüedad, tiempo y frecuencia de uso, fidelidad al lugar etc.) , información sobre la calidad del parque (valoración general del parque, valoración del mobiliario urbano, sugerencias, etc.) y valoración subjetiva relacionada con las emociones y la satisfacción que despierta en el usuario. También se incluye una muestra de imágenes sobre elementos urbanos que facilita que las personas mayores puedan expresar sus opiniones sobre el mobiliario urbano.

Puyuelo y Gual (2005, 2009) tras un trabajo realizado en diversos parques de Castellón, en el que abordan la relación de las personas mayores con los espacios de ocio urbano, destacan la importancia que los parques urbanos tienen para las personas mayores. En este estudio se constata la frecuencia de uso diaria y en cualquier franja horaria, así como la fidelidad al mismo parque y la presencia de emociones positivas satisfactorias al permanecer en estas zonas. Otros resultados obtenidos fueron la preferencia de las personas mayores por los trayectos lineales y rectos y las vías interiores y el uso

mayoritario de las zonas con proporciones amplias y con buena visibilidad para permanecer en ellas.

El desarrollo de especificaciones para el diseño de entornos funcionales que mejoren la organización del espacio y el uso de los objetos favorecerá la interacción positiva entre la persona mayor, el entorno y la ocupación que desee realizar.



En relación a esta idea, uno de los elementos de mobiliario urbano más valorados por las personas mayores son los asientos y la presencia de servicios públicos. Tanto el formato de los asientos como su colocación pueden ser adaptados para favorecer actividades básicas como las transferencias o actividades de comunicación y relación social. La tipología de bancos que pueden encontrarse en los parques españoles es muy variada. Entre los más frecuentes pueden encontrarse los denominados bancos románticos (figura 7), bancos de hormigón (figura 8) o bancos de cerámica (figura 9). Características comunes a cada uno de ellos es la baja altura del asiento, así como el diseño lineal.

Los bancos que no reúnen criterios de funcionalidad y accesibilidad respecto a la altura y profundidad del asiento y del respaldo dificultan las actividades de levantarse/sentarse así como el mantenimiento de una postura cómoda. La ausencia de reposabrazos centrales también dificulta las transferencias. Según el diseño centrado en la ergonomía del mueble para personas mayores, el asiento debe poseer reposabrazos colocados a una altura de 21 cm. desde el

asiento (Page et al, 1995) y con una longitud 5 cm. menor que la profundidad del asiento.



Ilustración 10. Ejemplo de disposición circular de los asientos urbanos.

Por otra parte, el diseño longitudinal de los asientos provoca que el banco se considere ocupado aún cuando solamente hay una persona sentada. A este inconveniente, se suma que la disposición lineal de los asientos, al reunirse cuatro o más personas obliga a que al menos uno de ellos permanezca de pie o girado si quiere

participar de la conversación. Estas consideraciones han llevado a la adquisición de nuevo mobiliario urbano que haga posible una ubicación circular en lugar de una ubicación lineal, tal y como se muestra en la ilustración 10. La disposición circular de los asientos, favorece la relación social y la comunicación entre los usuarios.

La mejora en la accesibilidad de las zonas verdes, así como la adaptación del mobiliario urbano son aspectos imprescindibles en el diseño de ciudades inclusivas que busquen crear entornos de participación e integración de las personas mayores. El diseño y adaptación de los espacios públicos al aire libre para las personas mayores, debe considerar la dimensión física (manipulación, operatividad y accesibilidad de los diferentes elementos), la dimensión cognitiva (nivel de comprensión e interpretación que la persona mayor realiza del espacio), la dimensión social (adaptabilidad y adecuación social) y por último la dimensión cultural (integración y adaptación de los productos vinculada a la experiencia cultural de los usuarios), con el fin de obtener vinculaciones afectivas positivas y de identificación personal.

CONCLUSIÓN

Los espacios urbanos que habitamos forman parte de la dimensión física de la ocupación humana. El urbanismo, incorpora a sus funciones la maximizar la calidad de vida de los ciudadanos y el diseño de ciudades inclusivas. Las ciudades inclusivas o amables tienen como objetivo facilitar que todos los ciudadanos, en especial aquellos que presenten algún tipo de discapacidad, puedan acceder a todos los servicios comunitarios. El urbanismo de proximidad frente al urbanismo de producción o zoning facilita que las personas mayores puedan desenvolverse en el entorno urbano son mayor seguridad y menor coste. La integración de viviendas tuteladas para mayores en los barrios, en lugar de en la periferia de la ciudad promovería la participación social de los residentes y su contacto con la ciudad. Los parques y zonas verdes son espacios urbanos frecuentemente utilizados por los ancianos y valorados positivamente. La revisión y adaptación del mobiliario urbano favorece el desempeño de actividades básicas y de socialización.

BIBLIOGRAFIA

1. Ariane L, Bedimo-Rung PhD, Andrew J, Mowen PhD, Deborah A, Cohen, MD. The Significance of Parks to Physical Activity and Public Health. A Conceptual Model. *Am J Prev Med.* 2005; 28(2 Suppl 2): 159-68.
2. Bentley I. Entornos vitales: hacia un diseño urbano y arquitectónico más humano : manual práctico. Barcelona: Gustavo Gili; 1999.
3. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. Cambridge: [Harvard University Press](http://www.harvard.edu); 1979.
4. Burgess EW. El crecimiento de la ciudad: introducción a un proyecto de investigación, en R. E. Park (ed.): *The City*. Chicago: University of Chicago. Press; 1925. p. 47-62.
5. Chiesura A. The role of urban parks for the sustainable city. *Landscape and Urban Planning.* 2004; 68 (1): 129-138.
6. Corraliza JA. Emoción y ambiente. En Aragónés JI, Amérigo M (ed). *Psicología Ambiental*. Madrid: Pirámide; 2000: p. 59-76.
7. Di Vérolí D, Schmunis E. *Arquitectura y Envejecimiento*. Buenos Aires: Nobuko; 2008.
8. Dunn W, Hanye McClain, Brown C, Youngstrom MJ. *Ecología del desempeño humano*. Madrid: Panamericana; 2005.
9. Escudero JM. Los viejos en su casa, en su ciudad. *Scripta Nova. Revista electrónica de Geografía y Ciencias Sociales* [internet] 2003; 4(146): [103]. Disponible en: [http://www.ub.es/geocrit/sn/sn-146\(103\).htm](http://www.ub.es/geocrit/sn/sn-146(103).htm)
10. Frank E. El adulto mayor, La tercera edad. *Todo Arquitectura* [internet] 2006 Diciembre [acceso 10 de marzo de 2010]. Disponible en: http://www.todoarquitectura.com/revista/37/sp01_Accesibilidad.asp?imp=si
11. Guía 2009 de Servicios de Atención Residencial para personas mayores [internet]. Ministerio de sanidad y política social, Secretaría General de Política Social; 2009 [acceso 13 de marzo de 2010]. Disponible en: <http://www.imserso.es/Presentacion/groups/imserso/documents/binario/grpm2009.pdf>
12. Iswne T. Las representaciones sociales relacionadas con la residencia en el parque de Bercy. *Metropolitana* [internet] 2009 abril [acceso 14 de marzo de 2010]; 5 (varia). Disponible en: <http://metropoles.revues.org/document3876.html>
13. Lamagrande Picos MT. [Las viviendas tuteladas para personas mayores](http://www.nexusediciones.com/g-9-1-006.htm). *Rev Multidiscip Gerontol* [Revista en Internet] 1999 [acceso 14 de marzo de 2010]; 9 (1): Disponible en: <http://www.nexusediciones.com/g-9-1-006.htm>.
14. Law M, Cooper BA, Strong S, Stewart D, Rigby P, Letts L. The person-environment-occupation model: A transactive approach to occupational performance. *Can J Occup Ther.* 1996; 63(1): 9-22.
15. Marmolejo C, Stallbohm M. En contra de la ciudad fragmentada: ¿hacia un cambio de paradigma urbanístico en la Región Metropolitana de Barcelona? Diez años de cambios en el Mundo, en la Geografía y en las Ciencias Sociales, 1999-2008. *Actas del X Coloquio Internacional de Geocrítica* [Internet]. 1ª ed. Barcelona: Universidad de Barcelona; 2008 [acceso el 26, 27, 28, 29 y 30 de mayo de 2008].

- Disponible en:
<http://www.ub.es/geocrit/-xcol/160.htm>
16. American Occupational Therapy Association. Occupational Therapy Practice Framework: Domain and Process. Am J Occup Ther. 2008; 62(6): 625-683.
 17. Page A, Tortosa L, Poveda R, Küster A, López F, Ferreras A. Guía de recomendaciones para el diseño y la selección de mobiliario para personas mayores. 1ª ed. Valencia: Instituto de Biomecánica de Valencia; 1995.
 18. Parejo Alfonso L. Garantía institucional y autonomías locales. 1ª ed. Madrid: Instituto de Estudios de Administración Local; 1981.
 19. Peribañez Ayala G. La dotación de infraestructuras, los equipamientos y las zonas verdes en el planeamiento. En: II encuentro de Urbanismo para los ciudadanos. Toledo; 2008
 20. Puyuelo M, Gual J. Diseño prospectivo y elementos de uso en parques urbanos a partir de la experiencia de las personas mayores. Medio Ambiente y Comportamiento Humano. 2009; 10 (1-2): 137-160.
 21. Puyuelo M, Gual J, Galbis M. Espacios abiertos urbanos y personas mayores: una experiencia llevada a cabo en distintos parques de la ciudad de Castellón sobre el diseño y su interacción con la población anciana. Castelló de la Plana: Publications de la Universitat Jaume I; 2005.
 22. Rodríguez A, Martínez I, Salanova M. Diseño del cuestionario Calidad de Entornos Abiertos (CEA). Equipo de investigación WONT. Universitat Jaume I. Disponible en línea:
<http://www.uji.es/bin/publ/edicions/jfi9/psi/2.pdf>. Consultado 1 de marzo 2010.
 23. Schultz S, Schkade JK. Occupational adaptation: toward a holistic approach for contemporary practice. Am J Occup Ther. 1992 Oct; 46 (10 Pt 2): 917-25.
 24. Schultz S, Schkade JK. Occupational adaptation: toward a holistic approach for contemporary practice. Am J Occup Ther. 1992 Sep; 46 (9 Pt 1): 829-37.
 25. Shunt W. Algunas reflexiones en torno a ecología y urbanismo. Rev Ayer. 1003; 11: 171-188.
 26. Tyrväinen L, Mäkinen K, Schipperijn J. Tools for mapping social values of urban woodlands and other green areas. Landsc Urban Plan. 2007; 79: 5-19.
 27. Valera S. Espacio privado, espacio público: Dialécticas urbanas y construcción de significados. Tres al Cuarto. 1996; 22-24.
 28. Wieil M. La transition urbaine. 1ª ed. Belgique : Mardaga ; 1999.
 29. Yerpez J. Le Ville des Vieux: recherche sur une cité à humaniser. 1ª ed. Arles, France: Editions de l'Aube; 1998.