

BIBLIOTECA UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

**CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA
DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACIÓN**

San José, (23 de jun. de 22)

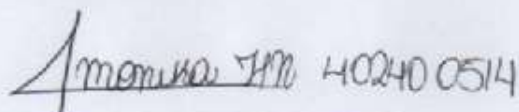
Señores:
Universidad
Centro de Información Tecnológico (CENIT)

Estimados Señores:

El suscrito Mónica Gabriela Hernández Núñez con número de identificación 402400514 autor (a) del trabajo de graduación titulado "Centro de ayuda para personas con trastornos mentales", como requisito para optar por el grado de Bachillerato en Arquitectura; *SI* autorizo a la Biblioteca de la Universidad Hispanoamericana para que, con fines académicos, muestre a la comunidad universitaria la producción intelectual contenida en este documento.

De conformidad con lo establecido en la Ley sobre Derechos de Autor y Derechos Conexos N° 6683, Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica.

Cordialmente,

 Mónica Gabriela Hernández Núñez 402400514

Firma y Cédula de Identidad

PROYECTO DE GRADUACIÓN PARA
OPTAR AL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER EN ARQUITECTURA.

CENTRO DE ASISTENCIA PARA PERSONAS CON TRASTORNOS MENTALES

San Rafael de Heredia

Mónica Hernández Núñez

Universidad Hispanoamericana | Escuela de Arquitectura.



Dedicatoria

Por todas las personas que sufren de algún trastorno mental y son discriminadas por la sociedad, por los que viven la depresión en soledad, por miedo a hablar de ello y por los que han partido de este mundo por decisión propia debido a que no encontraron una salida que les diera la paz que necesitaban.

Agradecimiento

Agradezco a Dios y a la Virgen porque ellos me dan las fuerzas para continuar en el camino y poder salir adelante a pesar de las adversidades.

A mi familia, pero sobre todo a mis Papás porque me han motivado a seguir adelante y siempre me dan palabras de aliento, nunca me dejan sola.

A mi novio porque siempre ha sido el que me sostiene cuando siento que no puedo más, me acompaña en mis carreras diarias, me motiva para que pueda cumplir mis metas y así salir adelante.

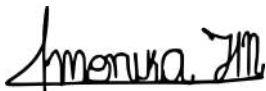
DECLARACIÓN JURADA

Yo Mónica Hernández Núñez, mayor de edad, portador de la cédula de identidad número 402400514 egresado de la carrera de Arquitectura de la Universidad Hispanoamericana, hago constar por medio de éste acto y debidamente apercibido y entendido de las penas y consecuencias con las que se castiga en el Código Penal el delito de perjurio, ante quienes se constituyen en el Tribunal Examinador de mi trabajo de tesis para optar por el título de Bachiller, juro solemnemente que mi trabajo de investigación titulado:

Centro de ayuda para personas con trastornos mentales

_____ , es una obra original que ha respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derecho de Autor y Derecho Conexos número 6683 del 14 de octubre de 1982 y sus reformas, publicada en la Gaceta número 226 del 25 de noviembre de 1982; incluyendo el numeral 70 de dicha ley que advierte; artículo 70. Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que éstos no sean tantos y seguidos, que puedan considerarse como una producción simulada y sustancial, que redunde en perjuicio del autor de la obra original. Asimismo, quedo advertido que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público.

En fe de lo anterior, firmo en la ciudad de San José, a los 03 días del mes de Noviembre del año dos mil Veintiuno.



Firma del estudiante

Cédula: 402400514

CARTA DEL TUTOR DE LA TESINA

San José, 10 de noviembre de 2021

Señores
Departamento de Registro
Universidad Hispanoamericana

Estimados señores:

La estudiante **Mónica Hernández Núñez**, cédula de identidad número **4-0240-0514**, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado "**Centro de ayuda para personas con trastornos mentales**", el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Bachillerato en Arquitectura.

En mi calidad de tutor de la tesina, he verificado que se han hecho las correcciones indicadas durante el proceso de tutoría y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación; antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones.

De los resultados obtenidos por el postulante, se obtiene la siguiente calificación:

a)	ORIGINALIDAD EN EL DESARROLLO Y PRESENTACIÓN DEL TEMA: MEDIACIÓN Y TRATAMIENTO DE LA INFORMACIÓN EN DOCUMENTO ICONOGRÁFICA Y DIAGRAMÁTICA	20%	17%
b)	CUMPLIMIENTO ENTREGA AVANCES	10%	7%
C)	COHERENCIA ENTRE LA FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y EL DESARROLLO DE OBJETIVOS CON EL PROCESO DE DISEÑO EN SUS DIFERENTES ETAPAS (DEMOSTRACIÓN Y APLICACIÓN DEL CONOCIMIENTO POR PARTE DEL ESTUDIANTE): - CONCEPTUALIZACIÓN ESPACIAL/FUNCIONAL/TÉCNICA - PARTIDO ARQUITECTÓNICO - PROPUESTA DE DISEÑO	20%	17%
d)	APLICACIÓN E INTERPRETACIÓN DE LAS CONCLUSIONES COMO LINEAMIENTOS DE DISEÑO EN PROPUESTA -ESPACIAL, TÉCNICA Y FUNCIONAL - A NIVEL DE ANTEPROYECTO, QUE DEFINA EL CARACTER E IDENTIDAD DEL MISMO Y CUMPLA CON LAS NECESIDADES ESTABLECIDAS Y CONTEMPLA LA REGULACIÓN CONSTRUCTIVA Y URBANA.	30%	26%
e)	PRESENTACIÓN Y REPRESENTACIÓN GRÁFICA DE ANTEPROYECTO: RESOLUCIÓN ESPACIAL-FUNCIONAL- TÉCNICA. PRINCIPIOS DE COMPOSICIÓN DIAGRAMÁTICA - AMBIENTACIÓN - PROPORCIÓN Y MANEJO DE LA IMAGEN GRÁFICA DEL PROYECTO.	20%	17%
TOTAL		100%	84%

En virtud de la calificación obtenida, se avala el traslado al proceso de lectura.

Atentamente,

PABLO
ANTONIO
MORA FALLAS
(FIRMA)

Firmado digitalmente
por PABLO ANTONIO
MORA FALLAS (FIRMA)
Fecha: 2021.11.10
13:26:57 -06'00'

Arq. Pablo A. Mora Fallas
Cédula identidad 1-1009-0181
Carné Colegio Profesional A-17803

CARTA DEL LECTOR

La Unión, 03 de enero de 2022

Señores

Universidad Hispanoamericana

Escuela de Arquitectura

Presente

Estimados señores:

La estudiante Mónica Hernández Núñez, cédula 4-0240-0514, me ha presentado para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación (tesina) denominado "**Centro de asistencia para personas con trastornos mentales**" ubicado en San Rafael de Heredia.

En mi calidad de lector, he verificado el trabajo y se han realizado las correcciones en concordancia con lo solicitado durante el proceso.

En virtud de lo anterior, doy por aprobado el documento, autorizando la presentación del mismo.

Sin otro particular, me suscribo de ustedes,

Atentamente,

CARLOS
ENRIQUE RIVERA
HOFFMAN
(FIRMA)

Firmado digitalmente
por CARLOS ENRIQUE
RIVERA HOFFMAN
(FIRMA)
Fecha: 2022.01.03
15:02:03 -06'00'

Arq. Carlos Rivera Hoffmann
Cédula 3-0271-0705

Índice

ASPECTOS GENERALES

01

Antecedentes del problema.	04	Teorías relacionadas.	23
Pregunta del problema.	11	Casos de estudio.	33
Justificación.	13	Antecedente Histórico.	47
Delimitaciones.	14	Marco Conceptual.	52
Viabilidad.	17	Reglamentación.	60
Objetivos	22	Metodología.	68



PERFIL DEL USUARIO

02

70	Objetivo Específico 1.
71	Clasificación del usuario.
74	Perfil del usuario..

ANÁLISIS DE SITIO

03

Objetivo específico 2.	79	Llenos - Vacíos.	93
Generalidades de San Rafael.	80	Flora y Fauna.	94
Ubicación geográfica.	81	Hidrografía.	96
Análisis Macro.	83	Análisis Micro.	97
Hitos - Nodos.	85 - 86	Análisis climático.	108
Flujos peatonales - flujos viales.	90		

ARQUITECTURA PARA UN CENTRO DE SALUD MENTAL

114	Objetivo específico 3.	123	Necesidades Físico - espaciales.
115	Concepto.	127	Diagrama de funciones.
116	Metáfora.	129	Programa arquitectónico.
118	Diagrama conceptual.		
120	Parámetros - Lineamientos.		

04

RESUMEN

En Costa Rica a lo largo de los años se ha mostrado poca cultura e información a nivel de salud mental. Desde hace algunos años este tema se ha venido tratando con mayor intensidad por parte de entidades como el ministerio de salud, crean campañas de conciencia sobre lo importante que es tratar la salud mental a tiempo.

Con el inicio de la emergencia sanitaria se ha dado más énfasis en el tema de salud mental, debido a lo que las personas viven día con día, se han realizado más charlas, se comparte material informativo en redes sociales y se creó la línea Aquí Estoy, disponible para las personas que necesiten ayuda psicológica por parte de un grupo de profesionales; todo esto forma parte de algunas estrategias que ha brindado el Ministerio de Salud en Costa Rica.

De acuerdo con la doctora María Dolores Pérez. la población de América vive una crisis en salud mental preocupante, que debe de tratarse lo más pronto posible, ya que se estima que el 60% de la población de las Américas padece ansiedad o depresión. (Pérez., 2021)

La coordinadora de la Comisión de Salud Mental del Colegio de Profesionales en Psicología menciona:

“El aporte y reto como profesionales en psicología es muy amplio: generar conciencia, incidir en el bienestar psicológico mediante espacios de auto cuidado, brindar herramientas de auto regulación, construir y fortalecer redes sociales y de apoyo y trabajar para identificar los factores de riesgo con el objetivo de prevenir de manera oportuna y brindar atención especializada” (Segura, 2021)

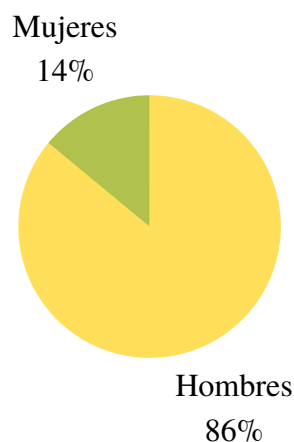
Este proyecto conlleva el análisis del sitio, análisis de la población que se pretende atender, el tipo de la infraestructura, así como la búsqueda de información sobre áreas de la salud y como incluir todos los aspectos necesarios en el mismo.

Como resultado de los estudios realizados, se requiere abarcar un proyecto desarrollado en el área de salud mental, que cuente con personal capacitado para atender adecuadamente a las personas. Generar una cultura a nivel de la sociedad costarricense, brindar apoyo a todas las personas sin importar su posición económica y generar un espacio de interés a nivel nacional.

CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES



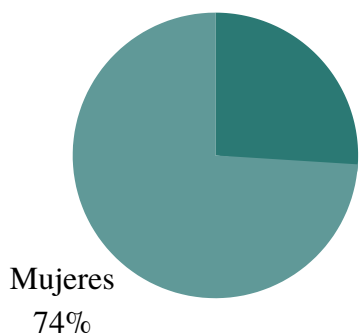
Gráfico 1*Suicidios 2010-2013**Datos tomados del INEC (2015)*

En Costa Rica se cuenta con un sistema de salud desarrollado, lo cuál genera una comparación cercana con países desarrollados en esta área, sin embargo, destacan algunas enfermedades crónicas como lo son los trastornos mentales.

Las personas con trastornos mentales constituyen una población con alto grado de afectaciones (De Hert et al., 2011), entre ellas el suicidio.

Los trastornos mentales son un importante factor de riesgo, ya que cerca del 90% de personas que cometen suicidio presentan un diagnóstico psiquiátrico (Phillips, 2010 ; Windfuhr & Kapur, 2011) y cuando éstos se agravan suele presentarse mayor mortalidad por suicidio, según reportan autopsias psicológicas (Cavanagh, Carson, Sharpe, & Lawrie, 2003; Saha, Chant, & McGrath, 2007).

Según el anuario policial 2014 entre las principales causas de muertes se encuentra el suicidio, como la cuarta forma de muerte más común en el país (desconocido, INEC Costa Rica, 2015) el suicidio abarca muchos factores, psicológicos, sociales, económicos, entre otros.

Gráfico 2*Depresión 2010-2013**Datos tomados del INEC (2015)*

Según el organismo de investigación judicial han atendido en el año 2019 382 casos por suicidio y en el 2020 378 (Álvarez, 2021), si se compara con el año 2014 se registran 284 casos y en el 2015 296 casos (Mora, 2016), lo cual muestra un gran crecimiento en los casos de muertes por suicidio que es preocupante.

Los gráficos mostrados presentan datos realizados por el INEC sobre casos de depresión y suicidio durante el periodo del 2010 - 2013.

En el gráfico 1 se muestra como el 86% de los suicidios son realizados por hombres y en menor cantidad, un 14% en mujeres. En el gráfico 2 se muestra que la depresión la llegan a presentar en mayor cantidad las mujeres con un 74% y los hombres en un 26%.

"De nuestras vulnerabilidades
VIENEN NUESTRAS
FORTALEZAS"

- Sigmund Freud

F4 - Adaptado de Gestión (2019)

ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

En el año 2020 según estadísticas de la CCSS se atendieron 34 100 en urgencias en el área de psiquiatría a nivel nacional y se atendieron 25 485 consultas en el Hospital Psiquiátrico Dr. Manuel Antonio Chapuí. (desconocido, Caja Costarricense de Seguro Social, 2021). Esto demuestra que una gran cantidad de personas buscan ayuda profesional, pero se crea la duda si se les está dando una intervención adecuada debido a que el personal no recibe una capacitación adecuada para atender este tipo de padecimientos, esto debido a la entrevista realizada al enfermero Alexis Lepis, que labora en el Hospital Psiquiátrico Manuel Antonio Chapuí.

Además de abarcar los trastornos como depresión y suicidio es importante abarcar los trastornos alimenticios como la bulimia y anorexia, o también llamados TCA (trastornos de conducta alimentaria), estos trastornos pueden pasar desapercibidos por las personas tanto que lo padecen como por sus familiares o personas cercanas, por ello es importante informar sobre ellos.

En Costa Rica en el año 2017, 49 estudiantes de la escuela de estadística de la Universidad de Costa Rica (UCR) realizaron una encuesta llamada Actualidades, la cuál abarcaba 10 temas distintos, entre ellos el tema de trastornos de conducta alimentaria.

"Entre los principales resultados obtenidos resaltan que el 88.5% de la población comprende o ha oído hablar de los TCA, que el 19,2% conoce a alguien que presenta este tipo de padecimiento y que 46,1% de las y los encuestados afirmaron estar de acuerdo con el enunciado de que los desórdenes alimenticios son por pura vanidad, mientras que un 38,3% considera que quien tiene un desorden alimenticio es para llamar la atención."
(Alfani, 2018)

Según los resultados anteriores se destaca un leve nivel de prejuicios a nivel social, sin embargo se debe tratar con mayor seriedad, es preciso establecer sensibilización, generar soluciones y facilitar el tratamiento de las personas que los padecen, que sea accesible para todas las edades, ya sea que tengan la facilidad de pagar el servicio o no, crear una cultura donde la salud mental sea primordial y donde disminuyan los prejuicios.

Según la entrevista realizada a la Dra. Yajaira Rojas, psicóloga y psicoanalista, en Costa Rica hay una gran falta de cultura e intervención sobre el tema de salud mental, hay una serie de problemáticas a nivel nacional que perjudican el desarrollo del país en este ámbito, por ejemplo cada institución trabaja individualmente cuando debería ser un trabajo en conjunto para el bienestar del país, no hay una intervención adecuada por medio de la CCSS, no se capacita adecuadamente al personal, no se le da un seguimiento al paciente, no hay espacios para trabajar, entre otras.

HOSPITAL PSIQUIATRICO MANUEL ANTONIO CHAPUÍ

PROBLEMÁTICA

Se presentarán una serie de casos que se han dado a nivel nacional de personas que han sido pacientes del Hospital Psiquiátrico Nacional los cuáles demuestran una parte de la problemática que se vive en el país. En el centro hospitalario Manuel Antonio Chapuí se han dado casos donde las personas no llevan una atención adecuada, generando en los pacientes un disgusto y el sentimiento de no querer volver por la situación que vivieron allí.



F5 - Adaptado de
Crushpixel (2021)

También se han registrado casos de abuso o maltrato psicológico o físico que se han dado a conocer por los diferentes medios del país. A continuación, se mencionan algunos testimonios de personas que han estado internadas en dicho hospital:

CASO #1 (17 AÑOS)

Primer internamiento abril 2018 - depresión

Pabellón niños y adolescentes (28 días)

"Los primeros días fueron extraños, pero los doctores se comportaron de manera grata, me brindaron apoyo de una psiquiatra, psicóloga, nutricionista, medicina general y terapia, hacíamos pulseras, manualidades, bufandas y actividades que nos distrajeran. Habían situaciones que me disgustaban, si algún compañero se portaba mal nos castigaban a todos en general, en las noches era incómodo porque no se podía dormir tranquilo. Habían actitudes de pacientes que eran inapropiadas entre ellos, eran situaciones obscenas. El trato del personal fue muy eficiente en mi recuperación." (Ana,¹2021)

Segundo internamiento julio 2018 ataques de pánico (20 días)

"Perdía la conciencia, me desmayaba, me hiperventilaba y no podía hacer mi vida normal, me afectaba socialmente, en el colegio, en cualquier lugar que estuviese siempre tenía que estar acompañada. No fue muy grato el trato de los doctores, puesto a que estaba tan mal me tuvieron que amarrar en varias situaciones, siempre me mantenían en una silla de ruedas llena de drogas, por ejemplo Clonazepam, Diazepam, Lovastatina y demás medicamentos. Yo sé que talvez era parte de un protocolo de ellos para que yo pudiera estar tranquila, y me pudieran realizar los estudios correspondientes. Puesto que los doctores ya no me hacían mucho caso, prácticamente como que me ignoraban. No me dejaron ver a mi padre en aproximadamente una semana, después de esa semana me pasaron a cuidados intensivos porque yo no respondía. Luego me devolvieron al pabellón de adolescentes donde prácticamente me tuve que rehabilitarme por mí misma, sin ayuda de nadie. El trato la segunda vez no fue nada bonito." (Ana,¹2021)

¹ Nombre real omitido por solicitud del paciente.

NIVEL NACIONAL

CASO #2 (22 AÑOS)

DEPRESION POST PARTO 2020

"Sí, era bastante grande, era propia del parto pero en parte era por la agresión psicológica que me hacía el papá de mi hijo.

Allá yo la pasé muy mal, la psiquiatra me trataba muy mal me decía que era una chiquita consentida, que iba a pasar mucho tiempo para verme bonita, que mi vida ya no iba a ser la misma. También me decía mucho que no le llegué ni a los tobillos a la maternidad" (María,²2021)

CASO #3 (30 AÑOS)

ESTRÉS AÑO 2000

"Cuando yo estuve me trataron muy bien, nos daban atención individual.

Las enfermeras se dieron cuenta que el esposo de una internada aprovechaba la hora de visita para comer de lo que se le daba a los internados. La señora creyó que yo le había dicho a las enfermeras y dijo que en la noche me iba a matar, las enfermeras me metieron al cuarto de ellas y me trataron super bien. Uno se siente muy mal encerrado, es sentirse como en una prisión. Nos daban terapia, talleres, nos decían que hiciéramos ejercicio. Aunque nos trataron bien yo nunca querría volver a ese lugar." (Laura,³2021)

Los casos mencionados anteriormente son de personas cercanas que quisieron contar su testimonio para tener un panorama más amplio de lo que viven los pacientes costarricenses que llegan a necesitar internamiento en el Hospital Psiquiátrico Manuel Antonio Chapuí.

De esa forma se logran sacar conclusiones que se llegarán a poner en práctica en el diseño y funcionamiento del Centro de ayuda.

También se observa la necesidad de separar a los pacientes con trastornos mentales por el tipo de intervención que necesitan, de esa forma el comportamiento de las personas no influye en el tratamiento de otros pacientes que se encuentran en un estado de intervención temprana.

A continuación se presentan otras denuncias públicas que se han realizado de dicho hospital tomadas de los medios sociales, los cuales ayudan de igual manera al centro propuesto para mejorar tanto la calidad de servicio de los profesionales, la infraestructura para los usuarios y otros aspectos que contribuyan de manera favorable en a recuperación de los pacientes.

² Nombre real omitido por solicitud del paciente.

³ Nombre real omitido por solicitud del paciente.

DENUNCIAS PÚBLICAS

La siguiente denuncia fue compartida por el periódico la Nación en sus redes sociales:

"CCSS abre investigación por presuntos maltratos a pacientes del Hospital Psiquiátrico
Hasta ahora, aclara, ningún paciente ha presentado denuncia formal. Denuncias por presuntos maltratos en el Hospital Nacional Psiquiátrico fueron reveladas por pacientes que estuvieron internados ahí entre el 2019 y 2021.

Mis Beneficios | El País | Para Deporte | Sucesos | Economía | Opinión | Viva | El Mundo

CCSS abre investigación por presuntos maltratos a pacientes del Hospital Psiquiátrico

Hasta ahora, aclara, ningún paciente ha presentado denuncia formal. Enfermos reiteraron a 'La Nación' burlas, sujeciones y aislamiento que incumplen protocolos médicos

Por Ángela Ávalos

Julio 08, 2021 at 20:25 CST



F6 - Adaptado de Tenorio Alonso (Fotografía), por periódico La Nación (2021)

La Gerencia Médica de la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS) instruyó al Hospital Nacional Psiquiátrico abrir una investigación de oficio sobre presuntos maltratos a pacientes.

La orden se giró el lunes 5 de julio del presente año 2021.

Relatos de pacientes

La seguidilla de denuncias comenzó el lunes 28 de junio del 2021, cuando la joven María Daniela Leitón Villavicencio, narró en su cuenta de Twitter, aparentes maltratos recibidos mientras estuvo internada en el Hospital Nacional Psiquiátrico, entre el 12 y el 22 de junio del 2021, cuando fue en busca de atención por una crisis.

Leitón también aseguró haber sido testigo de maltratos a otros pacientes que estuvieron en ese mismo periodo.

En su relato, Leitón, de 20 años, describe sujeciones y aislamientos que no cumplen con los protocolos descritos por las autoridades del Hospital Nacional de Psiquiatría.

También narra burlas y amenazas, que luego fueron confirmadas como experiencias muy comunes vividas por otros pacientes que han pasado por ese hospital."

(Ávalos, 2021)

DENUNCIAS PÚBLICAS

La siguiente denuncia fue compartida por el medio Sinart en sus redes sociales:

"Tres jóvenes denuncian malos tratos, amenazas y poca atención especializada en el Hospital Psiquiátrico

Pacientes estuvieron internados en el centro médico en diferentes momentos entre el 2018 y este año

Daniela, Samanta y Carlos estuvieron internados en el Hospital Nacional Psiquiátrico en diferentes momentos y por diferentes razones.



F7 - Adaptado de SINART Costa Rica medios (2021)

Las experiencias vividas durante su estancia en ese centro hospitalario es algo que jamás desean volver a vivir, según lo revelaron días atrás en sus redes sociales.

Para conocer de cerca sus vivencias, Costa Rica Noticias contactó a los tres jóvenes quienes coinciden en que hay procedimientos médicos inadecuados, un mal trato por parte de algunos funcionarios y escasa atención directa de sus padecimientos por los profesionales afines, como psiquiatras o psicólogos.

"Es tanto el abuso de autoridad y las personas están tan acostumbradas a hacerlo, que lo ven normal. Es el diario vivir de ellos. Esta persona tiene una enfermedad mental, entonces no vamos a tomar en consideración lo que ellos dicen, ni vamos a darle el valor que merece su palabra", afirma Daniela Leitón Villavicencio.

Samantha Castro Zúñiga agrega "Son muy insensibles con respecto a la situación por la cual usted ingresa. Es una situación en la cual usted no quiere estar".

"Yo ya quería salir porque sentía que estaba todo empastillado y no se me estaba dando un tratamiento", agrega Carlos Zúñiga Montero.""

(Cambroner, 2021)

DENUNCIAS PÚBLICAS

La siguiente denuncia fue compartida por el medio Cr hoy en sus redes sociales:



crhoy.com
NOTICIAS 24/7

Nacionales Deportes Entretenimiento Economía Tecnología Mundo

“Mientras el doctor me violaba, yo veía la foto de la esposa y la hija de él sobre el escritorio”

Daniel Chinchilla • Mayo 12, 2019 12:03 am

f t w p e

- FISCALÍA ABRE SEGUNDO EXPEDIENTE POR VIOLACIÓN CONTRA PSICÓLOGO DEL HOSPITAL ROBERTO CHACÓN PAUT
- NARRACIÓN DE AMBAS VÍCTIMAS ES IGUAL EN LA FORMA EN QUE OCURRIÓ EL DELITO



F8 - Adaptado de CCSS (fotografía), por Crhoy (2019)

"El Ministerio Público confirmó que tramita una nueva investigación contra un psicólogo de la Caja Costarricense de Seguro Social, quien habría violado a dos pacientes suyas en el hospital psiquiátrico Roberto Chacón Paut, en La Unión de Cartago.

El hecho fue acusado directamente por una de las víctimas, cuya identidad este medio se reserva, y quien para el año 2013 estaba a cargo de un médico apellido Garita.

Las diligencias de la Fiscalía de La Unión sustentan el expediente 19-000152-1360-PE, cuya narración de hechos indica que, el sospechoso, cometió diversos abusos el día de la presunta terapia." (Chinchilla, 2019)

Los casos antes expuestos generan un panorama preocupante sobre la situación que se vive a nivel nacional en temas de salud mental. La CCSS al utilizar un modelo farmacológico en los pacientes que requieren una intervención en salud mental no están generando un progreso en los pacientes, los cuáles luego deben buscar ayuda profesional en el área privada para que les brinden la atención necesaria y puedan llevar una vida normal, según la entrevista realizada a la Dra. Yajaira Rojas, psicóloga y psicoanalista. (Rojas, 2021)

También, los casos incluyen abusos psicológicos, físicos y sexuales, como se expusieron anteriormente por medios nacionales.

Todos estos puntos se tomarán en cuenta para que el proyecto sea eficaz.



**¿Cómo un Centro
de ayuda para
personas con
trastornos
mentales puede
ayudar a mejorar
el sistema de salud
mental en
Costa Rica?**



PREGUNTA DEL PROBLEMA

Según la entrevista realizada a la psicóloga Yajaira Rojas en Costa Rica hay un mal manejo sobre el tema de salud mental, no hay personal capacitado para brindar una adecuada atención a los pacientes y un seguimiento adecuado, no hay planificación por parte de las diferentes entidades, cada institución trabaja de manera individual, no hay muchas campañas donde se de a conocer las diferentes atenciones que se ofrecen por parte de las diferentes instituciones por ello hay una falta de cultura en esta área, e incluso, la mayoría de pacientes que fueron tratados por la CCSS necesitan buscar ayuda psicológica porque no se le dio un tratamiento adecuado, debido a que trabajan en base al modelo farmacológico, que consiste en medicar a los pacientes cuando se debería emplear un modelo psicoanalítico donde se lleve una terapia que les permita seguir adelante con su vida. Por ello hay un tabú en Costa Rica, donde las personas no buscan ser atendidos por un profesional en salud por desinformación y porque no quieren ser tratados como muchas personas que han estado internadas en el Hospital Nacional Psiquiátrico y recibieron una mala atención.

(Rojas, 2021)



F10 - Adaptado de Freepick (2021)

En el país hay muchas instituciones encargadas en salud mental como por ejemplo: Aceps (Asociación Costarricense de Estudio y Prevención del Suicidio), Aprosam (Asociación Pro-Salud Mental), Acotar (Asociación Costarricense de Trastornos Anímicos Recurrentes), entre otras, las cuales brindan sus servicios a muchas personas. Por su parte, la CCSS también brinda ayuda psicológica y psiquiátrica a las personas que acudan a sus centros y requieran de profesionales en salud mental, pero como se mencionaba anteriormente no se da una adecuada atención y hay mucho que mejorar en esta área..

La propuesta del centro de ayuda, busca reunir instituciones tanto públicas como privadas, trabajar en conjunto con distintos profesionales en salud que quieran mejorar este sistema de salud mental que es tan importante para el país. Ya que debe ser un trabajo grupal para el bienestar del mismo, se debe crear una red de trabajo donde haya planificación y compromiso.

Es necesario brindarle al país y a los especialistas herramientas, espacios y los recursos necesarios para lograr los objetivos propuestos, debe haber un enfoque en otras áreas terapéuticas, que priorice el bienestar de los usuarios y no solo basarse en la medicación de pacientes para tratar los trastornos.

Los hospitales psiquiátricos que hay en el país se pueden dedicar a atender los casos más avanzados y los centros de ayuda, como el proyecto a desarrollar, se pueden centrar en los casos de intervención temprana, donde, por medio de los especialistas de salud capacitados, se pueda tener un tratamiento más exitoso.

Todo esto se resume en Ayuda, Información y Acompañamiento.

1.3 JUSTIFICACIÓN

Mediante este proyecto se quiere generar un cambio en la población costarricense, donde se pueda hablar sobre la salud mental, sin necesidad de caer en prejuicios por parte de la sociedad. En la parte arquitectónica se pretende brindar un espacio que puedan utilizar los especialistas en salud mental, que cuenten con los recursos necesarios y que cada elemento y espacio sea diseñado para y por las personas que utilicen este centro.

La proyección social abarca toda la población en general, sin importar, edad, género, posición económica. Es necesario que todos se beneficien de igual manera con el proyecto, sin negarle la atención a alguna persona por un motivo en específico.

Con este centro se pretende resolver muchos problemas a nivel social, donde las personas no acuden a la ayuda profesional por miedo a que la sociedad los discrimine, les pongan etiquetas, por falta de información y por miedo a que los internen en el Hospital Psiquiátrico.

Se busca generar un efecto contrario, crear una cultura donde las personas se sientan apoyadas, que la sociedad comprenda que los trastornos mentales no son algo inaudito y que no son un juego. Que todos pueden llegar a padecer de alguna enfermedad mental a lo largo de su vida, que se debe tratar a tiempo y que es importante aprender como identificarlo.

F11 - Adaptado de My Costa Rica guía de viajes (2021)



DELIMITACIÓN

SOCIAL

El proyecto va dirigido a toda la población en general. Niños, jóvenes, adultos, adultos mayores, hombres, mujeres, a toda persona sin importar su posición económica o discapacidad.

Como punto a destacar está en buscar personas y empresas que quieran ser "padrinos" y puedan ayudar económicamente al centro, para aquellas personas que necesitan valoraciones médicas y los internamientos (si lo requieren) pero no tienen el dinero para el servicio.

De esta forma se asegura que toda persona pueda acudir sin ninguna delimitación económica.

El centro contará con distintos profesionales en salud mental tanto para la administración del centro como para los servicios que se brindarán.

La promoción de la salud juega un papel fundamental para lograr cambios radicales en el modelo de atención actual a los pacientes con trastornos mentales, pues el reto es pasar de un modelo asistencialista a un modelo con enfoque comunitario y con participación social
Es un trabajo de todos.



F12 - Adaptado de Blog spot (2021)

DELIMITACIÓN

FÍSICA

El proyecto estará ubicado en las montañas de Heredia, exactamente en Los Ángeles de San Rafael, ya que es una zona montañosa, tranquila y con un ambiente fresco.

El lote está ubicado sobre carretera principal y de fácil acceso.

Cuenta con una parada de autobús al costado oeste por lo cual facilita la llegada de usuarios al centro, así como también los usuarios que lleguen en auto propio tendrán un parqueo dentro para su mayor seguridad.

Entre algunas de las limitaciones físicas está el clima, ya que, en los meses de la estación lluviosa, suele llover durante bastantes horas del día.

Y por ende se vuelve un lugar húmedo.

Por tanto, se debe de tomar en cuenta estos puntos mencionados en la ejecución del proyecto.

DELIMITACIÓN

DISCIPLINARIA

El proyecto se genera en el ámbito de la arquitectura, pero se debe de tomar en cuenta otros campos profesionales como: psicólogos, psiquiatras, médicos generales, nutricionistas, pediatras, geriatras, trabajadores sociales, fisioterapeutas, ginecólogos, terapeutas respiratorios...

En general se debe de contar con profesionales capacitados de diferentes campos de salud para que el servicio que se brinde sea el más adecuado y acertado.

También se va a tomar en cuenta instituciones existentes en el país que velen por la salud mental de la población. Así como las municipalidades de cada cantón, para brindar charlas a lo largo del país, para informar y educar a la población costarricense sobre temas de salud mental.

Dichas instituciones se mencionan a continuación.



F14 - Adaptado de Freepick (2021)



VIABILIDAD



Esta asociación se conformó en el año 2011, está encargada de investigar y prevenir el suicidio, así como las conductas de peligro que presenta el paciente, conocidas como autodestructivas.

ACEPS son las siglas de la Asociación Costarricense de Estudio y Prevención del Suicidio; es una organización privada, administrada por PROSDEI Human-Empresarial, bajo la Dirección de Ana Gabriela Barrantes. Su objetivo como organización es crear una cultura de prevención del suicidio. (desconocido, ACEPS COSTA RICA, 2011)



F16 - Adaptado de ACEPS (2016)

ACOTAR significa Asociación Costarricense de Trastornos Anímicos Recurrentes.

Es una asociación sin fines de lucro fundada en 1995, trabajan en terapias grupales e individuales con personas que presentan trastornos como ansiedad, anorexia, bulimia, trastornos de personalidad, entre otros. E incluso ayudan a personas que están llevando algún duelo y personas que presentan problemas en las relaciones familiares o de pareja.

Su objetivo principal es comprender los diferentes factores sociales, familiares, culturales que se relacionan con los trastornos de los pacientes y así entender su influencia en la vida de las personas. Entre las actividades que ellos realizan se encuentran las terapias y charlas relacionadas con la salud mental, grupos de autoayuda y los servicios que prestan a las personas que presentan algún trastorno mental.

Sus tres ejes de trabajo:

La educación, Terapia individual y Terapia de grupo.

"Todos trabajamos de forma voluntaria y nos mantenemos a través de donaciones y contribuciones mensuales de los usuarios. Tenemos un local alquilado en el centro de San José Costa Rica, y también tenemos muchas ganas de seguir adelante por nuestras familias y la sociedad costarricense que tanto nos necesita." (desconocido, ACOTAR, 2021)



F17 - Adaptado de ACOTAR (2021)

ASCOPA es una organización creada en 1996.

Esta institución se creó con el fin de ayudar a las personas con autismo a mejorar la calidad de sus vidas y es de las únicas organizaciones en el país que se dedica totalmente a trabajar con personas que presentan autismo, les ayudan a descubrir sus habilidades para que puedan integrarse a la sociedad, sin exclusión alguna.

Entre las actividades que ellos realizan están:

- Dar apoyo y asesoría a familiares de personas con autismo
- Servicios en el Centro Educativo Vocacional ASCOPA, para la población adulta
- Desarrollo de actividades de capacitación para los padres de familia
- Organización y participación de congresos, seminarios nacionales e internacionales sobre autismo y temas afines.
- Apoyo a estudiantes universitarios en convenio con diferentes universidades.
- Biblioteca con información sobre autismo.
- Información y divulgación acerca del autismo, a través de talleres, encuentros, charlas, visitas.
- Convenios a nivel nacional e internacional, en las áreas de salud, social, educativa y legal, para el desarrollo de proyectos que mejoren las condiciones actuales a nivel nacional.
- Coordinación con otras instituciones afines con el propósito de compartir conocimientos y experiencias.,
- Divulgar el conocimiento del autismo y sus características, con el fin de lograr el respeto que estas personas merecen.



F18 - Adaptado de ASCOPA (2010)

Su principal objetivo es crear conciencia en la sociedad y en las instituciones, para que conozcan cada una de las necesidades de las personas con autismo, así como también sus habilidades y que todo esto sea tomado en cuenta en la hora de brindar los diferentes servicios.

“Creemos y sabemos que los autistas, como seres humanos, merecen las mismas oportunidades que todos y, día con día, nos enseñan que con sus capacidades y un poco de ayuda, tienen mucho que dar a la sociedad.”

(desconocido, ASCOPA, 2010)

AUSDI es una organización creada en el año 2007.

Velan por el bienestar y la rehabilitación adecuada de las personas con trastornos mentales, fundamentando que la rehabilitación debe ser basada en asistencia psiquiátrica y psicológica.

Está conformada por 80 miembros que laboran en el Hospital Psiquiátrico Dr. Manuel Antonio Chapuí, en San José.

Entre sus metas está:

- "a) Conseguir mejoras en los servicios de salud mental de la población costarricense al velar porque los programas de salud mental sean integrales y de la mejor calidad.
 - b) Apoyar el fomento y fortalecimiento de programas que desarrollen en los usuarios la capacidad de autonomía y adaptación activa al entorno.
 - c) Velar por la integración de la familia en el periodo de tratamiento del paciente.
 - d) Promover la participación activa de la población en general para lograr el desarrollo integral del usuario.
 - e) Colaborar en el mejoramiento y construcción de instalaciones para la rehabilitación de usuarios."
- (desconocido, AUSDI, 2021)



F19 - Adaptado de AUSDI (2021)

El CONAPAM (Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor) vela por mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores, garantizan el cumplimiento de las políticas públicas para generar condiciones y oportunidades necesarias para la población adulta mayor en el país.

Buscan que las personas adultas mayores tengan una vida digna y de acuerdo a los valores nacionales, con igualdad de oportunidades, participación, por el no abandono de sus familiares y así esta población mayor pueda tener una vida plena.

"El Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor, ente rector en materia de envejecimiento y vejez, formula políticas y planes nacionales, promueve, ejecuta, evalúa y coordina el desarrollo de programas, proyectos y servicios implementados por las entidades públicas y privadas, dirigidos a la población adulta mayor, con el objetivo de garantizar el mejoramiento de su calidad de vida, desde un enfoque de derechos, con perspectivas de género y solidaridad intergeneracional."

(desconocido, CONAPAM, 2021)



F20 - Adaptado de CONAPAM (2021)

El IAFA (Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia) es un miembro adscrito al Ministerio de Salud, se encargan de estudiar y prevenir el tratamiento y rehabilitación de las personas adictas al alcohol y a otras drogas, además de ello se encargan de coordinar y crear programas públicos y privados, para la prevención del consumo de drogas, de conformidad con la ley.

Dichos programas se emplean en escuelas y colegios a nivel nacional, donde abarcan los distintos temas de interés, para la prevención de lo antes descrito.

Su objetivo es ayudar a las personas para advertir sobre el consumo de drogas, promueven la salud mental, de igual manera para las personas que tienen alguna adicción, les brindan rehabilitación para que mejoren su calidad y condiciones de vida y de esta forma puedan minimizar las consecuencias que deja el consumo de drogas. (desconocido, IAFA, 2020).



F21 - Adaptado de IAFA (2020)

El Programa Institucional para la persona Adulta y Adulta Mayor (PIAM) es un programa institucional vinculado a la Vicerrectoría de Acción Social, de la Universidad de Costa Rica. Este Programa está dirigido a personas mayores de 50 años y jubiladas con el fin de facilitar su acceso a cursos semestrales regulares y específicos.

En los cursos regulares las personas mayores comparten con estudiantes empadronados en carreras como: historia, psicología, filosofía, biología y lenguas modernas, entre otros. (desconocido, PIAM, 2017)



F22 - Adaptado de PIAM (2017)

Todas y cada una de las instituciones antes mencionadas velan por ayudar a las personas que recurren a sus centros con alguna dificultad en su salud. Todas ellas velan por un solo objetivo: ayudar a las personas para el beneficio de su salud mental. Por medio de ellas se puede generar una red de trabajo con personal capacitado para atender todo tipo de circunstancias. Debe ser un trabajo en conjunto para el bienestar del país.

También se puede crear conciencia en cada cantón por medio de sus municipalidades ya que ellos reciben un 3% del gobierno para este tipo de intervenciones y sus respectivos centros de salud (ebais y hospitales) (desconocido, Ministerio de Hacienda, 2021), para que ellos colaboren con las actividades que se pueden llegar a realizar en cada parte del país. Con el apoyo de todas las instituciones se puede difundir de una mejor manera la información a la población, crear campañas y ayudar e informar a las personas para que se animen a recibir ayuda profesional.

Debido a la ubicación del proyecto, dichas instituciones se pueden encargar de recibir temporalmente a las personas que buscan ayuda en diferentes partes de país, en lo que se busca alguna forma de trasladarlas al centro, generando considerablemente un aprovechamiento en el tiempo.

OBJETIVO

General

Diseñar y desarrollar una infraestructura destinada a acoger personas que necesiten ayuda profesional en salud mental como respuesta a las necesidades del país y así poder brindar una intervención adecuada, con personal capacitado y espacios adecuados.

OBJETIVOS

Específicos

1. Identificar las necesidades de los usuarios en cuanto a apoyo para las personas con trastornos mentales y sus familiares.
2. Analizar el sitio físico, espacial, climático, para la integración del proyecto en el entorno inmediato.
3. Desarrollar el anteproyecto arquitectónico del Centro de ayuda para personas con trastornos mentales que contemple las necesidades de salud, atención médica, recreación y otras necesidades de los usuarios.





TEORÍAS RELACIONADAS

TEORÍAS Y MODELOS

Aplicados a la salud mental

Son aquellos fundamentos y procedimientos analizados y descritos por distintos personajes en los que se refleja la percepción particular que tenían sobre los diferentes padecimientos y trastornos psicológicos observados a través del tiempo.

MODELO

Cognoscitivo

"El modelo cognitivo conductual une conocimientos de la teoría del aprendizaje con el procesamiento de la información y trata de explicar cómo se aprenden determinadas conductas durante la infancia y la adolescencia.

La manera en que cada persona procesa la información, es fundamental para entender su forma de comportarse y para aplicar el tratamiento adecuado. Se parte de la base de que lo que nos rodea nos influye y de que aprendemos las conductas.

¿Cuáles son los pilares de la teoría del modelo cognitivo conductual? Básicamente se pueden diferenciar 3 pilares:

- Condicionamiento clásico. Se trata de un término creado por Iván Pavlov. Sobre el resultado del aprendizaje debido a los estímulos.
- Condicionamiento operante. Si a una acción le sigue un resultado positivo, queremos repetir esa acción para volver a tener ese resultado positivo. Por lo tanto, se trata de una nueva forma de aprender.
- Aprendizaje observacional. Las conductas se aprenden a través de la observación de otras personas, por ejemplo, los hijos observan a sus padres y aprenden.

Varios ejemplos de técnicas basadas en el modelo cognitivo conductual
El modelo cognitivo conductual da lugar a una gran variedad de técnicas, entre las que se pueden destacar las siguientes:

- Técnica de reestructuración cognitiva. Esta técnica se centra en modificar los esquemas de pensamiento de la persona. El terapeuta ayuda al paciente a conocer sus patrones de conducta y a ver la influencia que tienen en su vida.



- Técnica de exposición. Se utiliza en casos de fobias y ansiedad. El paciente es expuesto progresivamente, a lo que le produce la fobia o la ansiedad y se le enseña a controlar su conducta.
- Técnica de entrenamiento en resolución de problemas. En ocasiones, los pacientes no pueden hacer frente a una situación determinada y se les ayuda a crear alternativas, tomar una decisión y evaluar los resultados.

Algunas de estas técnicas se han superado con el surgimiento de las terapias de tercera de generación que se centran en una evolución personal del paciente teniendo en cuenta todos los aspectos de su conducta, de su vida y de su entorno."

(desconocido, Universidad Internacional de Valencia, 2018)

MODELO Existencial

"Las experiencias en el presente de las personas son las que importan, el aquí y el ahora y no se enfoca en el pasado, y por lo tanto el tratamiento va encaminado a modificar las creencias erróneas que el paciente tenga del mundo. Principales precursores: Albert Ellis, William Glasser y Frederick Peris.

Es un enfoque terapéutico más filosófico que técnico, que fundamenta su perspectiva en las filosofías fenomenológico-existenciales. Centrándose en la condición humana en su conjunto, la Terapia Existencial aplaude las capacidades humanas y anima a los individuos a asumir la responsabilidad por sus éxitos. Mediante el diálogo, identifica prejuicios y maneras de proceder en la vida. Tiene una disposición abierta hacia la situación particular del paciente y su forma de experimentar la vida. Se centra en los conflictos que surgen al enfrentarnos a un mundo que, paradójicamente, amenaza la manera particular en que nos hemos explicado nuestra propia existencia.

Las dificultades emocionales y psicológicas son vistas como un conflicto interno causado por la confrontación del individuo con lo determinado por la propia existencia. En lugar de ahondar en el pasado, el enfoque existencial se centra en el aquí y ahora, la exploración de la condición humana en su conjunto y lo que significa para un individuo." (Guerri, 2021)

MODELO

Psicoanalítico

"Se centra en la naturaleza del comportamiento desviado y con esto propone una nueva perspectiva sobre el desarrollo y las alteraciones en cada etapa de éste, el principal precursor fue Freud, con las etapas evolutivas: oral, anal, fálica, latencia y genital, también el manifiesta que hay tres instancias mentales: ello, yo y súper yo, definiendo que si entre ellos hay un conflicto ocurrirá un proceso psíquico patológico.

La teoría psicoanalítica sostiene que los procesos psíquicos son originalmente inconscientes y que algunos de ellos consiguen alcanzar la conciencia. O dicho con terminología de la segunda tópica, el ello precede al yo, el cual se va diferenciando a partir del ello en virtud del contacto con la realidad exterior."

(Centro psicoanalítico de Madrid, 2021)

MODELO MÉDICO

o Biológico

"Las enfermedades mentales no son más que de origen biológico, su tratamiento se dirigirá a su origen etiológico orgánico, sus principales precursores: Robert Spitzer, Allen Francés y Emil Kraepelin.

El modelo médico parte de tres supuestos principales:

- 1) Presupone un sustrato orgánico, más o menos relevante, en los trastornos mentales.
- 2) Da una gran importancia al diagnóstico y clasificación de los trastornos con el fin de poder predecir el curso de la enfermedad y el tratamiento adecuado.
- 3) Pone énfasis en la explicación más que en la comprensión de los trastornos mentales."

(desconocido, Coggle Diagram, s.f.)



MODELO Conductual

"El conductismo, también conocido como psicología comportamental, es una teoría del aprendizaje basada en la idea de que todos los comportamientos se adquieren a través del condicionamiento. El condicionamiento ocurre a través de la interacción con el medio ambiente. Los conductistas creen que nuestras respuestas a los estímulos ambientales moldean nuestras acciones.

De acuerdo con esta escuela de pensamiento, el comportamiento se puede estudiar de una manera sistemática y observable independientemente de los estados mentales internos.

Básicamente, solo debe considerarse el comportamiento observable: las cogniciones, las emociones y los estados de ánimo son demasiado subjetivos.

Los conductistas estrictos creían que cualquier persona puede ser potencialmente entrenada para realizar cualquier tarea, independientemente de su origen genético, rasgos de personalidad y pensamientos internos, dentro de los límites de sus capacidades físicas, solo se requiere del condicionamiento correcto.

Este enfoque psicológico enfatiza en el método científico y en los objetivos de investigación, por lo cual solo se relaciona con las conductas observables de estímulo-respuesta y establece que todos los comportamientos se aprenden mediante la interacción con el entorno." (Keegan, 2019)

MODELO Sociológico

El modelo se centra en que la sociedad es la causa principal que afecta a las personas, señala que los tratamientos convencionales como el internamiento y los electrochoques son métodos que no deberían realizarse y no ayudan a nada a que el individuo logre rehabilitarse, siendo la sociedad parte del método de tratamiento, sus principales exponentes: Thomas Szasz, Sheldon Cohen, Gerald Caplan, entre otros.

A través de estos se constituye tanto la subjetividad individual -la persona- como los significados compartidos de la experiencia colectiva en que se fundan los grupos, las asociaciones y movimientos sociales o las instituciones. Para los sociólogos la asunción simultánea de ambos niveles de análisis, permite poner de manifiesto aquellos mecanismos y procesos en donde confluye lo personal, lo interpersonal y lo colectivo, revelando sus indeterminaciones como parciales causalidades autogenerativas de la realidad humana, más allá de reduccionismos a que tienden las explicaciones de la conducta y experiencias humanas en los términos de uno solo de estos niveles de análisis. (Jordimanel, 2013)

MODELO

Interpersonal

"La teoría interpersonal de Harry Sullivan es bastante popular en psiquiatría y psicología. Si bien es una teoría que no pudo ser completada, tuvo un desarrollo importante a partir del estudio de personas con diagnósticos de esquizofrenia y de trastorno obsesivo compulsivo.

Este autor considera que **los patrones de relaciones entre personas están muy influenciados por las experiencias de la infancia**. Es así porque en esa época se gesta la empatía; una empatía a la que Sullivan define como la capacidad del niño para sentir de alguna forma la actitud de las personas hacia él.

"La personalidad nunca podrá ser abordada para su estudio como algo aislado de los demás, sino en relación con otras personalidades"

-Harry Sullivan-

Formación de la personalidad

Sullivan plantea que la personalidad se forma a partir de las relaciones interpersonales que cada individuo tiene. Es decir, **ocurre un traspaso de lo interpersonal a lo intrapersonal**. Variando las formas en que se experimentan estas experiencias a medida que se van a atravesando etapas de vida, donde el dominio del lenguaje, las destrezas sociales y la satisfacción de las necesidades van adquiriendo mayor complejidad.

Modos de experiencia cognoscitiva

Este autor describe tres, teniendo ellas un orden lógico y cronológico entre sí:

- **Modo protáctico:** experiencia inicial en la que **el bebé no se percibe a sí mismo como una ser integrado, no hay noción del tiempo ni causalidad**. Progresivamente irá tomando conciencia de su cuerpo como instrumento de interacción con el exterior, experimentando sensaciones de alivio y tensión.
- **Modo paratáctico:** a partir de la infancia el niño **comienza a diferenciar lo interno de lo externo y cómo satisfacer sus necesidades**. Aparecen los símbolos -lenguaje, interpretación de gestos- tras las experiencias que permiten establecer causalidad.
- **Modo sintáctico:** es el **modo más avanzado del desarrollo de la personalidad**. Se va ampliando a medida que van existiendo experiencias nuevas. Los símbolos adquiridos en el modo paratáctico son utilizados para relacionarse con otras personas y ser validados por medio del consenso con estas." (Psicóloga Alós, 2017)



MODELO DE Desarrollo

"Se entiende por desarrollo cognitivo al conjunto de transformaciones que se producen en las características y capacidades del pensamiento en el transcurso de la vida especialmente durante el periodo del desarrollo, y por el cual aumentan los conocimientos y habilidades para percibir, pensar, comprender y manejarse en la realidad.

Piaget fue un teórico que dividió el desarrollo cognoscitivo en cuatro grandes etapas: etapa sensoriomotora, etapa preoperacional, etapa de las operaciones concretas y etapa de las operaciones formales, cada una de las cuales representa la transición a una forma más compleja y abstracta de conocer.

Según Piaget, se forman representaciones mentales en el niño y así operan e inciden en él mundo, de modo que se da una interacción recíproca ya que construyen activamente el conocimiento del ambiente usando lo que ya saben e interpretando nuevos hechos y objetos.

La Psicología del Desarrollo o Psicología Evolutiva se ocupa de las transformaciones que sufre el ser humano a lo largo de su vida en sus diversas facetas psicológicas y como ser social. Esto incluye el estudio de una gran variedad de aspectos que conforman al ser humano en su totalidad y que, en la vida real, no pueden separarse.

Sin embargo, la necesidad de acotar campos de investigación a la hora de describir los procesos evolutivos obliga a diferenciar áreas más específicas dentro de la psicología del desarrollo." (desconocido, CADIP, 2019).

TEORÍA DEL PROCESO DELIBERATIVO

De enfermería, de Ida Jean Orlando

"La teoría de enfermería de Orlando hace especial hincapié en la relación recíproca entre el paciente y la enfermera. Lo que los otros dicen y hacen afectan a la enfermera y al paciente.

Fue una de las primeras líderes enfermeras que identifiqué y destacé los elementos del proceso enfermero y la especial importancia de la participación del paciente en ese proceso. Orlando consideraba que la enfermería era una profesión distinta e independiente a la medicina. Creía que las órdenes de los médicos se dirigían a los pacientes, no a las enfermeras. A pesar de ello, pensaban que la enfermera ayuda al paciente a llevar a cabo esas órdenes o, si el paciente es incapaz de realizarlas, debe llevarlas a cabo por él. Así mismo, si existen datos que contradicen las órdenes del médico, las enfermeras deben impedir que los pacientes las sigan.

Es necesario que la enfermera justifique su decisión al médico. Puede que Orlando haya facilitado el desarrollo de las enfermeras como pensadoras lógicas. Orlando consideraba que las enfermeras decidían por sí mismas las acciones enfermeras, sin basarse en las órdenes del médico, las necesidades organizativas y las experiencias personales del pasado. Por tanto, la acción enfermera se basa en la experiencia inmediata con el paciente y en sus necesidades de ayuda inmediata.

Su objetivo general consistía en desarrollar "Una teoría de la práctica enfermera eficaz" que definiría un papel diferenciado para las enfermeras profesionales y que proporcionaría una base para el estudio sistemático de la enfermería.

Orlando realizó grandes contribuciones a la teoría y a la práctica enfermera. Sus conceptualizaciones del proceso enfermero reflexivo cumplen los criterios de una teoría.

La teoría de Orlando posee un mérito considerable por su aplicación a la práctica, la investigación, la docencia y la administración." (Tomey & Raile Alligood, 2007)



ENFERMERÍA PSICODINÁMICA

De Hildegard Peplau

"Se la considera la madre de la enfermería psiquiátrica. Fue partícipe de los avances profesionales, educativos y prácticos en la enfermería.

Es un modelo orientado principalmente a la enfermería psiquiátrica que toma como sustento las bases teóricas psicoanalistas, de las necesidades humanas y del concepto de motivación y desarrollo personal

Peplau define la "Enfermería Psicodinámica" como "aquella que es capaz de entender la propia conducta para ayudar a otras personas a identificar cuáles son las dificultades y aplicar los principios sobre las relaciones humanas a los problemas que surgen en cualquier nivel de experiencia "

Para Peplau la ENFERMERIA es un proceso interpersonal y terapéutico que funciona en términos de cooperación con otros procesos humanos, haciendo de la salud una posibilidad para los individuos en las comunidades.

Peplau empleó conocimientos tomados de la ciencia conductual, el modelo psicológico."

(Alvarado, Guglielmetti, Tenis, & Diaz, 2012)

TEORÍA GENERAL DEL DEFICIT De Autocuidado. Elizabeth Dorothea Orem

Dorothea E. Orem presenta su teoría del déficit de autocuidado como una teoría general compuesta por tres teorías relacionadas entre sí: Teoría de autocuidado, teoría del déficit autocuidado y la teoría de los sistemas de Enfermería.

Esta teoría sugiere que la enfermería es una acción humana articulada en sistemas de acción formados (diseñados y producidos) por enfermeras a través del ejercicio de ser una actividad profesional ante personas con limitaciones de la salud o relacionadas con ella, que plantean problemas de autocuidado o de cuidado dependiente.

(Hernández, 2017)

TEORÍA INTERACCIONISMO Simbólico de Joan Riehl Sisca

Ella manifiesta que la valoración y la interpretación de las reacciones del paciente por parte de enfermería son importantes para la realización de intervenciones con el sujeto y su familia, ya que a través de su análisis se pueden hacer predicciones de la conducta y por lo tanto actuar antes de que se susciten manifestaciones graves. En la teoría del interaccionismo simbólico, la persona interpreta las acciones mutuas con otra persona basándose en el significado asociado con la acción antes de reaccionar. Es un proceso de interpretación entre el estímulo y la respuesta. El énfasis de Riehl está en la valoración e interpretación de las acciones del paciente por la enfermera, quien hace después predicciones sobre la conducta del paciente. La enfermera elige después, a partir de múltiples teorías, terapias y disciplinas sanitarias afines, la planificación y la implementación efectiva de las intervenciones de enfermería.

(Martínez, 2021)

Las teorías expuestas anteriormente ayudan a comprender mejor el panorama en temas de salud mental y como abarcan los tratamientos y la atención al usuario que la requiere. De esta forma se puede elegir las teorías o métodos que se van a emplear en el Centro de ayuda.

CASOS DE ESTUDIO



NIVEL NACIONAL

Costa Rica cuenta actualmente con dos hospitales de índole psiquiátrica, entre ellos el Hospital Nacional Psiquiátrico Dr. Manuel Antonio Chapuí y el Hospital Especializado Dr. Roberto Chacón Paut, en el área de salud pública, estos 2 hospitales se encargan de atender los casos de trastornos mentales a nivel nacional.

Hoy en día se encuentran en un proceso de cambio pasando de asilo psiquiátrico a un hospital especializado, que bien se puede indicar que a lo largo de esto se generará un cambio en el programa a nivel de los espacios hospitalarios por las distintas áreas en desuso. De igual forma se suma el hecho de que la infraestructura actual del hospital en un principio correspondía a un complejo educativo, por lo que algunas áreas no cuentan con las dimensiones adecuadas para brindar la atención solicitada. (Rodríguez, 2012)

F25 - Hospital Dr. Roberto Chacón Paut, adaptado por Asociación Costarricense de Hospitales (2020)



F26 Hospital Nacional Dr, Manuel Chapuí, adaptado de Arce, Ana (Fotografía) por SINART

NIVEL NACIONAL**Hospital Nacional Psiquiatrico Manuel Antonio Chapuí****Descripción:**

Este centro hospitalario especializado en salud mental y psiquiatría, está ubicado en el distrito de pavas, en la provincia de san José. Creado en el año 1890.

El hospital se encarga de atender personas con trastornos mentales en el país. Según él enfermero Alexis Lepis, el hospital trabaja como un hospital general, los pacientes que vienen en un estado más delicado pasan por el área de terapia intensiva (no todos los pacientes pasan por esta área), los pacientes que ingresan en un estado más estable son ubicados en el área de pabellones, los cuales estarán allí hasta que haya una respuesta a la medicación. (Lepis, 2021)

En el hospital psiquiátrico cuentan con diferentes servicios, como: nutrición, trabajo social, psicología clínica, psiquiatría comunitaria farmacia, medicina general, ginecología, entre otros.

Su objetivo principal es basarse en la investigación de la salud mental y la psiquiatría. Además de mejorar la calidad de vida de sus pacientes.

F26 Hospital Nacional Dr, Manuel Chapuí, adaptado de Arce, Ana (Fotografía) por SINART



PUNTOS A DESTACAR/ MEJORAR

Hospital Nacional Psiquiátrico Manuel Antonio Chapuí

Materialidad y arquitectura: El hospital está construido con ladrillo, para el proyecto se utilizará blocks de mampostería pero con mejoras en sus estructuras, ya que el Hospital fue creado en 1890 y con el paso de los años las técnicas para la construcción han mejorado. También se pretende mejorar el diseño para que sea un lugar tranquilo y el objetivo es que los pacientes no se sientan encerrados en un hospital, esto ayudará a que su tratamiento sea más satisfactorio.

Misión: Se genera la propuesta del centro de salud mental para trabajar en conjunto con los hospitales nacionales y organizaciones, de esa forma se puede mejorar la atención en salud mental, dividiendo los pacientes según su nivel crítico, los pacientes que requieran una mayor atención y hospitalización serán atendidos por el Hospital Nacional psiquiátrico, mientras que los casos más leves puedan ser atendidos en el centro. También se facilitará la atención para las personas con pocos recursos económicos, se contará con distintos profesionales en la salud, actividades, talleres, para un mejor tratamiento y una exitosa recuperación.



NIVEL NACIONAL

Hospital Especializado Dr. Roberto Chacón Paut

En el hospital se atienden casos de pacientes con adicción que se le suma su enfermedad mental. Los centros de adicciones excluyen la patología mental y los centros de salud tradicionales solo abordan la patología mental. Lo conforma un equipo interdisciplinario completo integrado por profesionales en psicología, enfermería, trabajo social, terapias física, respiratoria, ocupacional y psiquiatría.

"El Chacón Paut brinda además servicio de consulta externa por área y a todos los residentes de La Unión les corresponde asistir a consulta de especialidades a Cartago pero en el caso de la psiquiatría y psicología pasa a ser atendida por nosotros. De esta forma en la actualidad el hospital ofrece servicios internamiento, consulta externa especializada en psiquiatría y psicología clínica, Centro Diurno y Clínica de Cesación de Tabaco." (Jiménez, 2020)



F27 - Hospital Dr. Roberto Chacón Paut, adaptado por Carlos Rivera (2021)



PUNTOS A DESTACAR/ MEJORAR

Hospital Especializado Dr. Roberto Chacón Paut

Materialidad y arquitectura: El hospital está construido con mampostería, el Hospital fue creado en 1949 por lo que sus estructuras y técnicas de construcción son muy antiguas. Por lo que estructuralmente solo se puede mencionar la construcción de un centro moderno, con nuevas técnicas y mejorar su distribución.

Misión: De este punto se puede destacar, que el hospital Dr. Roberto Chacón Paut ofrece servicios de atención a pacientes con alguna adicción. Considero este punto importante ya que a lo largo de los años se ha visto por distintos medios de comunicación, personas, en muchos casos cantantes o famosos, con depresión que consumen alguna droga y al no ser tratados llegan a morir por intoxicación o algunas veces recurren al suicidio, por lo cuál es importante ofrecer tratamiento extra a las personas que tengan algún trastorno mental y tengan una adicción.



NIVEL INTERNACIONAL

Clínica de salud mental SAMU Wellness (Sevilla)

Este centro de salud mental, ubicado en Sevilla, España fue creado el 6 de julio de 2017. El centro SAMU Wellness Miguel de Mañara se distingue por sus amplias zonas verdes, en el barrio de Montequinto, próximo a Dos Hermanas, en España.

Además el centro cuenta con diferentes áreas para garantizar el bienestar de los pacientes: piscina, amplia zona con jardines, pérgola, escenario al aire libre, entre otros.

El centro ofrece una amplia infraestructura, está conformado por un amplio edificio donde se encuentran las áreas de consulta, las áreas del funcionamiento del hospital en el día y el área de hospitalizaciones. Además, cuenta con jardines en los cuales los pacientes pueden realizar actividades al aire libre, como la jardinería o el cuidado del huerto. También pueden realizar actividades deportivas, que son un beneficio tanto físico como mental.

“Conlleva además otras importantes ventajas para el paciente, como los lugares reservados para respiro familiar (Unidad de Día y estancias temporales), los espacios abiertos para ejercicios al aire libre, facilidad en el acceso a los recursos comunitarios para su inclusión social, zonas de uso para las familias, y finalmente, unos distintos eventos de sensibilización social como pueden ser: talleres de formación, charlas, actividades inclusivas, etc.”

(Desconocido, 2021)

F29 - Adaptado de Clínica Samu Wellness por Clínica Samu Wellness (2021)



Samu Wellness
Miguel de Mañara

F28- Adaptado por Clínica Samu Wellness (2021)



PUNTOS A DESTACAR / MEJORAR

Clínica de salud mental SAMU Wellness (Sevilla)

Materialidad y arquitectura: El hospital presenta una fachada un poco antigua, pero en su interior se destaca por su diseño moderno. Cuenta con espacios al aire libre para los pacientes y toda su amplia infraestructura es diseñada para la comodidad y disfrute del paciente.

Misión: De este punto se puede destacar, que el hospital ofrece distintas actividades que ayudan en el proceso que vive el paciente durante su tiempo de tratamiento y recuperación. Estos aspectos se implementarán en el proyecto ya que el paciente y la funcionalidad son los puntos más importantes..



F30 - Adaptado de Clínica Samu Wellness por Clínica Samu Wellness (2021)



F31 - Adaptado por Clínica Samu Wellness (2021)



F32 - Adaptado por Clínica Samu Wellness (2021)



F33 - Adaptado por Clínica Samu Wellness (2021)

NIVEL INTERNACIONAL

Clínica Nuestra Señora de la Paz (Bogotá, Colombia)

La Clínica de Nuestra Señora de la Paz construida en 1954 son una institución católica que presta servicios de atención en salud mental, está conformado por un grupo de más de 500 colaboradores, es de las instituciones más grandes e importantes de Colombia que se especializan en la salud mental.

Ellos cuentan con servicios de urgencias 24 horas, además ofrecen servicios como atención de consulta externa en Psiquiatría para adulto, niño y adolescente, Neurología, Psicología, Fisioterapia, Enfermería. Hospital de día. Su equipo está formado por profesionales en Psiquiatría, Psicología, Trabajo Social, Terapia Ocupacional, enfermería y medicina general.

En el año 2019 la Clínica de Nuestra Señora de la Paz fue reconocida en su área de trabajo, como una institución que ofrece servicios en Salud Mental, innovadora en atención, docencia e investigación, con estándares de calidad fortalecidos en la humanización al estilo de San Juan de Dios.

(Clínica la paz, 2021)



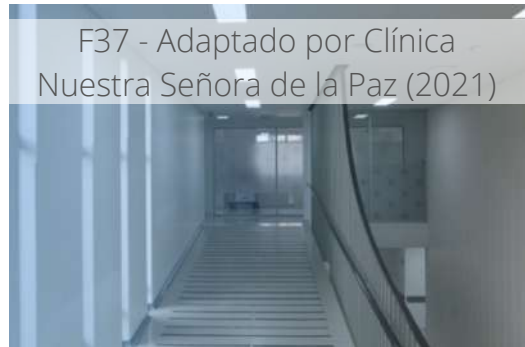
F34 - Adaptado de Clínica Nuestra Señora de la Paz por Clínica Nuestra Señora de la Paz (2021)



F35 - Adaptado por Clínica Nuestra Señora de la Paz (2021)



F36 - Adaptado por Clínica Nuestra Señora de la Paz (2021)



F37 - Adaptado por Clínica Nuestra Señora de la Paz (2021)

DISTRIBUCIÓN DE LA CLÍNICA



ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
Clínica de Nuestra Señora de la Paz
 BOGOTÁ COLOMBIA
 PROVINCIA AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE



Ingresos.

1. Rotonda - Area Administrativa.
2. Experiencia del usuario
3. Urgencias.
4. Consulta externa.
5. Áreas de apoyo.
6. Ingreso estudiantes.

Pabellones.

7. Beato Gaspar Páez
8. San Agustín
9. San Juan Grande
10. Anton Martín

Servicios

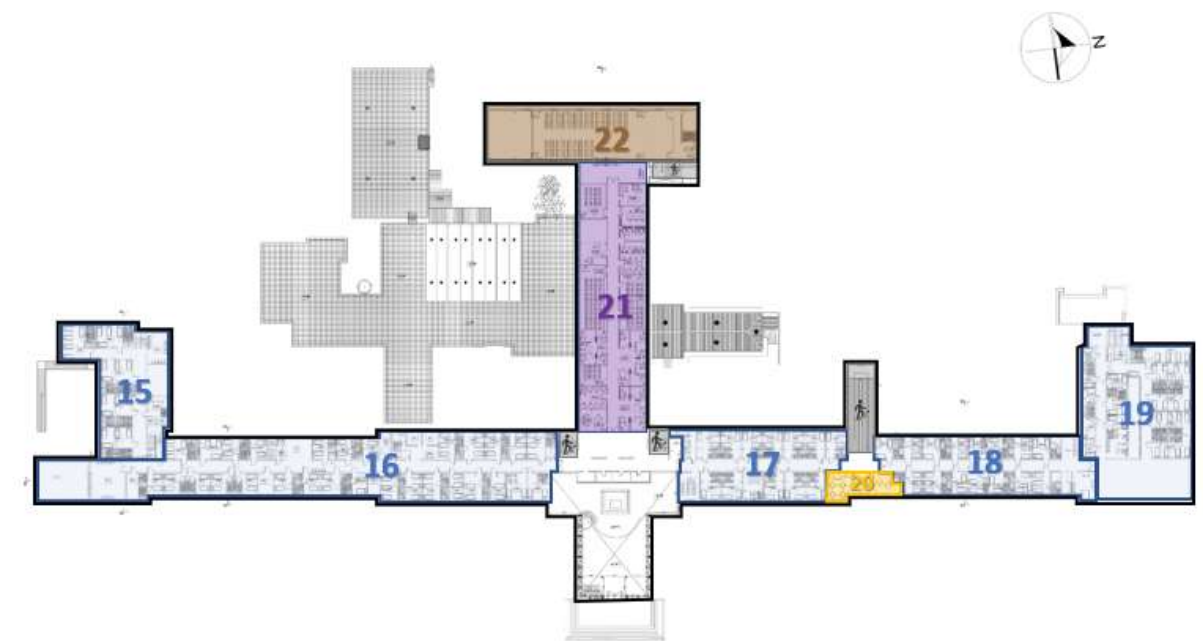
11. Urgencias
12. Consulta Externa
13. TECAR. Tránsito energética capacitiva y resistiva.
14. Experiencia del usuario
 - Admisiones
 - Farmacia
 - Tic's
 - Entrega de pertenencias
15. Rehabilitación
16. Áreas de apoyo.
 - Cocina
 - Almacén
 - Lavandería
 - Comedores
 - Sala de reunión
 - Vestieres

PLANTA PISO 1

F38 - Adaptado por Clínica Nuestra Señora de la Paz (2021)



ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
Clínica de Nuestra Señora de la Paz
 BOGOTÁ COLOMBIA
 PROVINCIA AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE



Pabellones.

15. Niño Jesús de Granada
16. Nuestra Señora del Buen Consejo
17. Beato Arturo Ayala
18. San Benito Menni
19. Beato Esteban Maya

Servicios

20. Comedor / sala de visitas
21. Unidad Científica y de investigación - Hermano Miguel de Islas
22. Auditorio

PLANTA PISO 2

F39 - Adaptado por Clínica Nuestra Señora de la Paz (2021)

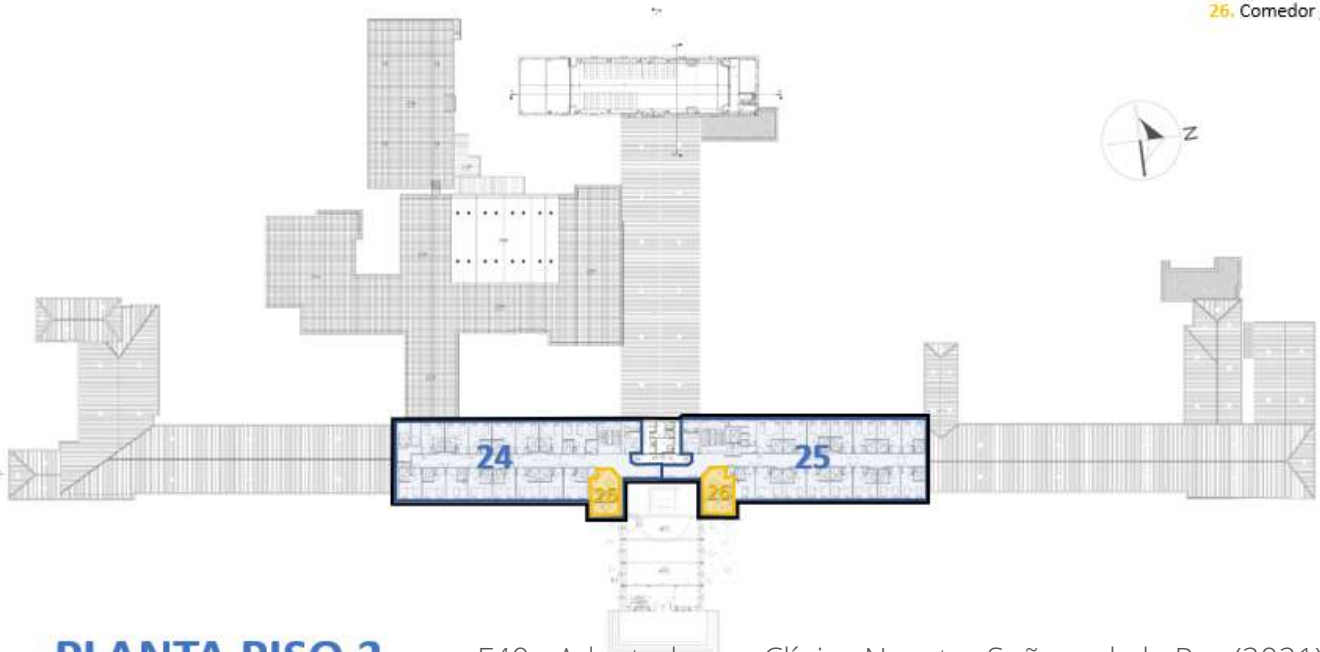


Pabellones.

- 24 San Juan de Ávila
- 25. Venerable Francisco Camacho

Servicios

- 26. Comedor / sala de visitas



PLANTA PISO 3

F40 - Adaptado por Clínica Nuestra Señora de la Paz (2021)

VISTAS DE LA CLÍNICA



F41 - Adaptado de Clínica Nuestra Señora de la Paz por Clínica Nuestra Señora de la Paz (2021)



F42 - Adaptado por Clínica Nuestra Señora de la Paz (2021)



F43 - Adaptado por Clínica Nuestra Señora de la Paz (2021)



F44 - Adaptado por Clínica Nuestra Señora de la Paz (2021)

PUNTOS A DESTACAR / MEJORAR

Clínica Nuestra Señora de la Paz (Bogotá, Colombia)

Materialidad y arquitectura: La clínica presenta instalaciones modernas, el edificio consta de 3 pisos los cuales presentan distintos espacios esenciales, presenta zonas verdes lo cuál genera un ambiente más tranquilo y confortable.

Misión: La clínica es la más grande e importante de Colombia en temas de salud mental, ello como consecuencia de su compromiso y eficacia en su trabajo. En Costa Rica el objetivo es generar consciencia y tener un espacio seriamente comprometido con la salud mental, brindarles a los pacientes el acompañamiento debido e incluso al finalizar el tiempo para su tratamiento, seguirles brindando atención anualmente.

Incluso la ubicación del proyecto nos permite que los pacientes lleven acompañamiento espiritual por parte de las Hermanas de la cruz, que se ubican a un costado del proyecto, sin importar religión o edad de los pacientes.

F45 - Adaptado de Clínica Nuestra Señora de la Paz por Clínica Nuestra Señora de la Paz (2021)



NIVEL INTERNACIONAL

Hospital Rampton (Nottinghamshire, Inglaterra)

El Hospital Rampton es uno de los tres hospitales de alta seguridad de Inglaterra. Su misión es trabajar con distintas personas, ya sean funcionarios, pacientes y demás personal para una atención de alta calidad y de manera segura. Brinda varios servicios a pacientes nacionales ya sean hombres o mujeres, entre sus servicios destaca: servicios para personas con problemas de aprendizaje, servicios para personas sordas que requieran atención de alta seguridad, servicios para hombres que sufren de algún trastorno mental o de personalidad. En sus instalaciones albergan 400 pacientes y cuenta con aproximadamente 2000 personas que laboran allí.

Desde el año 2004 el hospital cuenta con el área de “Trastorno de personalidad mejorado” en ella atienden personas con trastornos de personalidad graves y peligrosos, ya que estos trastornos pueden generar problemas y limitaciones en las personas a nivel social. (Healthcare, 2020)

F46 - Adaptado de ubicación por Google maps (2021)



F47 - Adaptado de Hospital Rampton por Hospital Rampton (2020)



F49 - Adaptado por Hospital Rampton (2020)



F50 - Adaptado por Hospital Rampton (2020)



F51 - Adaptado por Hospital Rampton (2020)

PUNTOS A DESTACAR / MEJORAR

Hospital Rampton (Nottinghamshire , Inglaterra)

Materialidad y arquitectura: El hospital en su fachada presenta la arquitectura típica que se observa en las calles de Inglaterra, pero en su interior es un lugar más moderno y cómodo, lo cual podemos tomar como punto de referencia, sobre todo por conservar su arquitectura, sin perder su esencia.

Misión: El hospital brinda servicios para pacientes con problemas de aprendizaje, mujeres y hombres sordos que requieren atención, esto nos recuerda que todo proyecto debe ser inclusivo y contar con las herramientas necesarias para ayudar a personas con alguna discapacidad.



F47 - Adaptado de Hospital Rampton por Hospital Rampton (2020)



F49 - Adaptado por Hospital Rampton (2020)



F50 - Adaptado por Hospital Rampton (2020)



F51 - Adaptado por Hospital Rampton (2020)

RESEÑA HISTÓRICA

- Centros de Salud mental
- Costa Rica
- San Rafael de Heredia

EDAD GRECORROMANA

Atribuyeron las enfermedades psíquicas a un origen natural, lo cuál subsistió hasta finales del siglo XVIII. Utilizaban tratamientos somáticos de la escuela hipocrática.

EDAD MEDIA

"La iglesia excluyó la psiquiatría de la medicina, pero no pudo abolirla, pues reapareció con el nombre de demonología. Las enfermedades mentales fueron consideradas como posesiones demoniacas."

PRIMER HOSPITAL PSIQUIATRICO

Se fundó el primer hospital psiquiátrico del mundo en Valencia en 1409, por el sacerdote Fray Juan Gilbert Jofré.

PSIQUIATRÍA ILUSTRADA

"En 1656, un edicto en Francia estableció asilos para insanos, cuyos directores estaban autorizados para detener personas indefinidamente. A lo que se sumaba que debían soportar los inhumanos tratamientos: eméticos, purgantes, sangrías y torturas."

MÁXIMO DESARROLLO S XX

"La psiquiatría alcanzó su máximo desarrollo durante el siglo XX, con las clasificaciones internacionales, las diferentes psicoterapias y con la aparición de la psicofarmacología."

RESEÑA HISTÓRICA COSTA RICA

Costa Rica se ubica en América central, es un país pequeño con una superficie de 51.100 km². A pesar de su pequeña superficie, comparada con otros países de América posee una gran riqueza en su flora y fauna. El 25.58% de su territorio está protegido bajo diversas formas de conservación.

Según la UCR :

·“Costa Rica representa cerca del 5 % de la biodiversidad conocida en el mundo, esto sitúa al país como una región con una alta variedad natural. Según el Estado del Ambiente del año anterior, elaborado por el Ministerio de Ambiente y Energía (Minae), en el territorio nacional se contabilizan más de 94 753 especies entre flora y fauna, muchas de ellas en peligro latente de desaparecer.” (Umaña, 2018)

F54 - Adaptado
mapa de Costa Rica
por Art prints (2021)

Según el sitio web del Hotel Monteverde el país es considerado de gran potencial turístico y está valorado como uno de los destinos internacionales más visitados. Sin ejército desde 1949. (desconocido, Hotel Monteverde, 2015)

Costa Rica limita al este y noreste con el mar Caribe; al oeste y sur con el Océano Pacífico; al sureste con Panamá y al norte con Nicaragua. El territorio del país está dividido en siete provincias: San José (la capital), Alajuela, Cartago, Heredia, Guanacaste, Puntarenas y Limón.

Heredia se divide en 10 cantones, siendo San Rafael el quinto con una superficie de 48,39 km². El Cantón de San Rafael de Heredia es mejor conocida por su gran iglesia, que se encuentra en lo alto de una de las colinas más altas de la ciudad.

San Rafael se divide en 5 distritos: San Rafael, San Josecito, Santiago, los **Ángeles** y Concepción.

En el distrito de los ángeles, sobre la ruta nacional 113, a un costado de la Calle las monjas se ubicará el proyecto del Centro de ayuda para personas con trastornos mentales.



F55 - Adaptado de Costa Rica por JICA

ANTECEDENTE HISTÓRICO SAN RAFAEL

1783 - Piedra Grande
 Documentos de 1783 citan al lugar llamado Piedra Grande, nombre original del cantón



1848 - Distritos Parroquiales
 La municipalidad de Heredia se reúne para establecer los distritos parroquiales del cantón, disponiendo que los de San Rafael y Santiago formaran el cuarto cantón de Heredia.



1917 - Primer alumbrado
 A finales del siglo XIX el alumbrado público fue de faroles de canfín colocados en postes de madera. El primer alumbrado eléctrico se inauguró en setiembre de 1917, en el gobierno de don Federico Tinoco Granados.



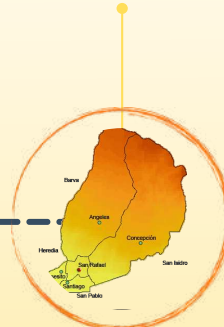
1826 - Barrio San Rafael
 En los protocolos de Heredia, de 16 de febrero de 1826 se menciona el barrio San Rafael. Barrio que en 1846 contaba con 2.400 habitantes.



1886 - Construcción Parroquia
 En 1886, durante el episcopado de Monseñor don Bernardo Augusto Thiel Hoffman, segundo Obispo de Costa Rica, se erigió la Parroquia.



1963 . Ciudad
 El 6 de diciembre de 1963, en la administración de don Francisco Orlich Bolmarcich, se decretó la ley No. 3248 que confirió a la villa la categoría de Ciudad.



1910 - 1914 Cañería
 La cañería comenzó a funcionar en la primera administración de don Ricardo Jiménez Oreamuno



1915 - Villa
 El 18 de octubre de 1915, se promulgó la ley No. 20 sobre división territorial para efectos administrativos, en la que aparece la población de San Rafael con el título de Villa.



Etimología



F57 - Adaptado de San Rafael Arcángel por shutterstock.

El origen del nombre del cantón según versión de don Marco Tulio Campos, en su documento Apuntes para la historia de mi pueblo, publicado en 1930, se debe a que se asignaron en forma simultánea en 1818; por medio de una rifa organizada por las autoridades eclesiásticas, civiles y militares del momento, ellos anticipadamente realizaron una lista de nombres de santos, y a la suerte los otorgaron a cada distrito, el sacerdote entregó una estampa del santo que les correspondió al representante de cada distrito, representada en ella una imagen del santo patrono. El nombre original del cantón San Rafael fue Piedra Grande, mencionado por primera vez en junio de 1783; no fue sino a partir del 20 de enero de 1819 que se menciona con el nombre actual.

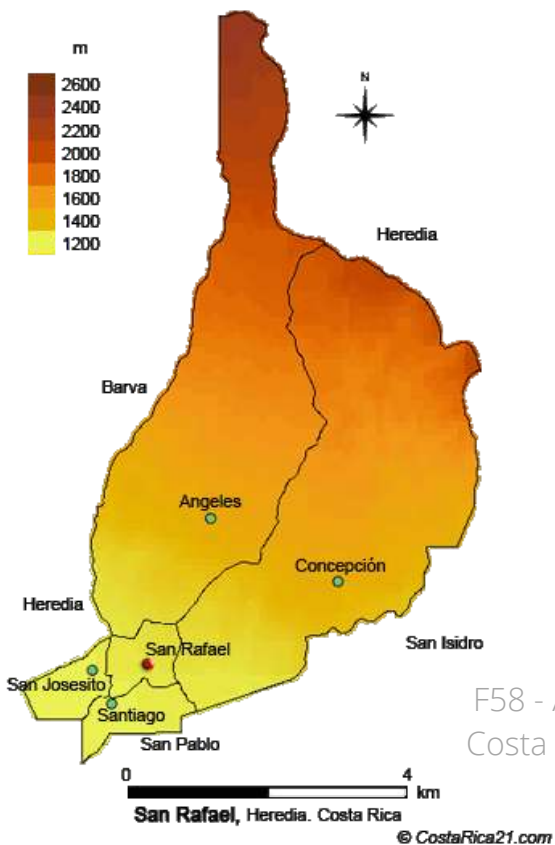
División Geográfica

La anchura máxima es de 12 km, en dirección norte a suroeste, desde unos 1.800 metros al norte del cerro Piedra, en la cumbre de la sierra volcánica Central, próxima a la naciente del río Segundo, hasta un kilómetro al suroeste del Distrito Santiago, sobre el antiguo río Pirro.

División Administrativa

Dividida en 5 distritos:

- 405 01 San Rafael
- 405 02 San Josecito
- 405 03 Santiago
- 405 04 Los Ángeles
- 405 05 Concepción



F58 - Adaptado por Costa Rica 21 (2011)

MARCO CONCEPTUAL





A continuación, se explican algunos conceptos que están relacionados con los trastornos mentales más conocidos por la población en general, necesarios para el desarrollo del proyecto.

1. ¿Qué son los trastornos mentales?

Según la OMS se caracterizan por una combinación de alteraciones del pensamiento, la percepción, las emociones, la conducta y las relaciones con los demás.

Entre ellos se incluyen la depresión, el trastorno afectivo bipolar, la esquizofrenia y otras psicosis, la demencia, las discapacidades intelectuales y los trastornos del desarrollo, como el autismo.

F60 - Adaptado de trastornos mentales por shutterstock.(2021)

A) Ansiedad:

"La ansiedad es una reacción normal de las personas ante situaciones de estrés e incertidumbre. Ahora bien, un trastorno de ansiedad se diagnostica cuando varios síntomas ansiosos provocan angustia o algún grado de deterioro funcional en la vida del individuo que lo sufre.

A una persona con un trastorno de ansiedad le puede resultar difícil funcionar en distintas áreas de su vida: relaciones sociales y familiares, el trabajo, la escuela, etc." (Medlineplus, 2021)

Existen distintos tipos de trastornos de ansiedad:



F61 - Adaptado de ansiedad por Dreams time (2021)

"A.1. Ataque de pánico

Un ataque de pánico es la aparición intensa y repentina de temor o terror, a menudo asociada a sentimientos de muerte inminente. Los síntomas incluyen falta de aire, palpitaciones, dolor en el pecho y malestar." (Medlineplus, 2021)

A.2. Trastornos fóbicos

"Muchas personas admiten que sienten miedo a las serpientes o las arañas, pero pueden tolerar ese miedo. Los individuos que padecen una fobia, por el contrario, no son capaces de tolerar ese miedo. Éstos experimentan un miedo irracional cuando se encuentran frente a al estímulo fóbico, ya sea un objeto, un animal o una situación, y esto suele acabar en un comportamiento de evitación. Hay distintos estímulos fóbicos que desencadenan este miedo irracional: volar con un avión, conducir un vehículo, los ascensores, los payasos, etc." (Medlineplus, 2021) Algunos de los más habituales son:



F62 - Adaptado de pánico por Freepick

A.2.1. Fobia Social

"El trastorno de ansiedad social comprende miedo, ansiedad y evasión, que interfieren con la rutina diaria, el trabajo, la escuela u otras actividades.

El trastorno de ansiedad social suele comenzar a principios o mediados de la adolescencia, aunque a veces puede empezar en niños más pequeños o en adultos." (Clinic, 2021)



F63 - Adaptado de Fobia social por pngwing (2021)



F64 - Adaptado de agorafobia por shutterstock

A.2.2. Agorafobia

"La agorafobia, de manera habitual, suele definirse como miedo irracional a los espacios abiertos, como las grandes avenidas, los parques o los entornos naturales. Pero esta definición no es del todo cierta.

El estímulo fóbico no son los parques o las grandes avenidas, sino la situación de tener un ataque de ansiedad en estos lugares, donde puede ser difícil o vergonzoso escapar, o donde no es posible el recibir ayuda" (Allen, 2020).

A.3. Trastorno por Estrés Postraumático (TEPT)

"El Trastorno por Estrés Postraumático se manifiesta cuando la persona ha sido expuesta a una situación traumática que le ha provocado al individuo una experiencia psicológica estresante, lo que puede ser incapacitante. Los síntomas incluyen: pesadillas, sentimientos de ira, irritabilidad o fatiga emocional, desapego hacia los demás, etc., cuando la persona revive el hecho traumático.

De manera frecuente, la persona intentará evitar las situaciones o actividades que le traen recuerdos del evento que provocó el trauma." (Allen, 2020)



F65 - Adaptado de Trastorno por Estrés Postraumático por NEPSA (2020)



F66 - Adaptado de TOC por tu desarrollo personal

A.4. Trastorno Obsesivo-Compulsivo (TOC)

"El Trastorno Obsesivo-Compulsivo (TOC) es una condición en la cual el individuo experimenta pensamientos, ideas o imágenes intrusivas.

Es un trastorno de la ansiedad, y por lo tanto se caracteriza por estar asociado a sensación de temor, angustia y estrés continuado de tal forma que supone un problema para el día a día y repercute negativamente sobre la calidad de vida de la persona.

Los pensamientos que causan malestar (obsesiones), provocan que la persona realice ciertos rituales o acciones (compulsiones) para reducir la ansiedad y sentirse mejor.

Las obsesiones incluyen: miedo a contaminarse, sentimientos de duda (por ejemplo, ¿habré apagado el gas?), pensamientos de hacer daño a alguien, pensamientos que van en contra de las creencias religiosas de la persona, entre otros." (Allen, 2020)

A.5. Trastorno de Ansiedad Generalizada

"Preocuparse de vez en cuando es un comportamiento normal, pero cuando preocuparse y sentir ansiedad de manera continuada afecta e interfiere en la normalidad de la vida de un individuo es posible que esa persona sufra el Trastorno de Ansiedad Generalizada. Por tanto, el trastorno se caracteriza por preocupación y ansiedad crónica.

Es como si siempre hubiera algo de lo que preocuparse: problemas en los estudios, el trabajo, o la relación de pareja, tener un accidente al salir de casa, etcétera. Algunos de los síntomas son: náusea, fatiga, tensión muscular, problemas de concentración, problemas de sueño, y más." (Allen, 2020)



F67 - Adaptado de trastorno de ansiedad generalizada por pngwing



B. Trastornos del Estado de Ánimo

"Existen distintos tipos de trastornos del estado de ánimo o trastornos afectivos y, como su nombre indica, su principal característica subyacente sería una alteración del estado de ánimo del individuo. Los más habituales son los siguientes:"

(Allen, 2020)

F68 - Adaptado de trastornos del estado de ánimo por istockphoto

B.1. Trastorno Bipolar

"El trastorno bipolar puede afectar a cómo se siente una persona, piensa y actúa. Se caracteriza por cambios exagerados en el estado de ánimo, desde manía a la depresión mayor.

Por tanto, va más allá de los simples cambios de humor, es decir, la inestabilidad emocional: de hecho, afecta a muchos ámbitos de la vida, y además de ser uno de los trastornos más comunes es frecuente que se dé junto a la obesidad. Los ciclos del trastorno bipolar duran días, semanas o meses, y perjudican seriamente al trabajo y las relaciones sociales de la persona que lo sufre.

El trastorno bipolar raramente puede tratarse sin medicación, pues es necesario estabilizar el estado de ánimo del paciente. Durante los episodios de manía, la persona puede incluso dejar su trabajo, aumentar sus deudas, y sentirse lleno de energía a pesar de dormir solamente dos horas al día. Durante los episodios depresivos, la misma persona puede incluso no salir de la cama. Existen distintos tipos de trastorno bipolar, y, además, existe una versión leve de este trastorno, llamado ciclotimia."

(Allen, 2020)



F69 - Adaptado de trastorno bipolar por Womens health (2021)

B.2. Trastorno Depresivo

"Muchas personas se sienten deprimidas en algún momento de sus vidas. Los sentimientos de desaliento, frustración e incluso la desesperación, son normales ante una decepción y pueden durar varios días antes de desaparecer de manera gradual. Ahora bien, para algunas personas, estos sentimientos pueden durar meses y años, provocando problemas serios en su día a día. La depresión es una psicopatología seria y debilitante, y afecta a cómo un individuo se siente, piensa y actúa. Puede provocar síntomas tanto físicos como psicológicos. Por ejemplo: problemas de ingesta, problemas de sueño, malestar, fatiga, etc." (Allen, 2020).



F70 - Adaptado de trastorno depresivo por Astronauta emocional



F71 - Adaptado de Anorexia por Alamy

C. Trastornos de la Conducta Alimentaria

Existen distintos tipos de trastornos de la alimentación.

Los más comunes son los siguientes:

C.1. Anorexia Nerviosa

"La anorexia se caracteriza por una obsesión por controlar la cantidad de comida que se consume.

Uno de sus síntomas más característicos es la distorsión de la imagen corporal. Las personas que sufren anorexia restringen la ingesta de alimentos haciendo dieta, ayuno e incluso ejercicio físico excesivo. Casi no comen, y lo poco que ingieren les provoca un intenso sentimiento de malestar." (Allen, 2020)

C.2. Bulimia Nerviosa

"La bulimia es un trastorno de la conducta alimentaria que se caracteriza por pautas de alimentación anómalas, con episodios de ingesta masiva de alimentos seguidos por maniobras que buscan eliminar esas calorías (inducirse al vómito, consumir laxantes, etc.).

Tras estos episodios, lo habitual es que el sujeto se sienta triste, de mal humor y tenga sentimientos de autocompasión.

La bulimia nerviosa, además de ser uno de los trastornos más comunes, está asociado a alteraciones en el cerebro. Entre ellas se encuentra la degradación de la materia blanca (que es por donde pasan los gruesos conjuntos de axones neuronales) en la corona radiata, que está relacionada entre otras cosas al procesamiento de los sabores." (Allen, 2020)



F72 - Adaptado de Bulimia por Istock photo

C.3. Trastorno por Atracón

"El trastorno por atracón es un trastorno grave en el que el individuo que lo sufre consume con frecuencia grandes cantidades de comida y siente que ha perdido el control durante el atracón. Después de la sobreingesta, la angustia severa o preocupación por el peso suele aparecer." (Allen, 2020)



F73 - Adaptado de Trastorno por atracón por Istock photo

D. Trastornos psicóticos

"Los trastornos psicóticos son psicopatologías graves en los que las personas pierden el contacto con la realidad. Dos de los síntomas principales son delirios y alucinaciones. Los delirios son falsas creencias, tales como la idea de que alguien está siguiendo. Las alucinaciones son percepciones falsas, como escuchar, ver o sentir algo que no existe. A diferencia de los delirios, que son creencias erróneas de la realidad sobre un hecho u objeto existente, es decir, una distorsión de un estímulo externo, las alucinaciones son totalmente inventadas por la mente y no son producto de la distorsión de ningún objeto presente, se percibe algo sin tener en cuenta los estímulos externos. Por ejemplo, escuchar voces que salen de un enchufe. Los trastornos psicóticos más comunes son:" (Allen, 2020)

F74 - Adaptado de Trastornos psicóticos por Psychology Today (2015)

D.1. Trastorno delirante

"El trastorno delirante o paranoia es un trastorno psicótico caracterizado por una o varias ideas delirantes. Es decir, que estas personas están totalmente convencidas de cosas que no son ciertas. Por ejemplo, que alguien les persigue para lastimarles." (Allen, 2020)

D.2. Esquizofrenia

"La esquizofrenia es otro trastorno psicótico, pero, en este caso, la persona sufre alucinaciones y pensamientos perturbadores que le aísla de la actividad social. La esquizofrenia es una patología muy seria, y a pesar de no existir cura, sí que hay tratamientos efectivos para que los pacientes con esta alteración puedan disfrutar de su vida." (Allen, 2020)



E. Trastornos de personalidad

"Un trastorno de personalidad es un patrón rígido y permanente en el comportamiento de una persona que le genera malestar o dificultades en sus relaciones y en su entorno. Los trastornos de la personalidad tienen su inicio en la adolescencia o al principio de la vida adulta. Los más frecuentes son:" (Allen, 2020)

E.1. Trastorno Límite de la Personalidad (TLP)

"El trastorno límite de la personalidad o borderline se caracteriza porque las personas que lo sufren tienen una personalidad débil y cambiante, y dudan de todo. Los momentos de calma pueden convertirse, al instante y sin previo aviso, en momentos de ira, ansiedad o desesperación. Estos individuos viven sus emociones al máximo, y las relaciones amorosas son intensas, pues suelen idolatrar a la otra persona hasta el extremo.

Algunos de sus síntomas son: ira intensa e incapacidad de controlarla, esfuerzos frenéticos por evitar el abandono, real o imaginario, alternancia entre extremos de idealización y devaluación en las relaciones interpersonales, autoimagen marcadamente inestable, y sentimientos crónicos de vacío." (Allen, 2020)



F76 - Adaptado de Trastorno de personalidad por behavior and economics

E.2. Trastorno antisocial (TASP)

"El individuo que sufre este trastorno (mal conocido con etiquetas como psicopatía o sociopatía) se caracteriza por su tendencia a no relacionarse en sociedad, evitando cualquier interacción. Los diferentes síntomas y conductas que caracterizan el TASP incluyen: robos, agresividad, tendencia a la soledad, violencia, mentiras...

Además, las personas afectadas por el TASP tienden a ser tímidas, depresivas y tienen ansiedad social.

Este último punto se debe a su temor a ser rechazadas. A pesar de ello, la terapia psicológica es muy efectiva a la hora de manejar los inconvenientes del trastorno antisocial" (Allen, 2020)

El conocimiento de todos los conceptos mencionados anteriormente relacionados con trastornos mentales, sirve de ayuda para comprender de mejor manera el alcance del tema.



F77 - Adaptado de TASP por Terapify



MARCO LEGAL

No se cuenta con plan regulador por parte de la Municipalidad de San Rafael de Heredia, por lo que se utiliza el Reglamento de Construcciones vigente.

Vías Públicas

- Reparaciones deben contar con permiso de construcción aprobado por la Municipalidad.
- Se deben colocar señales luminosas indicando las reparaciones u obstrucciones de las vías.



F79 - Adaptado de Señales de vías públicas por Canva

ARTÍCULO 96. Antejardín frente a calle pública

El ancho del mismo, debe ser el establecido en las regulaciones locales vigentes emitidas por la Municipalidad. En caso de Reglamento de Construcciones 65 66 no contar con este tipo de regulaciones, el ancho mínimo de antejardín debe ser de 2,00 m frente a vías cantonales, y frente a vías nacionales según lo determine el MOPT con base en la Ley General de Caminos Públicos.

ARTÍCULO 97. Retiros mínimos

Retiro posterior o patio:

Con tapia a la altura de 1 piso

Sin tapia 2 pisos.....3,00 m4,00 m

Mayor o igual a 3 Pisos: Se debe agregar 1,00 m adicional de retiro por cada piso, hasta un máximo de 15,00 m de retiro

Retiro lateral:

2 pisos.....3,00 m

Por cada piso adicional debe agregarse 1,00 m de retiro lateral, hasta un máximo de 10,00 m de retiro.

Coberturas

ARTÍCULO 263. Dimensiones de área y altura mínimas

Las edificaciones para servicios de la salud deben cumplir las siguientes disposiciones:

1) Espacios de consultorios y tratamientos de enfermos:

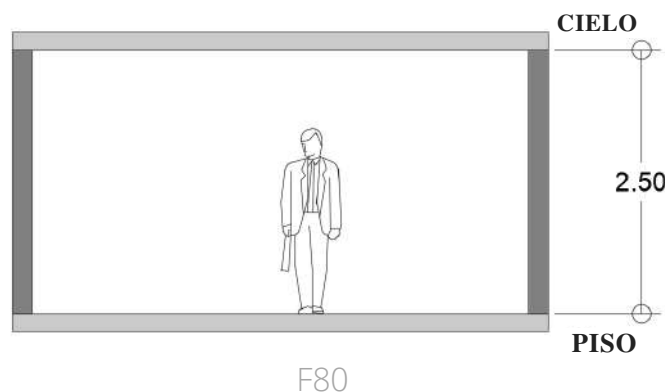
Altura mínima de 2,50 m de piso a cielo

2) Pasillos comunes, públicos y privados:

Altura mínima de 2,50 m de piso a cielo

3) Locales de espera, vestíbulos, y salas para tratamientos:

Altura mínima de 3,00 m de piso a cielo"





F81 Adaptado de ventilación por Canva

ARTÍCULO 265. Ventilación

"La ventilación natural debe asegurar la circulación del aire y mantener una temperatura que no genere molestia a la salud de los pacientes y a las personas trabajadoras entre los 18°C y 24°C.

En caso de ventilación artificial, se deben cumplir las condiciones mínimas necesarias establecidas por el MINSA.

ARTÍCULO 266. Drenajes



F82 - Adaptado de drenajes por Canva

"Los drenajes deben estar conectados a un sistema de tratamiento de aguas residuales, cuyo afluente puede ser conectado a la red de alcantarillado sanitario. En caso de no existir red de alcantarillado sanitario, las aguas deben ser tratadas mediante plantas de tratamiento de aguas residuales.

ARTÍCULO 270. Temperatura

Las edificaciones en donde permanezcan pacientes deben estar construidas de forma que se asegure una temperatura mínima de 18°C y máxima de 24°C, y una renovación total del volumen de aire cada hora.

ARTÍCULO 276. Seguridad humana y de protección contra incendios



F83 - Adaptado de protección contra incendios por Canva

En todas las edificaciones para servicios de la salud, se debe garantizar el cumplimiento de las medidas de seguridad humana y protección contra incendios señalados por en el Cuerpo de Bomberos.

Servicios Sanitarios

Toda edificación en donde exista concurrencia o atención al público debe contar con sanitarios con las disposiciones de la Ley 7600."

"4.6.3) Medios de egreso.

4.6.3.a) Debe cumplirse con lo indicado en el artículo 3.1 de este manual.

Para cada piso o sector de incendio del edificio, deben proveerse no menos de dos salidas apartadas entre sí.

No menos de una salida de cada piso o sector de incendio debe ser una de las siguientes:

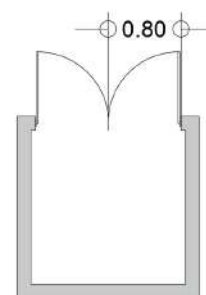
- (1) Una puerta que conduzca directamente hacia el exterior del edificio.
- (2) Escalera
- (3) Cerramiento a prueba de humo
- (4) Rampa
- (5) Pasadizo de salida



F84 - Adaptado de salidas de emergencia por Canva

(4) Cuando haya una puerta de dos hojas, deben cumplirse los siguientes criterios:

- (a) Al menos una puerta debe proveer una abertura con un ancho libre no menor a 80 cm.
- (b) Debe haber un bisel o cubrejunta en el borde de encuentro que permita el sello al paso del humo a través de la puerta.



F85

4.6.3.g) Distancia de recorrido hasta las salidas.

La distancia de recorrido entre cualquier punto de una habitación en una instalación sanitaria y una puerta de acceso a salida de esta habitación no debe ser mayor a 15m.



4.6.4.b) Corredores.

Los corredores deben estar separados de todas las demás áreas por barreras resistentes al fuego a menos que fuera de otra manera permitido por lo siguiente:

- (c) Que el espacio abierto esté protegido mediante un sistema de detección de humo automático, supervisado eléctricamente o que el espacio esté dispuesto y ubicado en su totalidad para permitir la supervisión directa por parte del personal de las instalaciones desde uno de los puestos de enfermería u otro espacio similar.
- (d) Que el espacio no obstruya el acceso hacia las salidas requeridas."

"(2) Debe permitirse que las áreas de espera estén abiertas hacia el corredor, siempre que se cumplan los siguientes criterios:.

(b) Que cada área esté protegida mediante un sistema de detección de humo automático, supervisado eléctricamente, o que cada área esté dispuesta y ubicada para permitir la supervisión directa por parte del personal de la instalación desde un puesto de enfermería u otro espacio similar.

(c) Que el área no obstruya el acceso hacia las salidas requeridas.



F86 - Adaptado de salida de emergencia por Canva

4.6.4.c) Construcción para muros de los corredores. Los muros de los corredores podrán terminar en el cielorraso cuando este último sea construido para limitar el traspaso de humo.

Los muros de los corredores deben formar una barrera para limitar el traspaso de humo.

4.6.5) Iluminación de Emergencia.

3.3.1 Generalidades

La iluminación de emergencia debe colocarse a lo largo de la ruta de evacuación, pasillos, accesos a salidas de emergencia, escaleras, descarga de escaleras y otros medios de egreso.



F87 - Adaptado de iluminación de emergencia por Istock photo

4.6.6) Señalización.

3.4.1 Generalidades

Todas las salidas y vías de acceso se han de marcar con señales perfectamente visibles. Las señales deben estar situadas y deben ser de tamaño, color y forma tales que sean fácilmente visibles.



F88 - Adaptado de señalización por wordpress

4.6.7) Detección y alarma de incendios.

Toda ocupación dedicada al cuidado de la salud debe disponer de un sistema de detección y alarma que cumpla con lo indicado en el artículo 3.5 de este manual.

3.5.2 Requerimientos para la instalación de sistemas de detección de alarma.

Un sistema de alarma de incendio requerido para la seguridad de la vida, debe instalarse, probarse y mantenerse de acuerdo con los requisitos aplicables del Código Eléctrico Nacional según Decreto Ejecutivo 36979 y de NFPA 72 edición 2010 o el equivalente en las versiones más recientes."



F89 - Adaptado de detección de incendios por proese-seguridad

"4.6.11) Accesos.

Debe cumplirse con lo indicado en el artículo 3.9 de este manual.

-Requisitos técnicos de los pasos peatonales

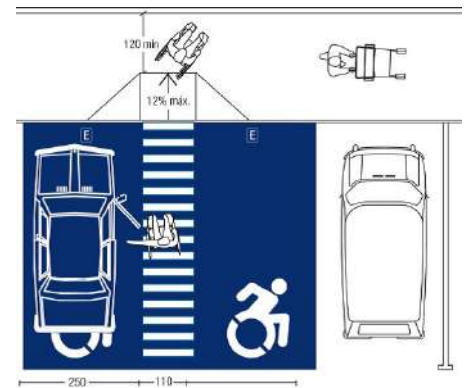
Los pasos peatonales contarán con los requisitos técnicos necesarios como: rampas, pasamanos, señalizaciones visuales, auditivas y táctiles con el fin de garantizar que sean utilizados sin riesgo alguno por las personas con discapacidad.

Estacionamientos

Deberán ofrecer un 5% total de espacios destinado, expresamente a estacionar vehículo, conducidos por personas con discapacidad o que las transporten.

No se permite menos de dos espacios.

Ubicados cerca de la entrada principal de los locales de atención al público.



F90 - Adaptado de estacionamientos por ciudad accesible

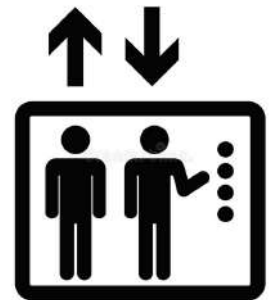
Artículo 44.-Ascensores

Los ascensores deberán contar con facilidades de acceso, manejo, señalización visual, auditiva y táctil, y, con mecanismos de emergencia, de manera que puedan ser utilizados por todas las personas.

Puerta del elevador: 90 cm de ancho.

Entrada del elevador min 1,20 x 1,20 m libre de obstáculos.

La cabina del elevador debe tener: 1,10 de ancho, 1,40 de profundidad y 2,10 de altura.



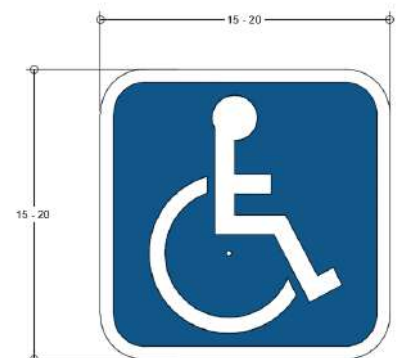
F91 - Adaptado de ascensores por Canva

Artículo 105.- Símbolo internacional de acceso.

Todos los señalamientos que deban hacerse para indicar el acceso a los servicios utilizados por personas con discapacidad, se presentarán con el símbolo internacional de acceso.

Artículo 106.- Características del símbolo internacional de acceso

El símbolo internacional de acceso tiene las siguientes medidas: 15 x 15 cms. para uso de interiores y 20 x 20 cms. para uso en exteriores. El fondo en color azul claro y la figura en blanco.



F92

Artículo 109.- Dormitorio

El dormitorio deberá disponer de por lo menos un espacio libre de maniobra con un diámetro mínimo de 1.50 mts. Un espacio libre con un ancho mínimo de 0.90 mts. debe proporcionarse por lo menos a un lado de la cama. Un pasadizo de 1.20 mts. de ancho debe proporcionarse entre los pies de la cama y la pared opuesta."

"Artículo - 111. Lavaderos y fregaderos.

Espacio inferior libre de 0.68 mts. mínimo para rodillas y piernas. La altura máxima será de 0.85 mts.,El fregadero deberá tener una profundidad no mayor de 12.5 cms. y proporcionar un área lisa de mostrador como apoyo y soporte para brazos de 7.5 cms. al frente.

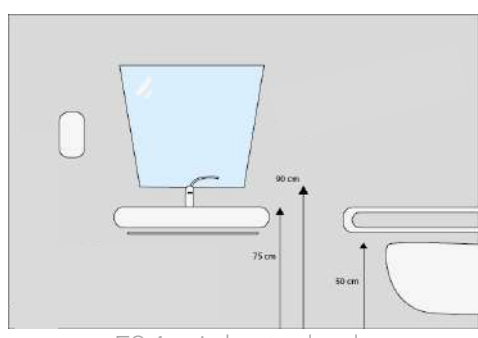


F93 - Adaptado de puertas por vecteezy

Artículo 114.- Puertas.
El ancho mínimo de todas las puertas y aberturas será de 0.90 mts.
Todas las puertas permitirán un espacio libre de por lo menos 0.45 mts. de ancho adyacente a la puerta en el lado opuesto a las bisagras, el cual deberá estar provisto en ambos lados de la puerta.
Las puertas de los cuartos de baño o espacios confinados abrirán hacia afuera.
La agarradera será de fácil manipulación, de tipo barra o aldaba y debe instalarse a una altura entre 0.90 mts.

Artículo 115.- Ventanas.

Las ventanas estarán ubicadas a una altura apropiada para aprovechar la luz y el paisaje disponible. Las ventanas para mirar hacia afuera podrán tener zócalo de 82.5 cms. de altura máxima.



F94 - Adaptado de dimensiones por docplayer.

Artículo 118.- Dispositivos y accesorios.
Todos los estantes, pañeras y tomacorrientes, estarán colocados a una altura máxima de 0.90 mts.
Las cajas de fusibles e interruptores eléctricos deberán estar accesibles al usuario en silla de ruedas, con mecanismos de seguridad apropiados para evitar accidentes.
Se debe usar puertas de apertura hacia afuera o corredizas en todos los cuartos de baño.
Los pisos de los baños serán de material antiderrapante.

Artículo 119.- Lavatorios. Los lavatorios deberán instalarse a una altura máxima de 0.85 mts, se recomienda el uso de controles de temperatura tipo palanca. La tubería para suministro o salida de agua expuesta, deberá aislarse para prevenir quemaduras o raspaduras.



Artículo 120.- Ducha. El tamaño mínimo de la ducha para silla de ruedas es de 1.20 x 1.20 mts., incluyendo una apertura mínima de 1.00 mts. para el acceso.
Los pisos de las duchas deberán ser de material antiderrapante."
(Ley 7600, 1996)

"Artículo 123.- Pasos peatonales. Los pasos peatonales a desnivel, contarán con rampa y escaleras, para que puedan ser utilizados por todas las personas.

Artículo 124.- Pendientes.
Las especificaciones para las pendientes, serán :

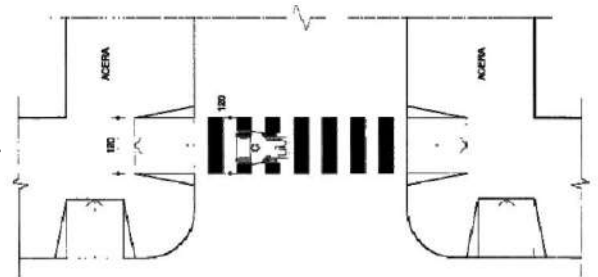
Del 10 al 12% en tramos menores a 3 metros.
Del 8 al 10% en tramos de 3 a 10 metros
Del 6 al 8% En tramos mayores a 10 metros.



F96 - Adaptado de pendientes por Canva

Artículo 125.- Características de las aceras. Las aceras deberán tener un ancho mínimo de 1.20 mts., un acabado antiderrapante y sin presentar escalones; en caso de desnivel éste será salvado con rampa.

Artículo 126.- Rampas en las aceras.
En las aceras, en todas las esquinas deberá haber una rampa con gradiente máxima de 10% para salvar el desnivel existente entre la acera y la calle. Esta rampa deberá tener un ancho mínimo de 1.20 mts. y construidas en forma antiderrapante.

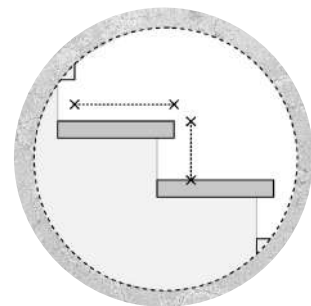


F97 - Adaptado de rampas por emarq.

Artículo 127.- Señales y salientes. Toda señal u objeto saliente colocado en calles, aceras o espacios públicos deberá estar a una altura mínima de 2.20 mts.

Artículos 133.- Pasamanos. Los pasamanos de las escaleras deben continuarse por lo menos 0.45 mts. al inicio y final de la escalera y si hay descanso deben ser continuadas por éste. Los pasamanos deben contar con una señal en Braille que indique el número de piso. En ningún caso los pasamanos deberán presentar elementos extraños, tales como plantas naturales o artificiales, adornos, accesorios u otros objetos propios de las festividades.

Artículo 134.- Escaleras. Las escaleras deberán presentar un diseño adecuado: huella de 0.30 mts. y contrahuella de 0.14 mts. máximo. Pasamanos en todos los tramos a 0.90 mts. de altura.



F98 - Adaptado de escaleras por mandua

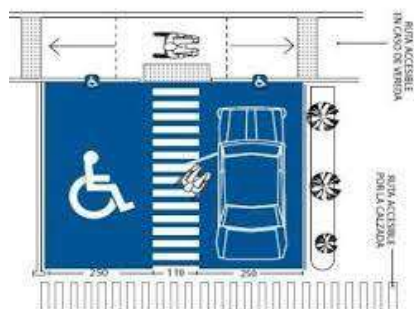
Artículo 140.- Puerta. El espacio libre de las puertas tendrá un ancho mínimo de 0.90 mts

Artículo 141.- Pasillos. Los pasillos generales y los de uso común, deberán tener un ancho mínimo de 1.20 mts. y los pasillos interiores tendrán un ancho mínimo de 0.90m."

"Artículo 148.- Mesas, mostradores y ventanillas. Las mesas o mostradores para firmar o escribir tendrán una altura de 0.80 mts. Sea igual para biblioteca, comedor, etc. Las ventanillas de atención al público tendrán una altura de 0.90 mts. sobre el nivel de piso terminado.

Artículo 154.- Estacionamientos reservados. Todo estacionamiento público y privado de atención al público, de acuerdo a lo que disponga de espacios para estacionar vehículos automotores, deberá disponer de espacios destinados a vehículos conducidos por personas con discapacidad o que les transporten. Lo anterior según lo establecido en la siguiente tabla:"

De 1 a 40 espacios	2
De 41 a 60 espacios	3
De 61 a 80 espacios	4
De 81 a 100 espacios	5
De 101 a 120 espacios	6
De 121 a 140 espacios	7
De 141 a 160 espacios	8
De 161 a 180 espacios	9
De 181 a 200 espacios	10
Más de 200 espacios	Aplicar el 5%



"Artículo 155.- Características de los estacionamientos reservados. Los sitios de estacionamientos reservados, necesariamente deberán cumplir con las siguientes características técnicas de accesibilidad:

- Anchura 3.30 mts. por 5.00 mts. de largo (mínimo).
- Zonas construidas en forma antiderrapante.
- Con rampa o bordillo que permita acceso a la acera que conduce a la entrada principal."

(Ley 7600, 1996)

Ley Forestal

"Artículo 33 Las áreas de protección de los ríos, quebradas y arroyos se definen como la franja de:

- 10 metros a cada lado del cauce en zona urbana
 - 15 metros en zona rural
 - 50 metros cuando se trata de terrenos quebrados"
- (Sistema Costarricense de información jurídica, s.f.)



F100 - Adaptado de río por depositphotos

F101 - Adaptado de construcción por Canva

TABLA 2.1. ZONAS SÍSMICAS SEGÚN PROVINCIAS, CANTONES Y DISTRITOS

III) Sitio tipo S3:

Un perfil de suelo con 6 a 12 m de arcilla de consistencia de suave a medianamente rígida o con más de 6 m de suelos no cohesivos de poca o media densidad.

**TABLA 4.1. CLASIFICACIÓN DE EDIFICACIONES SEGÚN IMPORTANCIA.
C - EDIFICACIONES DE OCUPACIÓN ESPECIAL**

Edificios para centros de salud con 50 o más pacientes residentes, pero no incluidas en el grupo A.

4.1.2 OBJETIVOS DE DESEMPEÑO

En edificaciones de ocupación especial, grupo C, y ante sismos fuertes, se protege la vida de ocupantes y transeúntes. La edificación no solo debe mantener su integridad estructural, sin el colapso parcial o total de la estructura y de aquellos componentes no estructurales capaces de causar daño, sino que se debe minimizar la ocurrencia de daños en la estructura y en todos aquellos componentes y sistemas no estructurales capaces de interrumpir seriamente los servicios y funciones propias de la edificación.

4.2 CLASIFICACIÓN DE LOS SISTEMAS ESTRUCTURALES

4.2.1 Tipo marco:

Se incluyen dentro de este tipo aquellas edificaciones que resisten las fuerzas sísmicas por medio de sistemas sismorresistentes constituidos por marcos de concreto reforzado, acero o madera, vinculados o no, por medio de un sistema horizontal o entrepiso de concreto reforzado, acero u otros, en cada nivel. No forman parte de este tipo los sistemas estructurales constituidos exclusivamente por columnas y losas planas, los cuales se prohíben expresamente como sistemas sismorresistentes.



METODOLOGÍA

METODOLOGÍA

DISEÑO

"Podría definirse como la investigación que se realiza sin manipular deliberadamente variables.

Es decir, se trata de estudios en los que no hacemos variar en forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables. Lo

que hacemos en la investigación no experimental es observar fenómenos tal como se dan en su contexto natural, para analizarlos." (Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014)

ESTUDIO

"Los diseños de investigación transeccional o transversal recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables, y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. Pueden abarcar varios grupos o subgrupos de personas, objetos o indicadores."

(desconocido, Técnicas de estudio, 2021)

MÉTODO

El método de la investigación es mixto ya que propone como una investigación integral, contando tanto con la parte cuantitativa como cualitativa, definida como:

1. "Los métodos mixtos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (metainferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio".

(Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014)

2. "Los métodos de investigación mixta son la integración sistemática de los métodos cuantitativo y cualitativo en un solo estudio con el fin de obtener una "fotografía" más completa del fenómeno. Éstos pueden ser conjuntados de tal manera que las aproximaciones cuantitativa y cualitativa conserven sus estructuras y procedimientos originales ("forma pura de los métodos mixtos").

Alternativamente, estos métodos pueden ser adaptados, alterados o sintetizados para efectuar la investigación y lidiar con los costos del estudio." ("forma modificada de los métodos mixtos"). (Chen, 2006; Johnson et al, 2006)

(Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014)

1 Usuario



2 Análisis de sitio

3 Diseño

F102

2. Analizar el sitio físico, espacial, climático, para la integración del proyecto en el entorno inmediato.

- Se emplearán técnicas como:
- Visita al sitio.
 - Levantamiento topográfico.
 - Plan regulador.
 - Mapeos.
 - Carta de clima.

Con la información obtenida se analizará el desarrollo del proyecto según los requerimientos topográficos, climáticos, reglamentación.



1. Identificar las necesidades de los usuarios en cuanto a apoyo para las personas con trastornos mentales y sus familiares.

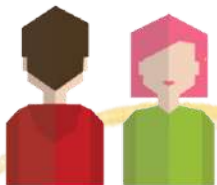
- Se emplearán técnicas como:
- Encuestas.
 - Reglamentos.
 - Investigación sobre el tema.
 - Consultas a profesionales.
 - Información de instituciones.

3. Desarrollar el anteproyecto arquitectónico del Centro de ayuda para personas con trastornos mentales que contemple las necesidades de salud, atención médica, recreación y otras necesidades de los usuarios.

Con la información obtenida se planificará el diseño de espacios que cumplan con las necesidades físico - espaciales del usuario.

- Se emplearán técnicas como:
- Desarrollo de concepto y metáfora.
 - Diagramas de función.
 - Creación de Volúmenes.
 - Diseño de planos y fachadas.

Con la información obtenida se genera como resultado el Centro de ayuda para personas con trastornos mentales, ubicado en San Rafael de Heredia.



F103

CAPÍTULO II

PERFIL DEL USUARIO





IDENTIFICAR LAS NECESIDADES DE LOS USUARIOS EN CUANTO A APOYO PARA LAS PERSONAS CON TRASTORNOS MENTALES Y SUS FAMILIARES.



OBJETIVO ESPECIFICO 01



Usuario médico y del centro

F106 - Adaptado de Médico por Canva



Usuario Diurno

F107 - Adaptado de usuario diurno por Canva



Usuario Habitacional

F108 - Adaptado de usuario habitacional por Canva



Usuario Visitante

F109 - Adaptado de visitantes por Canva

Aspectos Generales

El área de salud mental en Costa Rica sigue siendo escasa, hay mucho que se debe mejorar a nivel nacional, comenzando por crear una cultura a nivel social en temas de salud mental y a nivel profesional se debe crear una red de trabajo, donde todos trabajen por un mismo objetivo.

Además de ello el país debe de contar con espacios donde los profesionales en salud mental que van surgiendo con el paso de los años puedan trabajar de manera eficaz, teniendo como consecuencia mayor cantidad de plazas de trabajo y la población tendrá mayor acceso a los recursos que ellos le brinden al país como profesionales, sin negar el acceso a ninguna persona y dejando atrás los prejuicios que surgen por la falta de información y recursos.

Hay que brindar espacios donde los usuarios se sientan cómodos, confiados de recibir ayuda y su tratamiento.



F110 - Adaptado de usuarios por pinimg

Aspectos Generales

En Costa Rica además de los 2 hospitales para la salud mental de la C.C.S.S. y clínicas privadas existen distintas organizaciones sin fines de lucro que ayudan a las personas con distintos trastornos mentales, ya antes mencionadas.

Por ello se decide proponer dicho centro de salud que trabaje en conjunto con el gobierno de Costa Rica y las distintas organizaciones, donde trabajen profesionales especializados en trabajar con personas que presenten algún trastorno mental.

De esta forma el Hospital Nacional Psiquiátrico puede velar por los pacientes que requieran una atención intensiva y los pacientes que requieran intervención temprana serán atendidos en el centro de salud mental. De esta forma se puede ayudar a mejorar el sistema en salud mental del país, además de hacer actividades para evitar la desinformación en la población.

Clasificación de Usuarios

Usuario médico y del centro



F106 - Adaptado de Médico por Canva

Usuarios que brindarán su servicio de salud, administrativo, seguridad, limpieza, alimentación.

En el Centro de salud mental se contará con personal administrativo capacitado para atender los casos que se presenten.

Personal de seguridad y un centro de monitoreo que permitirá que el usuario se sienta seguro.

El centro contará con personal médico capacitado para atender las necesidades de los pacientes y los acompañarán durante su proceso.

Se tendrá un nutricionista para atender en especial a las personas con un trastorno alimenticio y llevarán su debido tratamiento.

Psicólogo: este profesional realizará un estudio general a todos los pacientes que lleguen por primera vez para analizar la complejidad del trastorno.

Psiquiatra: Trabaja en conjunto con el psicólogo para realizar el análisis del usuario.

Médico General: Realizará un chequeo general al paciente.

Pediatra: el pediatra se dedicará a atender a los pacientes menores de 18 años que necesiten atención en el centro.

Geriatra: el geriatra se dedicará a atender a los pacientes mayores de 65 años que necesiten atención en el centro.



Usuario Diurno

Usuario que utilizará las instalaciones del complejo en horario diurno. Ya sea que acudan a una cita médica, a una charla, taller o a la biblioteca.

F107 - Adaptado de usuario diurno por Canva

Usuario Visitante



F109

Adaptado de
visitantes por
Canva

Usuario indirecto. Familiares que visitarán a los niños, jóvenes, adultos y adultos mayores que requerirán el internamiento para un mejor tratamiento del trastorno mental.

Según especialistas el papel de la familia en el proceso de tratamiento de una persona que presente algún trastorno mental, su apoyo, comprensión y ayuda a un largo plazo es de gran importancia, ya que evita que el paciente presente alguna recaída y así pueda mejorar. Pero para ello, es importante que las personas que van a acompañar al paciente en el proceso busque informarse y asesorarse en el tema debidamente por un médico.

Los especialistas no niegan que la convivencia con una persona que sufre depresión o algún trastorno mental, puede ser una experiencia difícil, porque más allá de su padecimiento las personas no quieren recibir ayuda profesional por muchas razones, no siempre la persona quiere colaborar y prefiere mantenerse aislado e incomunicado.

Por ello mencionan que es importante el apoyo que la familia y personas cercanas le puedan brindar. (El médico interactivo, 2011)

F111 - Adaptado de
comprensión por mintwise

Usuario Habitacional

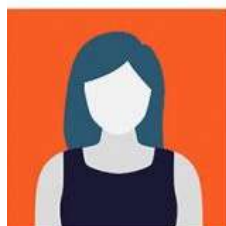
F108 - Adaptado
de usuario
habitacional
por Canva

Usuario que habitará las instalaciones del centro de trastornos mentales y tendrán mayor acceso a las instalaciones que se ofrecerán en el lugar.

Usuario directo de cualquier clase social y económica que luego de un análisis médico, por parte de los profesionales encargados, requieran internamiento voluntario para un mejor tratamiento.

El usuario que sea internado por el tiempo que se considere necesario por parte de los profesionales tendrá acceso a una habitación compartida, ya que de esta forma se evita que el usuario retome prácticas que retrasen su tratamiento.

También tendrá acceso al comedor donde recibirá sus alimentos diarios, una biblioteca, una sala de estudio, talleres y aulas en donde llevarán cursos y realizarán actividades que ayudarán en su proceso. Canchas de fútbol y de tenis para que en los ratos libres puedan practicar deportes, zonas verdes y llevarán un control por parte del personal de salud.



F112

CENTRO DE SALUD MENTAL

DEFINICIÓN

"Dispositivo de atención ambulatoria para la atención de pacientes psiquiátricos de una zona geográfica determinada (área de captación).

El Centro de Salud Mental consta de una serie de profesionales como psiquiatras, psicólogos, trabajadores sociales y personal de enfermería. Los primeros centros aparecen en los Estados Unidos en 1963, son los llamados Community Mental Health Center." (Psiquiatría.com, 2021)

Servicios que brindan

- **Atención especializada en:**
- Trastornos mentales graves.
- Depresión y ansiedad.
- Adicciones al alcohol, otras drogas o adicciones.
- Maltrato infantil, violencia familiar.
- Trastornos de aprendizaje y déficit de atención e hiperactividad.
- Problemas del desarrollo de la infancia con TEA
- Trastornos de conducta alimentaria en adolescentes, entre otros.

- **Atención especializada en el domicilio de los usuarios cuya condición lo requiera.**
- **Acompañamiento clínico psicosocial (capacitación y supervisión) a los servicios asistenciales o comunitarios que se encuentren en el territorio de su población asignada.**
- **Impulsa la participación activa de la familia y comunidad.**

Necesidades De personas con problemas de salud mental

Rehabilitación

- Apoyo psicosocial - educación
- Desarrollo habilidades
- Inserción socio laboral
- Asistencia diurna
- Asistencia prolongada

Comunidad

- Disminuir estigma y discriminación
- Aumentar participación social
- Respetar derechos humanos
- Acceso a beneficios sociales
- Inclusión social

Atención salud mental

- Detección precoz
- Inf sobre diagnóstico y tratamiento
- Seguro de salud
- Medicamentos - apoyo psicosocial
- Atención en crisis - Hospitalización

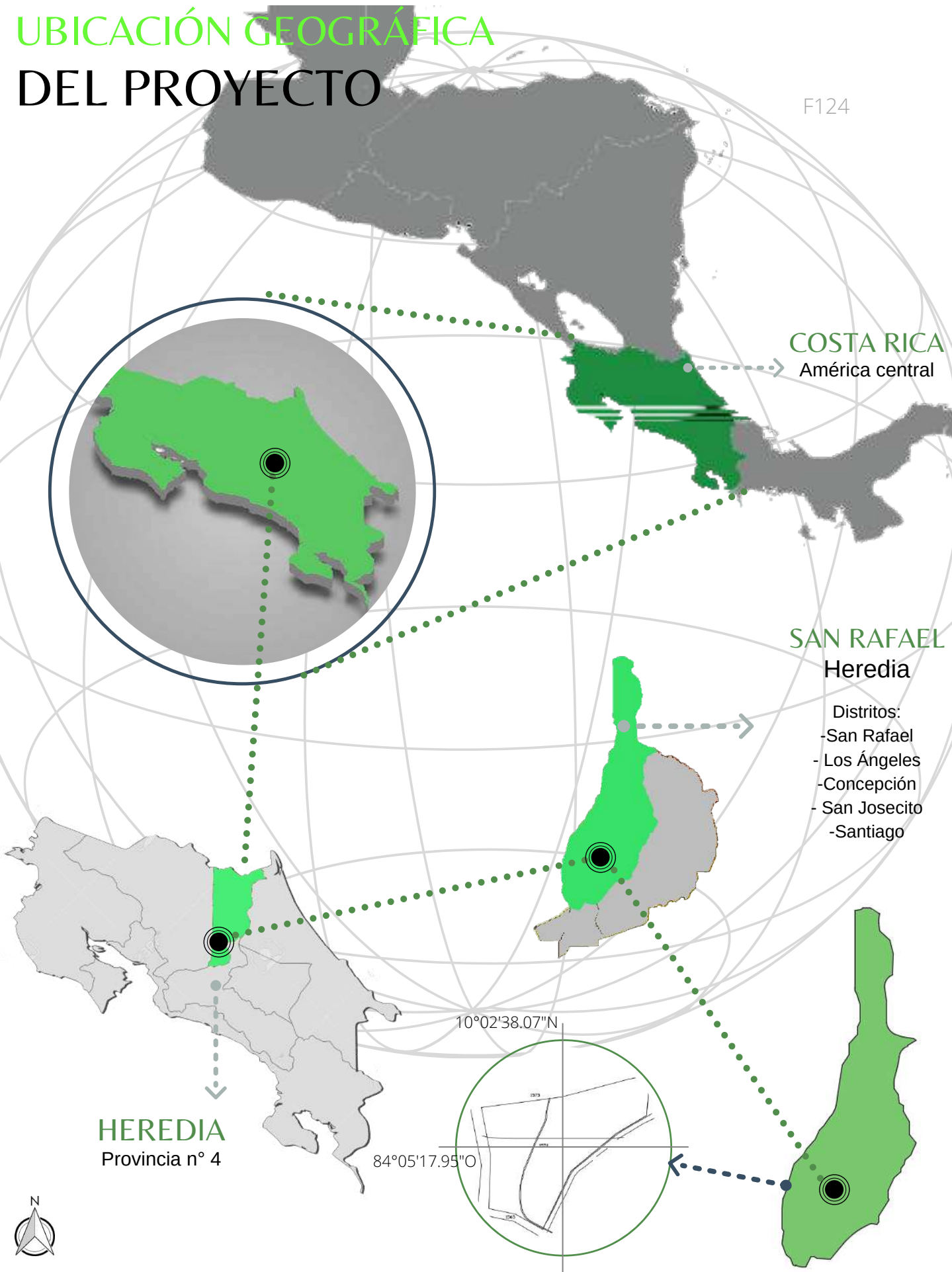
Familia

- Habilidades para cuidar
- Calidad de vida - redes cooperación
- Apoyo en situaciones de crisis
- Apoyo económico



Ubicación

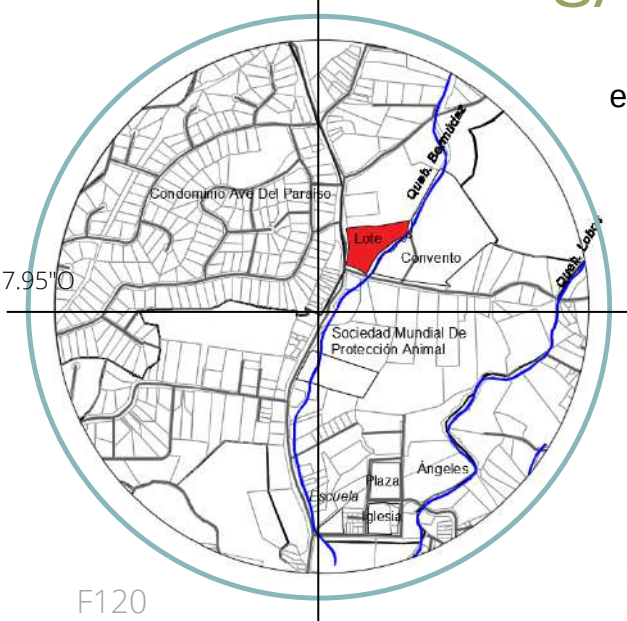
UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL PROYECTO



POBLADO DE LOS ÁNGELES SAN RAFAEL DE HEREDIA

10°02'38.07"N

84°05'17.95"O

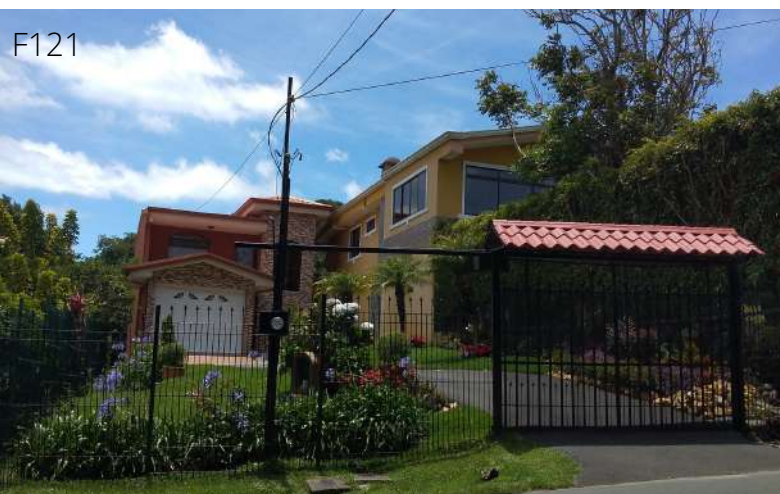


F120

Al norte del cantón de San Rafael de Heredia, se encuentra el distrito de los ángeles, subiendo por las montañas de la provincia de Heredia, lo cuál es un beneficio ya que es rico en flora y fauna, además, el clima es un poco más fresco que en el GAM.

En este distrito conforme se sigue subiendo hacia la montaña se puede observar menos construcciones y de esta forma suele ser un lugar tranquilo con poca afluencia de personas y automóviles, un lugar apto para que las personas con algún trastorno mental pueda llevar su tratamiento.

En esta zona los fines de semana hay una afluencia de vehículos mayor ya que las personas visitan distintos atractivos turísticos en la zona, como por ejemplo, a kilometro y medio se ubica el Castillo Country club, un lugar muy amplio, con zonas de recreación, también está el bosque de la hoja, el monte de la cruz, restaurantes, entre otros.



F121



F122

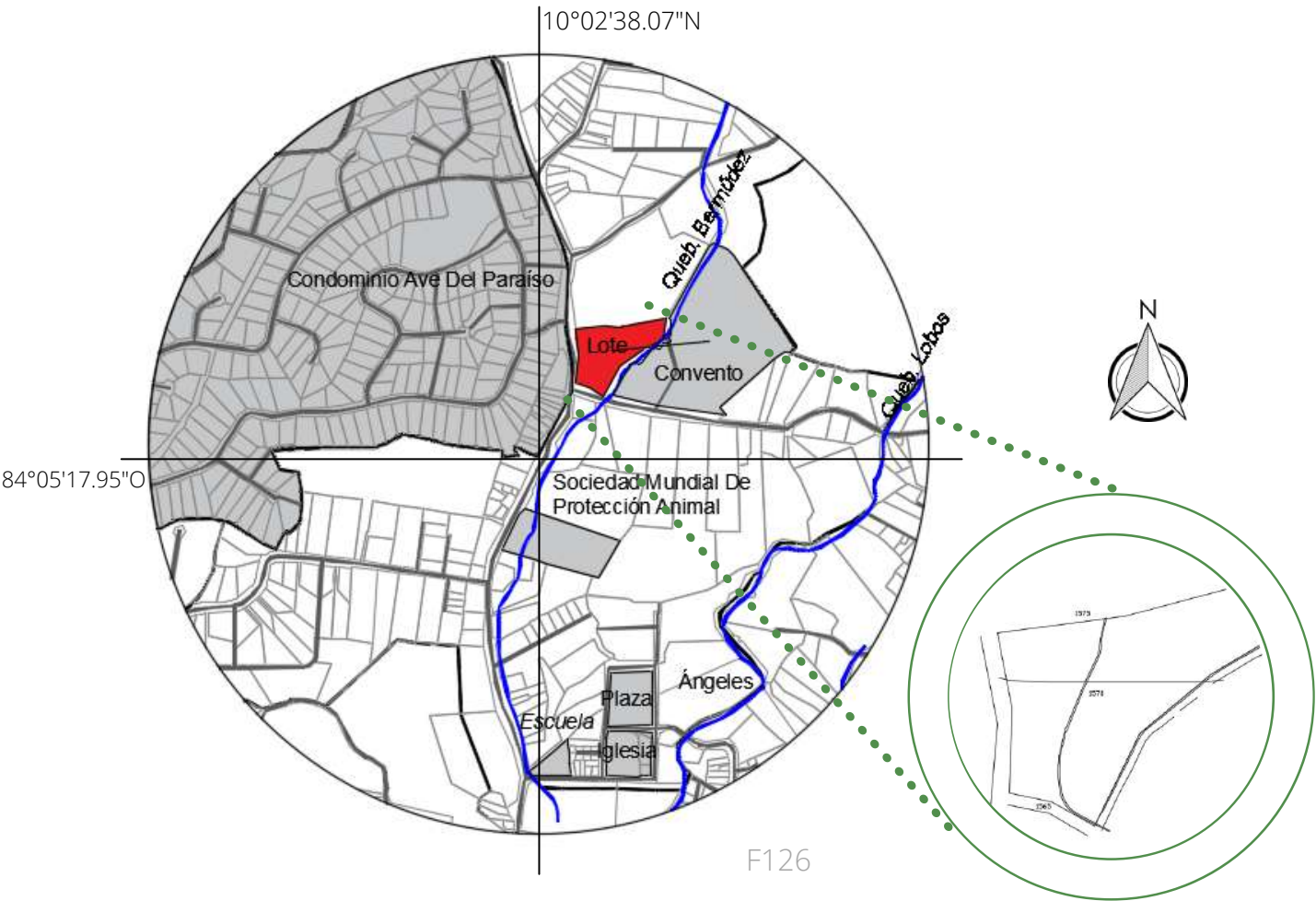


F123

ÁREA DE INTERVENCIÓN
Los Ángeles, San Rafael de Heredia.



ZONA DE ESTUDIO
Localización del lote



NECESIDADES

Espacios al aire libre

Espacios verdes libres de contaminantes acústicos y ambientales, que permitan al usuario tener un ambiente tranquilo.

1

Zonas de estar:
Asientos al aire libre que permitan al usuario disfrutar del espacio y despejar un poco la mente.

2

Accesibilidad:
Necesidad de rampas seguras, anti-deslizantes y con marcación ya que será un lugar donde se atenderán a las personas sin importar su edad o discapacidad.

3

Espacios de recreación:
Necesidad de canchas de futbol y tenis para que las puedan utilizar en distintas ocasiones y deportes, sobre todo para los usuarios que requieran internamiento y puedan practicar deporte.

4

Espacios Internos - Dormitorios

Espacios Divididos
Los dormitorios estarán divididos en hombre y mujeres, las habitaciones serán compartidas por personas de edades similares.

1

Dormitorios:
Los dormitorios contarán con 3 camas individuales las cuales tendrán la zona de almacenamiento en la parte inferior, de esa forma no se mezclarán las pertenencias y estarán más seguras. Tendrán un televisor por habitación para los momentos libres que tengan los pacientes.

2

Dormitorio ley 7600
El dormitorio más cercano a la zona de acceso será equipado especialmente para los pacientes que tengan alguna discapacidad mayor. Esta solo contará con 2 camas individuales para tener el espacio requerido por la ley 7600

3

Los dormitorios están equipados adecuadamente para afrontar las características climáticas.

4



F114 - Adaptado de espacios verdes por Canva



F115



¿QUE ES?

"La cromoterapia es una de esas técnicas naturales basadas en el efecto que el color produce en el ánimo de las personas. Tan comprobados son estos efectos que, en la actualidad, el color se utiliza como terapia para curar padecimientos de origen psicológico."
(Todos somos uno, 2012)

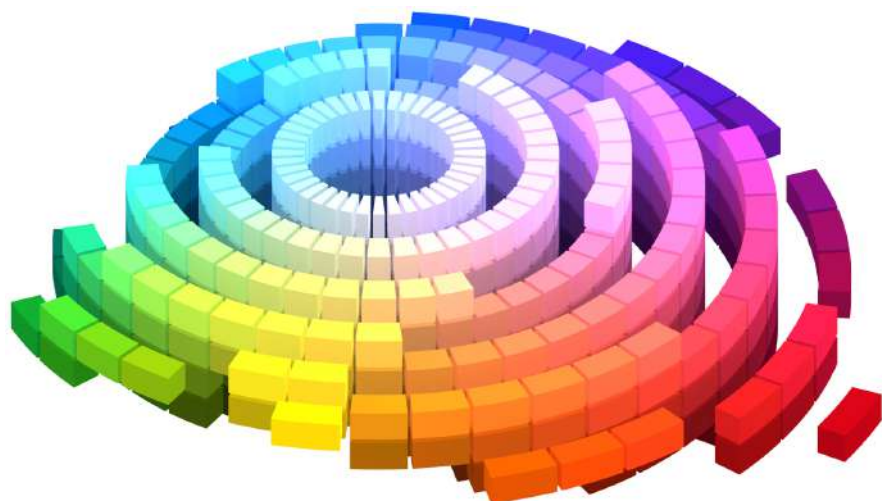
F116 - Adaptado de cromoterapia por freepik

"Los científicos no dudan de los efectos del color sobre el estado de ánimo y la actitud con que enfrentan los problemas de la vida, psiquiatras y psicólogos utilizan en sus tratamientos el color como rasgo de la personalidad y como parte del tratamiento en casos de ansiedad, estrés y depresión. "

- **Colores astringentes como el rojo, naranja y amarillo**, "son reguladores de la circulación sanguínea, el funcionamiento hepático y el sistema respiratorio, aportando energía y buen ánimo.

- **Colores como el violeta**, son responsables de la transmutación energética, transformando las angustias y miedos en energía pura y limpia que permiten enfrentar los problemas con actitud positiva. Las afecciones nerviosas como la epilepsia y la anemia nerviosa, disminuyen al reducirse los efectos de rabia y temor." (Dra. Nina, 2020)

Como conclusión, los colores a utilizar en el proyecto, serán colores neutros y colores pasteles, que generen un ambiente tranquilo.



Sensaciones que brindan los distintos colores

Vitalidad, acción, calidez.

Confianza, responsabilidad, seguridad.

Esparcimiento, diversión, movimiento.

Frescura, salud, tranquilidad.

Optimismo, luz, calidez.

Tristeza, formalidad, solemnidad.

F117 - Adaptado de colores por sonia masip

ENCUESTA - DATOS OBTENIDOS

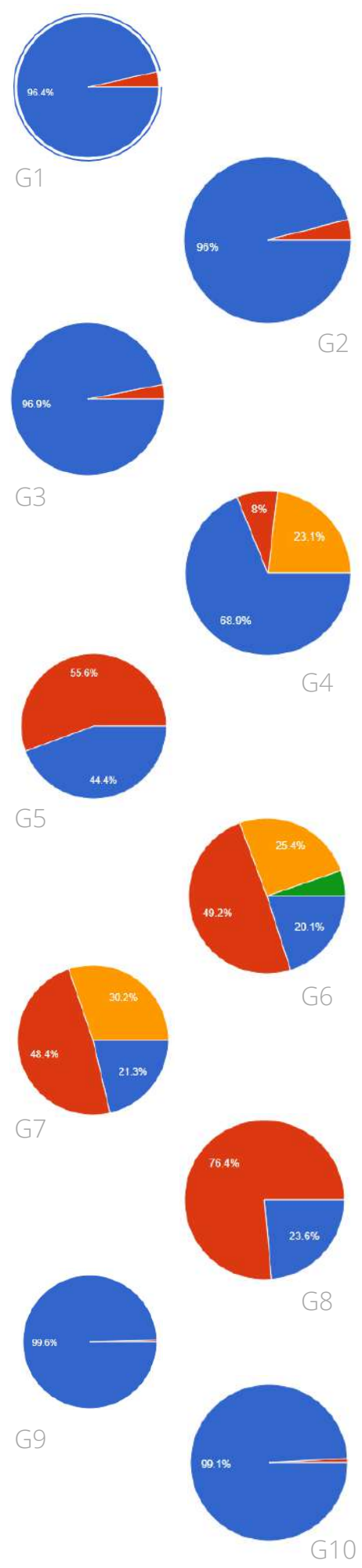
Durante el presente año, 2021, se realizó una encuesta a 225 personas pertenecientes al cantón de San Rafael de Heredia, lugar donde se ubicará el proyecto.

La encuesta contiene preguntas sobre salud mental, si conoce sobre ella y si ha recurrido a ayuda profesional.

Se obtuvieron los siguientes resultados:

- De 225 personas solo el 96,4% sabe que es la salud mental, el 3,6% de las personas encuestadas desconocen del tema.
- De 225 personas encuestadas solo el 96 % sabe que son los trastornos mentales, el 4% desconocen el tema.
- De 225 personas encuestadas solo el 96,6% sabe que son los trastornos alimenticios, el 3,4% desconoce del tema.
- De 225 personas encuestadas solo el 68,9% considera que en Costa Rica existe un tabú sobre la salud mental, el 23,1% considera que tal vez y el 8% consideran que no lo hay.
- De 225 personas encuestadas el 44,4% ha necesitado ayuda profesional, el 55,6% no lo ha necesitado.
- De 225 personas 189 respondieron que algún conocido, familiar o ellos han necesitado ayuda profesional en salud el 20,1% tuvo una excelente experiencia, el 49,2% buena, el 25,4% regular y el 5,3% mala.
- De 225 personas encuestadas el 48,4% preferiría recurrir a un ente privado si necesitara un profesional en salud mental, el 21,3% a la C.C.S.S. y el 30,2% elegiría ambas.
- De 225 personas encuestadas el 23,6% conoce otras instituciones que velen por la salud mental, el 76,4% desconoce de ellas.
- De 225 personas encuestadas el 99,6% considera que se debería brindar más información sobre los trastornos mentales, el 0,4% no.
- De 225 personas encuestadas el 99,1% considera que es necesaria la creación de un centro sobre salud mental, el 0,9% no.

Con estos resultados se confirma el desconocimiento que hay en la población sobre la salud mental y la necesidad del país de evolucionar y mejorar en estos temas, de brindar más información y apoyo, para que las personas puedan recurrir a la ayuda profesional a tiempo y abordar el problema, sin recurrir al suicidio. (Mónica HN, 2021)



F118

CAPÍTULO III

ANÁLISIS CLIMÁTICO

OBJETIVO ESPECIFICO 02

2. Analizar el sitio físico, espacial, climático, para la integración del proyecto en el entorno inmediato.



ANÁLISIS DE LA ZONA



F127



MAPEOS MACRO

ANÁLISIS MACRO

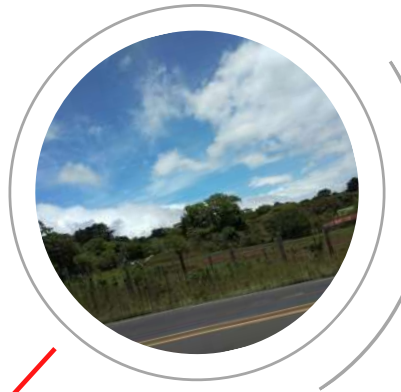
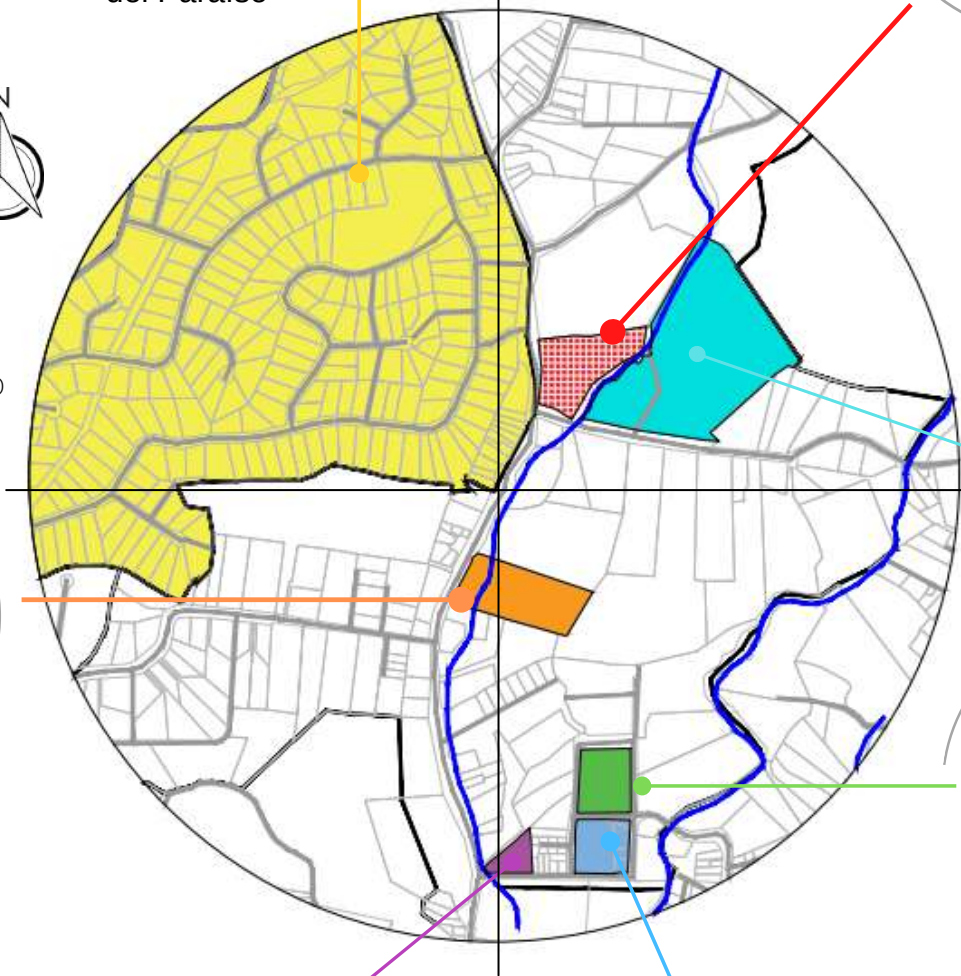


Residencial Aves del Paraíso

10°02'38.07"N



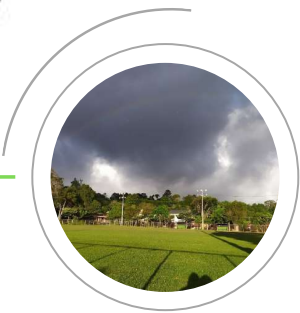
84°05'17.95"O



LOTE



Religiosas de la Cruz



Plaza



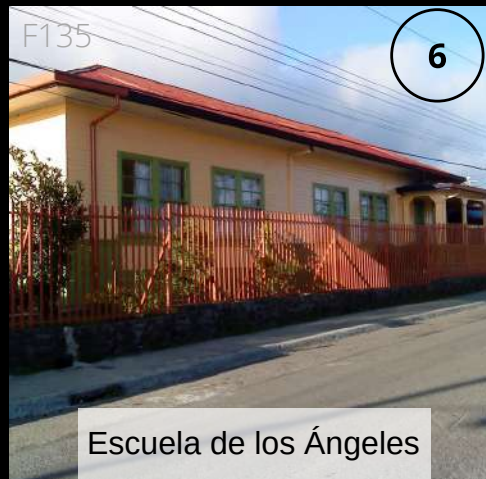
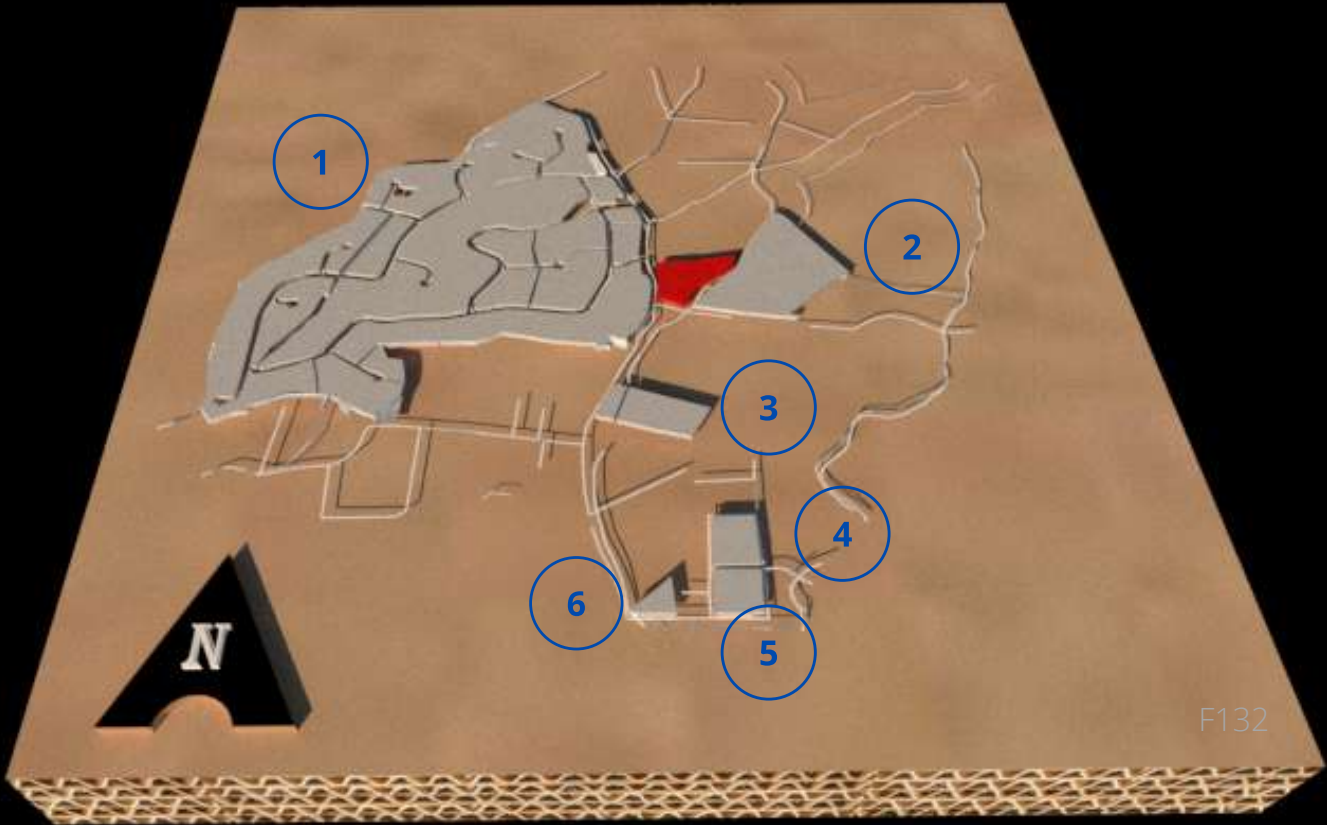
Refugio

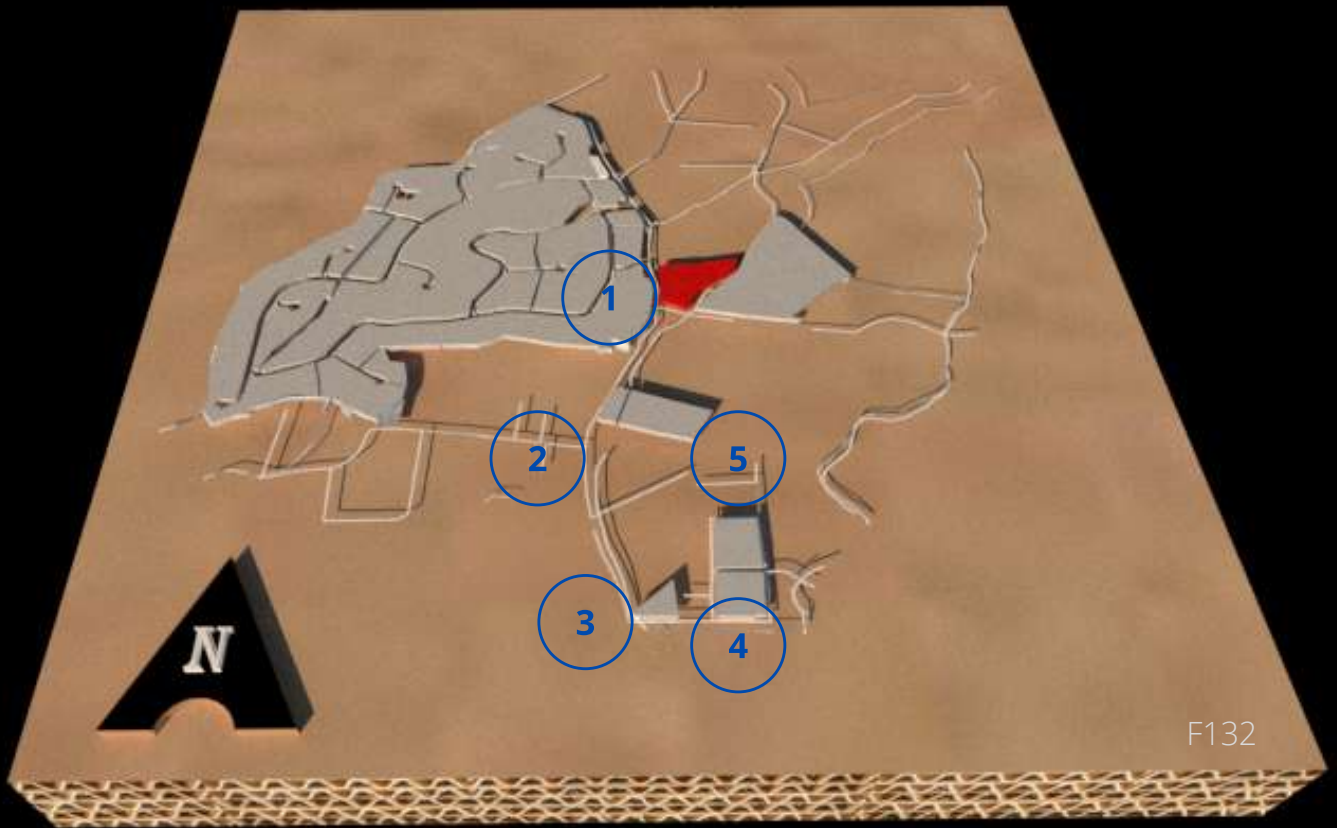


Escuela de los Ángeles



Iglesia de los Ángeles







F139 - Adaptado de cafetal por wasi



F140



F141 - Adaptado de montañas por PURAVIDAGUIDE



F142



F143

ECONOMICO

Según la municipalidad de San Rafael a economía del cantón se basa en el comercio y los servicios.

Las principales actividades agropecuarias son los cultivos de café, hortalizas y caña de azúcar y la ganadería de leche. El cantón tiene varios lugares turísticos de importancia, como el Monte de la Cruz, el Bosque de la Hoja o Las Chorreras.

(Municipalidad de San Rafael, 2017)

TURISMO

Es un pueblo con tránsito de vehículos constante hacia los restaurantes, cabinas, y hoteles.

San Rafael cuenta con una planta hidroeléctrica llamada La Joya.

Al norte de esta región se localiza parcialmente la Reserva Forestal Cordillera Volcánica Central y el parque nacional Braulio Carrillo.

La Iglesia de San Rafael, ubicada en el distrito del mismo nombre, es una edificación de estilo neogótico que ha sido declarada patrimonio histórico-arquitectónico de Costa Rica.

(Municipalidad de San Rafael, 2017)

SEGURIDAD PÚBLICA

"El Ministerio de Seguridad Pública, por medio de la Delegación Cantonal de San Rafael, ofrece el servicio de seguridad. Recientemente, ha iniciado el desarrollo de programas de proyección comunal, relacionados con los proyectos de Seguridad Comunitaria, a través de los Comités de Seguridad."

(Municipalidad de San Rafael, 2017)

EDUCACIÓN

"En 1862 existía una escuela en el barrio San Rafael. El sacerdote católico Pedro María Badilla Bolaños donó el terreno y construyó un plantel escolar en 1876. El actual edificio escolar se inauguró en 1927, con el nombre de Pedro María Badilla Bolaños, en la segunda presidencia de Ricardo Jiménez Oreamuno (entre 1924 y 1928). El liceo Ingeniero Carlos Pascua Z., inició sus actividades educativas en 1967, en la presidencia de José Joaquín Trejos Fernández.

En el cantón se registran 38 centros educativos, para un total aproximado de 180 aulas. Existe un colegio público, el Colegio Carlos Pascua, ubicado en el distrito central y que recibe población de todo el cantón, mientras que la oferta privada se reduce a tres instituciones.

En el ámbito cantonal no se cuenta con centros de educación superior, pero la cercanía con la ciudad de Heredia implica que la población cantonal tiene acceso a esta formación, por medio de la oferta existente en tal lugar." (Municipalidad de San Rafael, 2017)

MUNICIPALIDAD

"Esta institución lleva a cabo una serie de actividades de proyección comunal y en la actualidad muestra un avance significativo con respecto a la capacidad de asumir un rol preponderante en procesos de desarrollo local.

De hecho, considerando las funciones que el marco legal asigna a la entidad municipal, esta se percibe como un actor clave para el desarrollo local.

La municipalidad realiza funciones relacionadas con el quehacer administrativo, servicios básicos como recolección de desechos, limpieza y mantenimiento de vías, regulación de procesos constructivos y permisos de funcionamiento, entre los más relevantes. El alcance de las funciones se ve limitado por problemas presupuestarios y por el vaivén de la actividad política."

(Municipalidad de San Rafael, 2017)



F144



F145



F146 - Adaptado de instalaciones por Centro Edc. Nueva Generación



F147 - Adaptado de Municipalidad por ecomunicipal



F148 - Adaptado de protocolo por periódico Heredia Hoy



F149



F150



F151



F152



F153

SECTOR SALUD

"El sector salud es representado por la Clínica de la Caja Costarricense del Seguro Social y el Ministerio de Salud. La Clínica se ubica en el distrito primero, mientras que los distritos Los Ángeles y Concepción cuentan con los EBAIS respectivos. Se cuenta con la presencia física del Área Rectora de la Salud (cubre el sector de San Rafael y Barva), encargada de la vigilancia de la salud en el Cantón, la acreditación y regulación de establecimientos de salud, entre muchas otras funciones relativas al sector. Sin una relación de dependencia directa con el aparato estatal, pero con clara injerencia en las políticas de atención de salud en el ámbito preventivo y de respuesta ante emergencias, se registra el apoyo de la Cruz Roja Costarricense, la cual trabaja en conjunto con la Clínica.

En torno a estas instituciones, se han desarrollado organizaciones como los Comités de Salud, que pretenden reforzar la capacidad de acción de las instituciones a las que apoyan y velar por el adecuado funcionamiento de las mismas."

(Municipalidad de San Rafael, 2017)

CULTURA - PATRIMONIO

Iglesia dedicada a San Rafael

"En 1862 se dedicaron a la tarea de construir la primera ermita, que se hizo de adobes; la cual se dedicó a San Rafael. En 1886, durante el episcopado de monseñor Bernardo Augusto Thiel Hoffman, segundo obispo de Costa Rica, se erigió la parroquia; la cual actualmente es perteneciente de la arquidiócesis de San José, en la provincia eclesiástica de Costa Rica.

En 1962, que Carlos Humberto Rodríguez Quirós, cuarto arzobispo de Costa Rica, bendijo esta obra, construida con el esfuerzo y colaboración de los habitantes del cantón."

(Municipalidad de San Rafael, 2017)

FLUJOS PEATONALES

El distrito de los ángeles de San Rafael de Heredia comprende un área menos extensa en cuanto a viviendas, comparado con el centro del cantón.

La ruta nacional 113 es la de mayor afluencia de personas ya que por esa ruta pasa el transporte público y lleva a las personas a los distintos destinos turísticos.

También muchas personas suelen utilizar la carretera principal para realizar deporte.



Ubicación del lote



Zona de Mayor Afluencia

F154

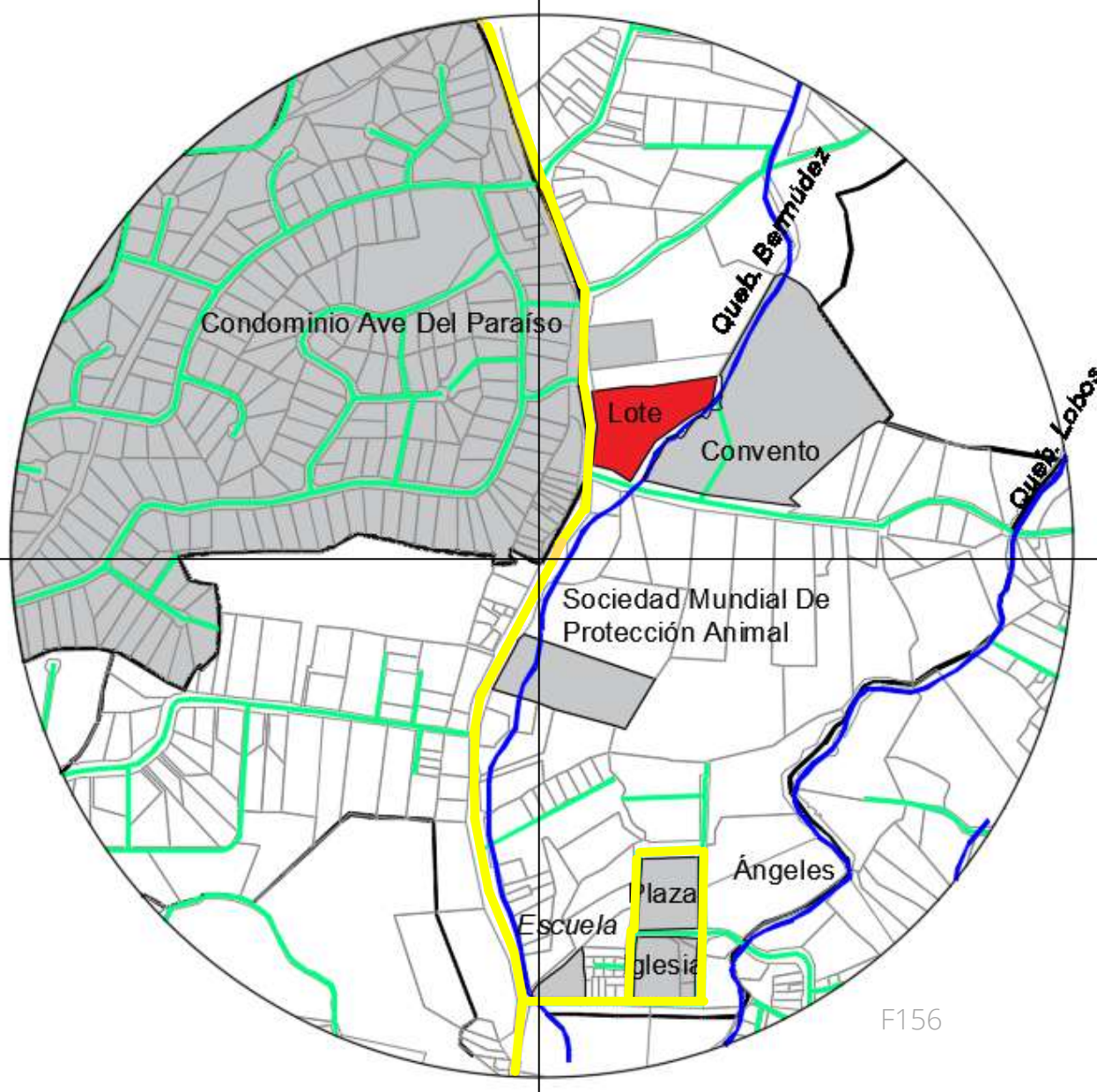


Zonas de Menor Afluencia

F155



10°02'38.07"N







F156

84°05'17.95"O

FLUJOS VIALES

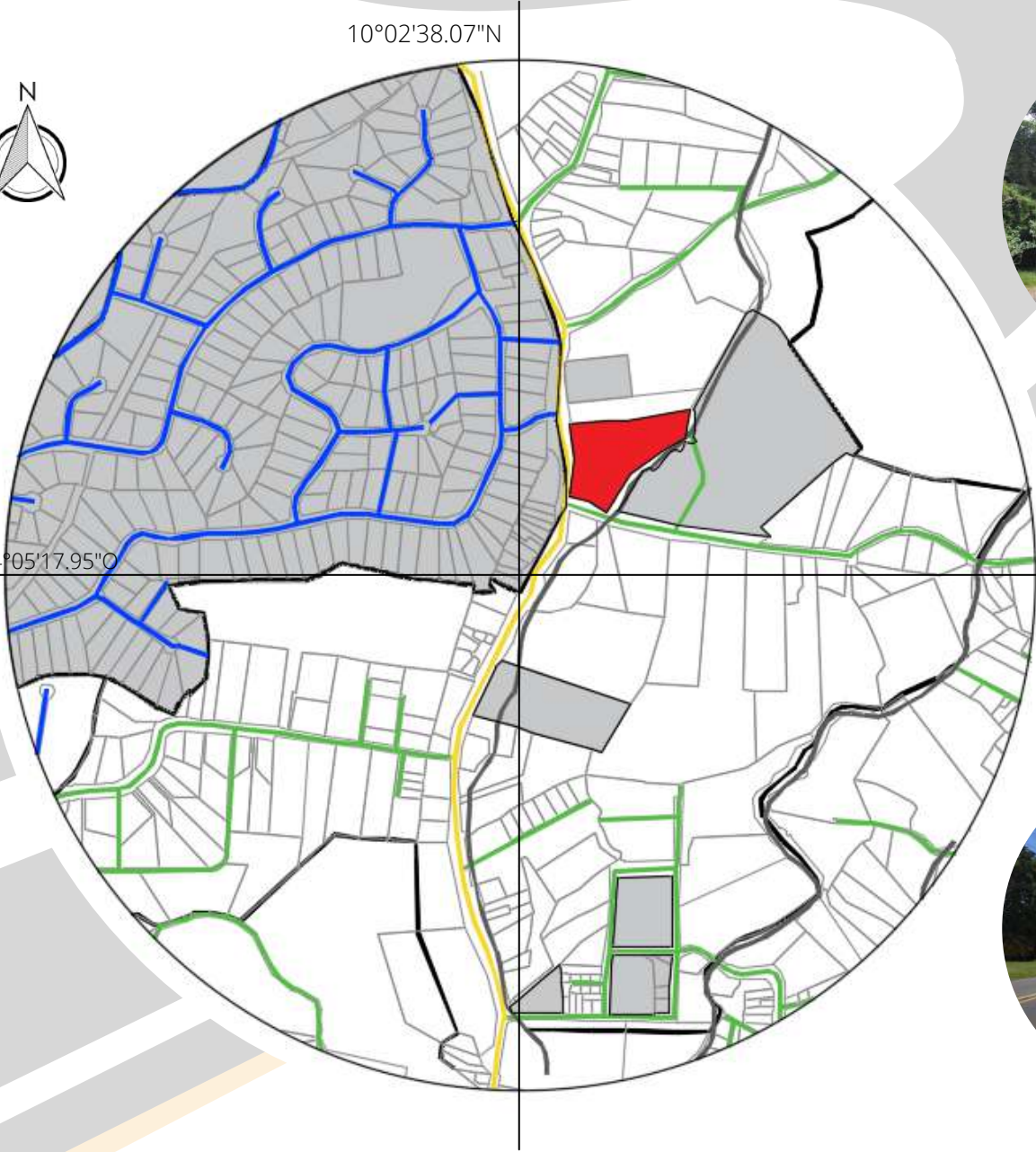
La Calle nacional 113 durante la semana presenta poco flujo de automóviles, pero los fines de semana suele ser más transitada, ya que por medio de ella se puede llegar a distintos atractivos turísticos de la zona. Incluso es común ver ciclistas por esa ruta a pesar de que no cuenta con una ciclovía.

-  Ubicación del lote
-  Calles internas del residencial
-  Calle nacional 113
-  Vías Secundarias



10°02'38.07"N

84°05'17.95"O



Calle las monjas.



Calle Nacional 113

TRANSPORTE



La empresa de autobuses Arnoldo Ocampo realiza rutas todos los días, pero con un horario un poco aislado entre cada hora.

Para llegar al proyecto, se debe de tomar el autobús rotulado "Monte de la Cruz" o "Chorreras", al costado Sur de la Parroquia de San Rafael Centro, ya que son los únicos buses que hacen la ruta por esa calle. La Parada de bus más cercana al lote, se ubica al costado oeste del mismo, dicha parada no cuenta con acera ni una casetilla.

F158 - Adaptado de autobús por de terminal a terminal

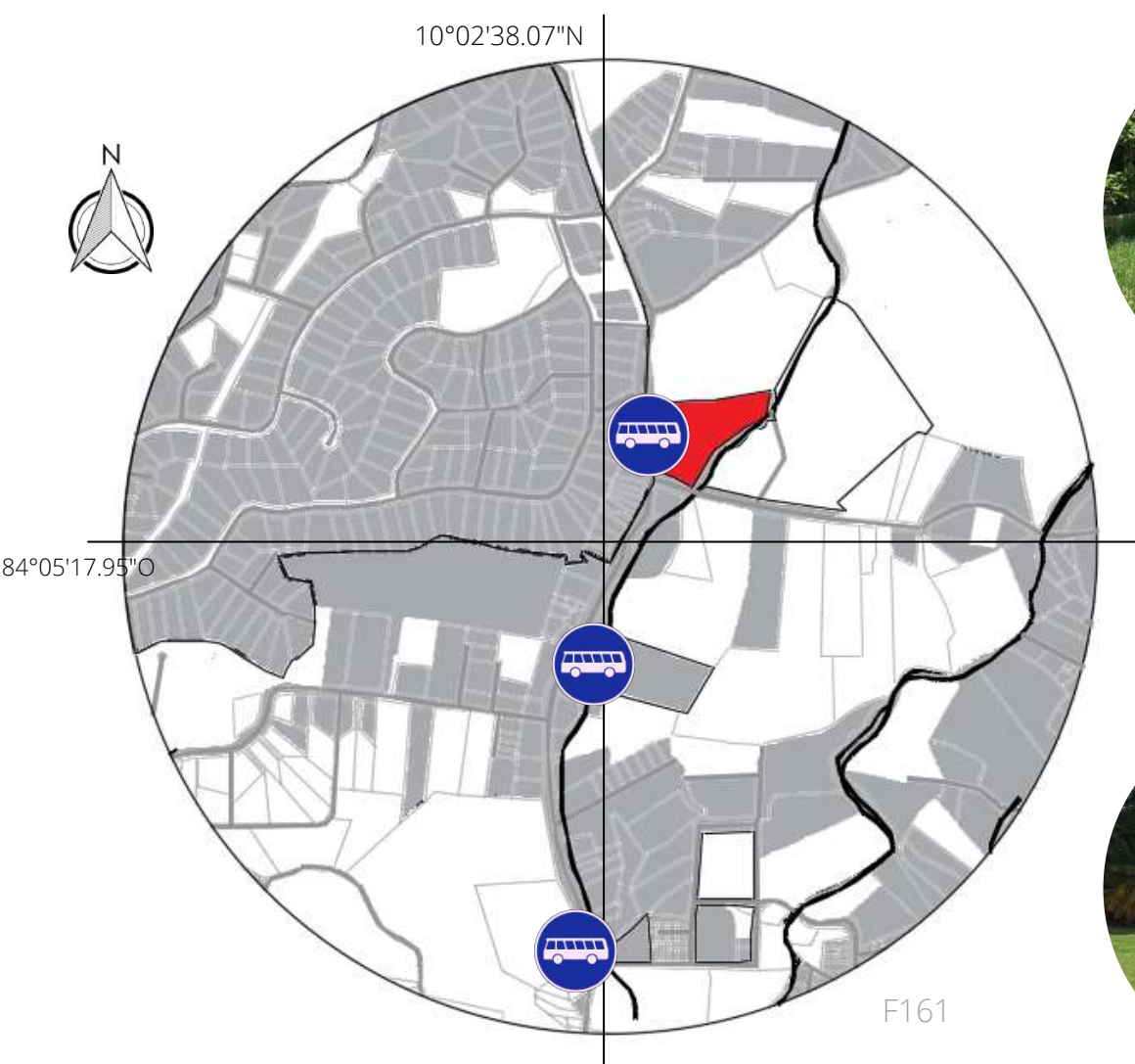


Ubicación del lote



Ubicación de paradas de bus

F159



Parada de bus en el Lote

F160



Parada de bus enfrente del Lote

F162

LLENOS - VACIOS

En los Ángeles a pesar de ser una zona con menor cantidad de construcciones hay condominios y residenciales, como el condominio Ave del Paraíso que se ubica al costado oeste del proyecto. En el siguiente mapa se puede observar la cantidad de zonas construidas y de lotes vacíos, en su mayor parte, los lotes donde no hay construcciones se mantienen verdes, con una amplia vegetación, también se utilizan para el ganado.

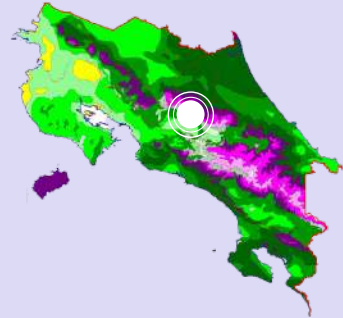


F166

VEGETACIÓN

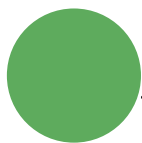
El distrito de los ángeles, perteneciente al Cantón de San Rafael de Heredia se ubica en la zona de vida: Bosque Húmedo Tropical.

El bosque tropical húmedo es el ecosistema terrestre de mayor abundancia de animales y plantas (en cantidad y diversidad) de Costa Rica, ocupa el 5,5 % del territorio. Es un bosque siempreverde con una densidad muy alta.

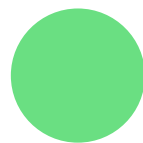


bh-t Bosque Húmedo Tropical

F167 - Adaptado de mapa ecológico por docs.google.



Vegetación Alta



Vegetación Media



Vegetación Baja



F168

Vegetación Alta:
Vegetación mayor de 10 m

Vegetación Media: Arbustos y
vegetación de 10 m máximo

Vegetación Baja:
Zonas con zacate

Algunos árboles que se pueden encontrar en esta zona son:

COBERTURA VEGETAL

BOTARRAMA

Vochysia Ferruginea

Es un árbol maderable que además permite la recuperación de suelos degradados.

(Ecosistemas de Costa Rica, 2011)

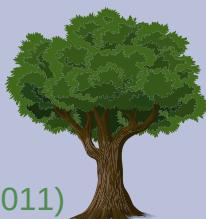


ROBLE CORAL

Terminalia Amazonia

"La madera es considerada madera fina de alta calidad."

(Ecosistemas de Costa Rica, 2011)



CAOBILLA

Carapa Guianensis

"Típico de bosques húmedos, frecuente en la zona Atlántica."

(Ecosistemas de Costa Rica, 2011)

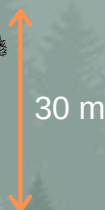


LAUREL

Cordia Alliodora

"Contribuye a la conservación de suelos y recuperación de áreas degradadas."

(Ecosistemas de Costa Rica, 2011)



ANÁLISIS MACRO

F170 - Adaptado de río por 123rf

HIDROGRAFÍA

En el siguiente mapa se señalan los 3 principales ríos más cercanos al lote del proyecto, todos corren de norte a sur ya que bajan las montañas de san Rafael de Heredia.

De izquierda a derecha se puede observar la Quebrada Bermúdez la cual está conformada por 19 ríos.

"Nace en las faldas del cerro Chompipe, distrito de concepción de San Rafael, conforma varios distritos de Heredia: San Francisco y Ulloa; de San Rafael: Ángeles y Santiago; de Santo Domingo: San Vicente y Santa Rosa. Además, esta microcuenca posee altas pendientes, su altura cambia de su punto más bajo de 848 msnm a su más alto de 2260 msnm."

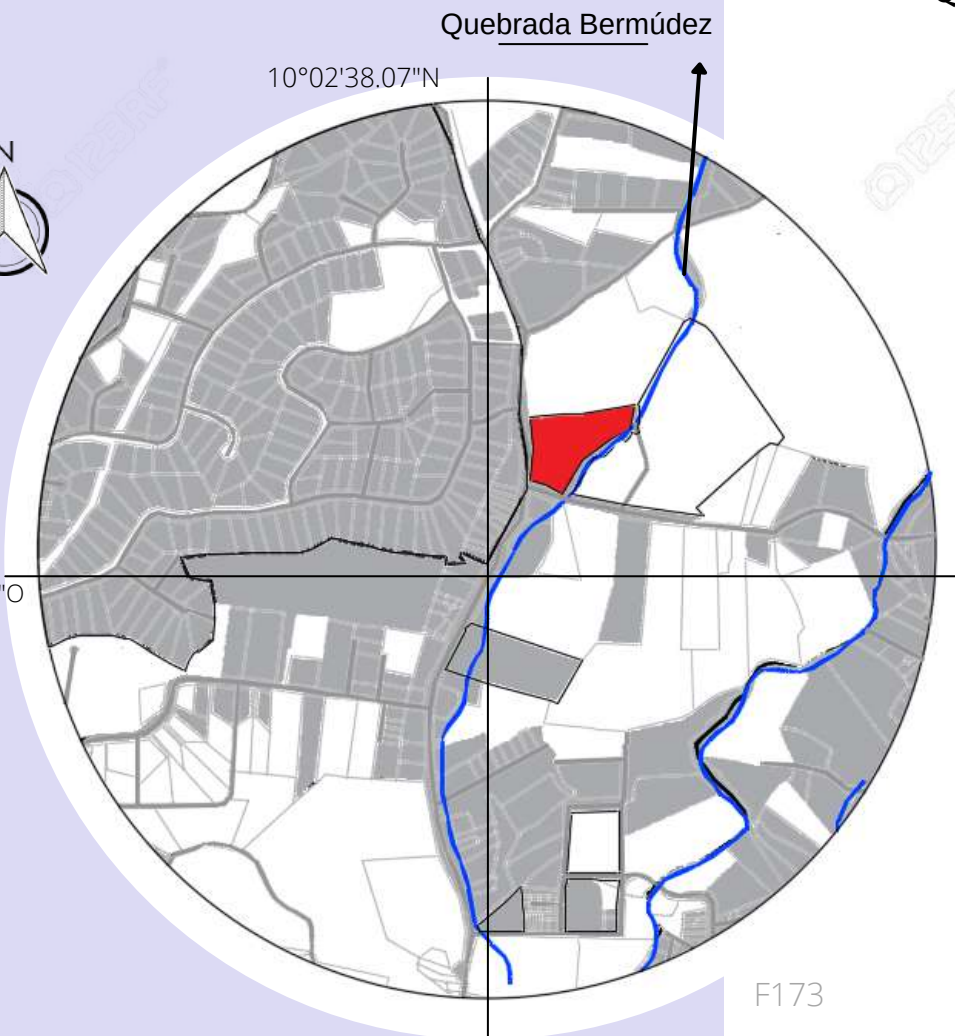
(Chaves, 2014)

Luego la quebrada Lobos y el río Turales.



Quebrada Bermúdez

F171



Quebrada Bermúdez

10°02'38.07"N

84°05'17.95"O



Quebrada Bermúdez

F172

F173

DATOS IMPORTANTES

LIMITES

Norte: Colindancia.

Sur: Calle las Monjas.

Este: Quebrada Bermúdez.

Oeste: Ruta nacional 113

ALTITUD:

1555 msnm - 1556 msnm

F174



F175



F176



F177



10°02'38.07"N

1565

1560

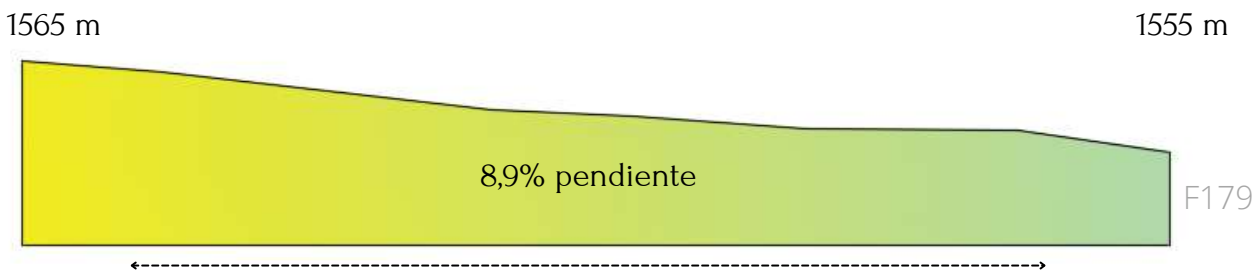
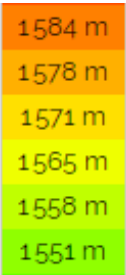
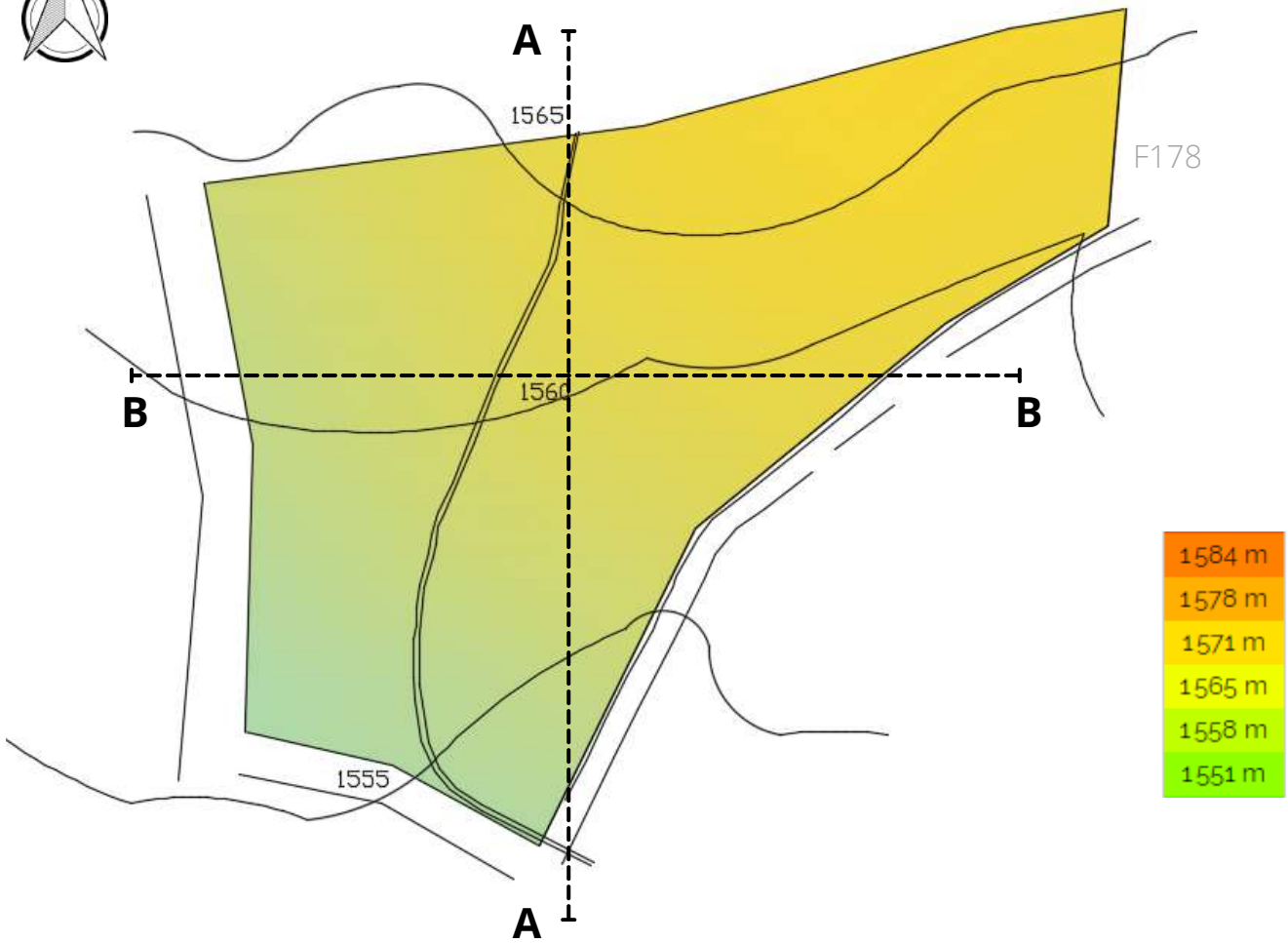
84°05'17.95"O

F178

1555

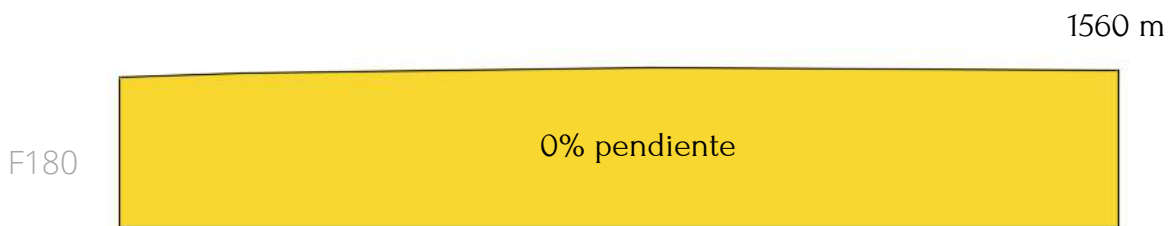
RETIROS MÍNIMOS
 Retiro frontal: 13 m
 Retiro lateral: 3 m
 Retiro posterior: 3 m
 Retiro de la quebrada: 15 m

PERFILES DEL TERRENO



PERFIL A
Norte - sur

112 m



PERFIL B
Oeste - este

110,7 m

TIPO DE SUELO

Andisoles

ORIGEN

"Suelos denominados Andisoles o Andosoles, el término andosol deriva del japonés an do que significa suelo oscuro y de la raíz latina sol que significa "suelo", haciendo alusión a su carácter de suelos negros de formaciones volcánicas. Se desarrollan a partir de cenizas y otros materiales volcánicos como, piedra pómez y lavas. Tienen altos valores en contenido de materia orgánica. Estos suelos lo podemos encontrar en las áreas de influencia de los volcanes. Suelos de las regiones subhúmedas y húmedas, poseen buena acumulación de humus.

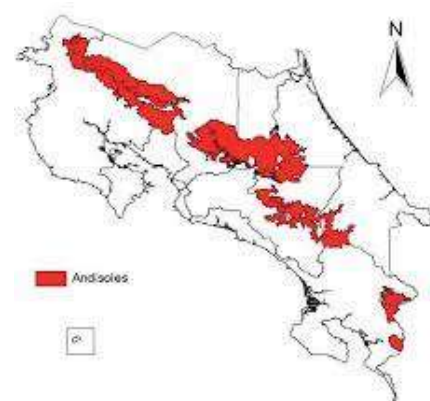
UBICACIÓN

Estos suelos los podemos encontrar en **San Rafael** de Heredia.

Este orden de suelo corresponde a aproximadamente 7633,69 km² lo que equivale a un 15,11% del territorio nacional.

PROPIEDADES FÍSICO-QUÍMICAS

- Se caracterizan por su mineralogía, en la que se encuentran minerales de poco ordenamiento cristalino (amorfos) como la imogolita y las alofanas.
- Suelos que se meteorizan rápidamente, formando mezclas amorfas de aluminio y silicato.
- Suelos de las regiones subhúmedas y húmedas. Poseen buena acumulación de humus.
- Alta productividad natural.
- Son suelos de texturas medias (franco arenosa, franco ó franco limosa)
- Son suelos de moderada a débil estructuración.
- Se caracterizan por tener un drenaje de bueno a moderadamente excesivo.
- Por lo general son suelos de color negro en la superficie y de colores café con la profundidad." (Ing. Agr. Elizondo, María José. 2015)



F181 - Adaptado de Mapa de ubicación del orden de suelo Andisol en Costa Rica por Instituto Nacional de Innovación y Transferencia en Tecnología. (2015)



F182 - Adaptado de Perfil de suelo del orden Andisol por Ing. Cubero, Diógenes (2013)

ENTORNO

En la zona donde se ubica el lote hay varios restaurantes que son visitados por turistas nacionales y extranjeros, por su riqueza natural. Al costado este se encuentra el convento de las Hermanas de la Cruz, que algunas veces suele utilizarse para convivencias de grupos pequeños y los domingos las personas pueden asistir a misa a a capilla. Al oeste se encuentra el condominio Aves del Paraíso y al norte se encuentra un restaurante con mesas al aire libre.

- LOTE
- Condominio Aves del Paraíso
- Religiosas de la Cruz
(Convento)
- Luciérnaga (Restaurante)
- Vegetación Media:
Arbustos y árboles de hasta
10 m máximo



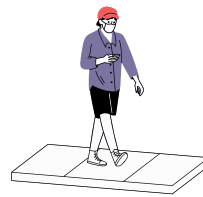
F183

ZONAS DE CONFLICTO



Hay pocos basureros

F184 - Adaptado de basurero por Canva



No hay aceras

F185 - Adaptado de acera por Canva



Parada de bus en condiciones peligrosas (costado oeste del lote)

F186 - Adaptado de parada de bus por Canva



No hay ciclovías

F187 - Adaptado de ciclovías por Deposiphotos



F188



F189



F190

MOBILIARIO URBANO



F191



F192

A pesar de que la parada de bus está techada no cuenta con un espacio para sentarse, por ello, las personas utilizan las maceteras señaladas en la imagen para sentarse a esperar el bus.



F193



Vista del Lote (lado oeste)

F194



Quebrada Bermúdez

F195



F196



Calle Principal (oeste del lote)

F197



LOTE

F198

Calle las Monjas (sur del lote)



F199 - Adaptado de temperatura por Canva

TEMPERATURA MEDIA
18,9 °C

máx: 22,6 °C - min: 15,1 °C



F200 - Adaptado de precipitaciones por Canva

PRECIPITACIONES

Meses más críticos:

Septiembre y octubre con más de 300 mm por mes.

Promedio anual: 207,9 mm
Total: 2494,7 mm



F201 - Adaptado de viento por Canva

DIRECCIÓN DEL VIENTO

Predominante: Noreste.
Secundario: Este.

Velocidad del viento promedio: 16,5 km / h.

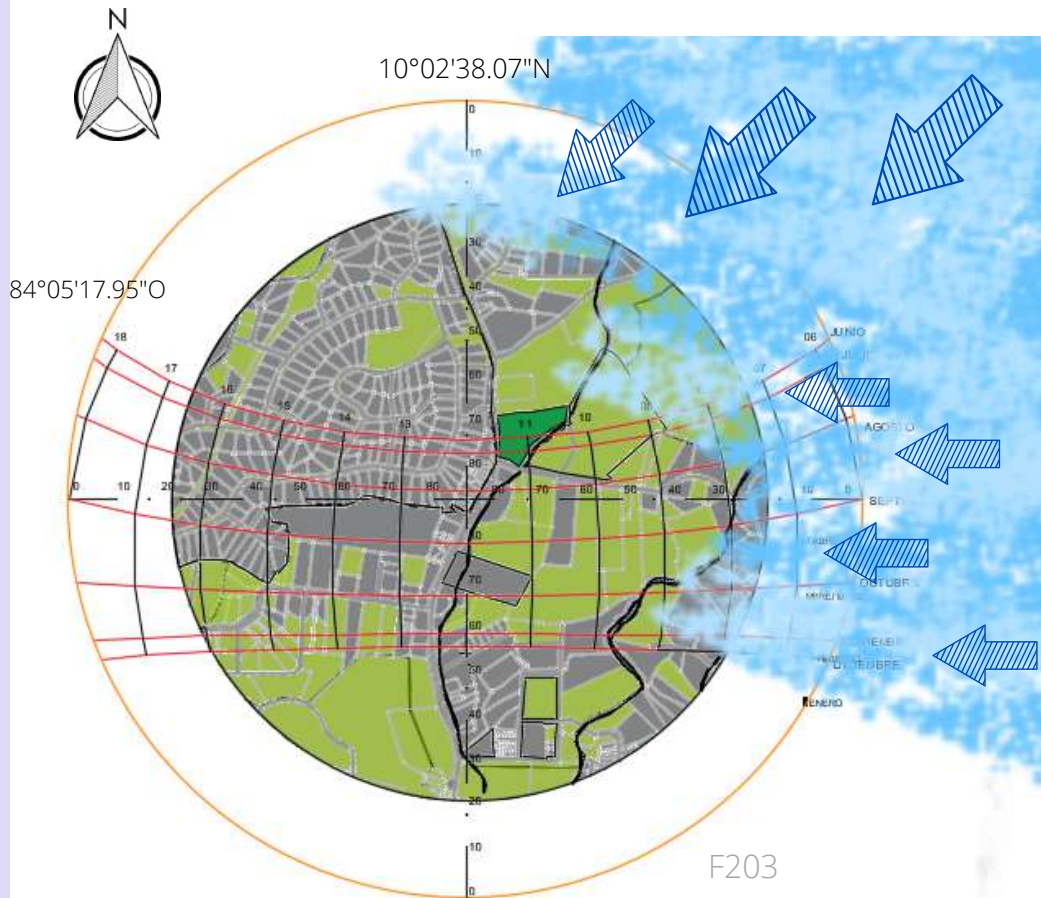


F202 - Adaptado de humedad por Canva

HUMEDAD

Relativa anual: 86,6%

(Instituto Meteorológico Nacional, 2009)



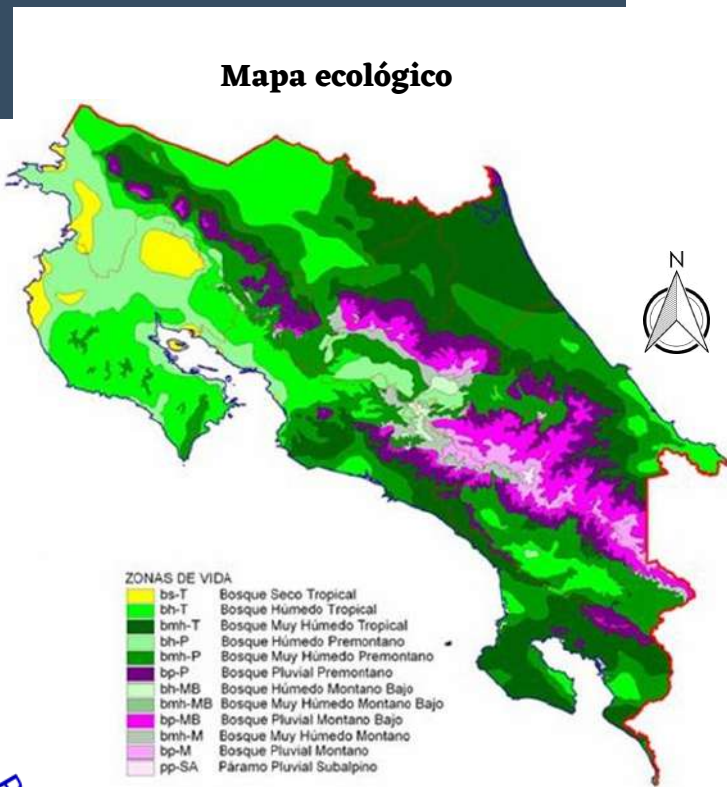
Según el Instituto Meteorológico Nacional la temperatura media es de 18.9°C, lo ideal es diseñar espacios que se adapten a los días calurosos y a los días fríos, además es importante proteger las fachadas que dan hacia el oeste para minimizar la exposición del sol durante todo el año.

Es necesario proteger las fachadas noreste con vegetación o alguna barrera para evitar el ingreso de vientos fríos y garantizar el confort dentro del edificio.

ZONAS DE VIDA

La ubicación del lote en los Ángeles de san Rafael de Heredia, se encuentra a 1563 msnm, por lo que se ubica en:

Bosque Húmedo Tropical
Bosque muy húmedo tropical

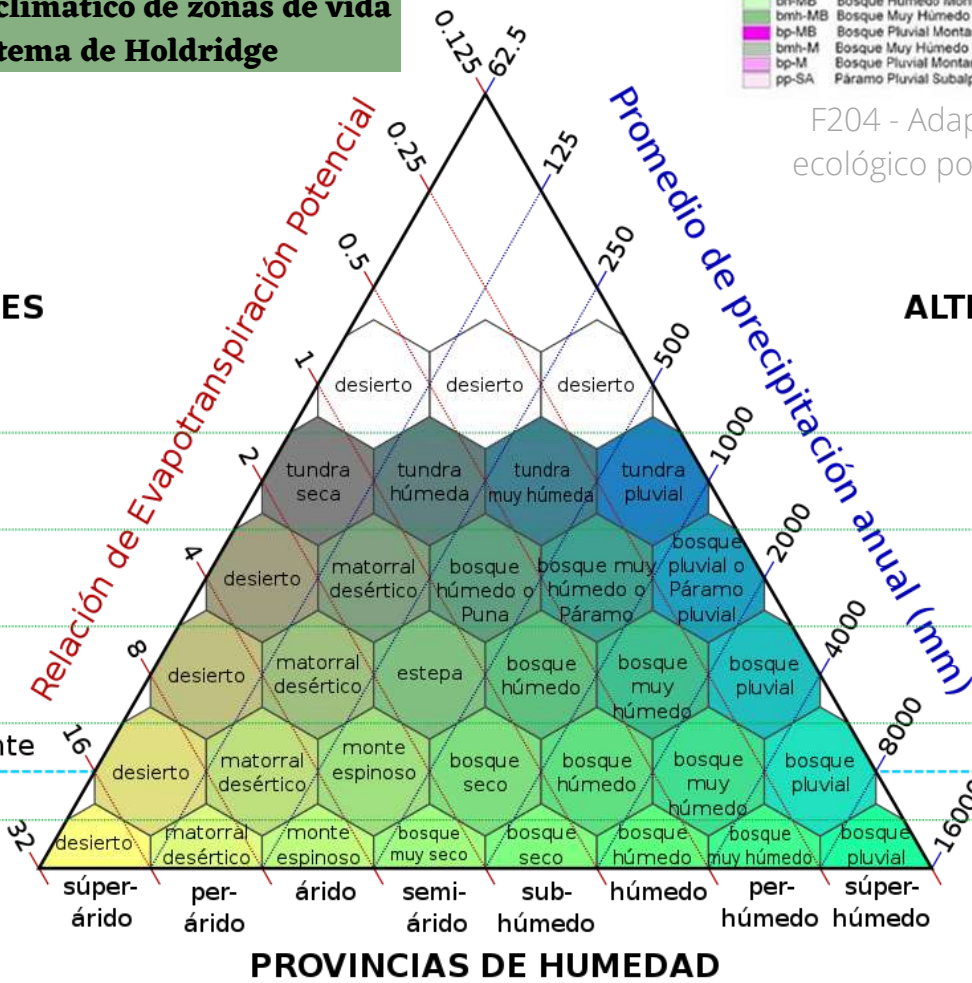


F204 - Adaptado de Mapa ecológico por research gate

Diagrama bioclimático de zonas de vida del sistema de Holdridge

REGIONES LATITUDINALES

Polar
 Subpolar
 Boreal
 Templada fría
 Templada caliente
 Subtropical
 Tropical



PISOS ALTITUDINALES

Nival
 Alpino
 Subalpino
 Montano
 Montano bajo
 Premontano

Biotemperatura media anual en grados centígrados: 1.5 °C, 3 °C, 6 °C, 12 °C, 24 °C

Línea de escarcha o Temperatura Crítica

F205 - Adaptado de Diagrama bioclimático de zonas de vida del sistema de Holdridge por wikimedia

CLASIFICACIÓN DE HOLDRIDGE	MAPA ECOLÓGICO
Bosque muy húmedo tropical	Bosque húmedo tropical
Altitud: 0 - 1000 m.s.n.m	Altitud: 0 - 1000 m.s.n.m
Temperatura media: 20 - 30 °C	Temperatura media: 25 - 26 °C
Precipitación: 4000 - 6000 mm	Precipitación: 1800 - 4000 mm
Humedad: 80 - 90%	5,5 territorio.

Bosque Húmedo Tropical

"La precipitación es de 1.800 a 4.000 mm., media anual y destaca su alta temperatura.

El periodo seco va desde 0 a 2 meses. Es un bosque siempreverde con una densidad muy alta.

Se divide en 4 a 5 estratos diferentes.

Vegetación:

Vochysia Ferruginea: Botarrama

Terminalia Amazonia: Roble coral

Carapa Guianensis: Caobilla

Cordia Allidora: Laurel"

(Ecosistemas de Costa Rica, 2011)



F206 - Adaptado de
Bosque húmedo
tropical por Canva

Bosque Muy Húmedo Tropical

"También llamado "bosque tropical denso siempreverde latifoliado basal bien drenado" presenta un ámbito de precipitación que fluctúa entre 4.000 y más de 6.000 mm de precipitación media anual. Bajo un régimen de precipitaciones tan alto, no se puede indicar que exista una estación seca bien definida, por lo contrario lo que se presenta son periodos donde las lluvias disminuyen (los llamados veranillos), por lo cual no hay meses secos porque no hay déficit de agua en el suelo para las plantas.

Es la segunda zona de vida más extensa del país.

Vegetación:

Pentaclethra Macroloba: Javilán

Hura Crepitans: Jabillo

Ceiba Pentadra"

(Ecosistemas de Costa Rica, 2011)



F207 - Adaptado de
bosque muy húmedo
tropical por Canva

Según las comparaciones de los resultados obtenidos en el mapa ecológico y la clasificación de Holdridge, se considera que la zona de los Ángeles de san Rafael de Heredia se encuentra en la zona de vida Bosque Húmedo Tropical.

Algunos árboles que se pueden encontrar en esta zona son:

DAMAS

Citharexylum donnell-smithii Greenm.

Muy común en el Valle Central de Costa Rica.

Árbol grande, de copa globosa con ramaje y ramitas verdes. Su crecimiento es lento y presenta una regeneración intermedia. (Rojas y Torres, 2016)



F209 - Adaptado de damas por Dialnet

CEDRO DULCE

Árbol grande, de copa tipo globosa y amplia. Su copa es densa y muy amplia en campo abierto. La corteza es escamosa y áspera, irregular con fisuras verticales color café grisáceo externamente y rosada o rojiza internamente. (Rojas y Torres, 2008)



F210 - Adaptado de Cedro por plantas

AGUACATILLO

En el país se considera común en el Valle Central a elevaciones entre 700 y 2000 msnm.

Desarrolla alturas de 5 a 20 metros.

(Municipalidad de Heredia, 2021)

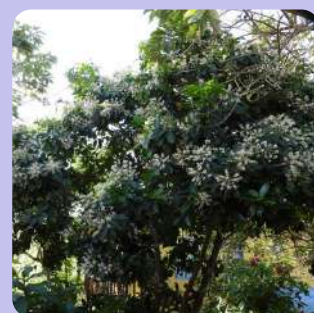


F211 - Adaptado de aguacatillo por catalogo virtual flora

TUCUICO

"Es probablemente que sea una de las 5 o 10 especies forestales ornamentales más completas de Costa Rica, sobre todo que se encuentra en la mayor parte del país, desde las costas hasta los cerros más altos, desde el nivel del mar hasta arriba de los 2500 m "

(El mundo forestal, 2020)



F212 - Adaptado de Tucuico por blogspot

Los objetivos principales de las estrategias pasivas son:

- Aprovechar los recursos naturales que nos provee la ubicación del lote.
- Reducir la demanda energética del edificio por medio de la utilización de paneles solares y la iluminación natural de los espacios durante el día.
- Lograr un ambiente cálido en cuanto a temperatura, sobre todo en los meses del invierno, ya que debido a la altura, suele ser un lugar frío y con lluvias.
- Disminuir la contaminación visual y acústica, creando un ambiente en conjunto con la naturaleza existente.
- Lograr ventilar naturalmente el espacio aprovechando los vientos primarios provenientes del noreste y los secundarios provenientes del este.

Protección de la Radiación

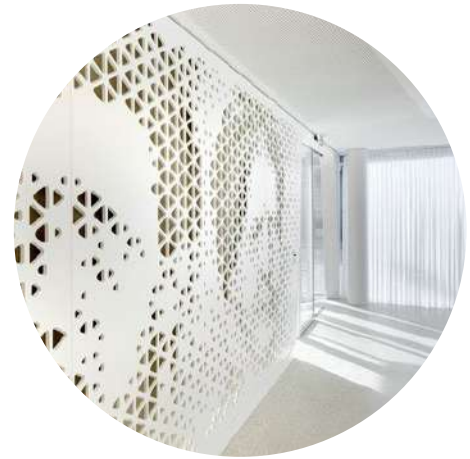
- Se utilizarán aleros para la protección de ventanas, la fachada principal del edificio tendrá pantallas perforadas para protegerla de la excesiva radiación, específicamente en horas de la tarde.
- Algunas ventanas contarán con parasoles móviles, que serán utilizados solo en las horas críticas.



F215 - Adaptado de ref de iluminación por world energy trade

Ventilación Natural

- Se utilizarán ventanas corredizas en todos los espacios para mejorar la ventilación del lugar, utilizando así los recursos naturales.
- Por medio de la creación de barreras naturales y la ubicación de la vegetación se disminuirá o ampliará la cantidad de aire deseado, según el espacio.



F214 - Adaptado de ref. de protección por google user

Iluminación Natural

- Se diseñará el espacio para que el edificio y los cuartos se iluminen naturalmente durante el día.
- Para reducir los costos de electricidad, se emplearán paneles solares para su uso energético.



F216 - Adaptado de ref ventilación por homify

MATERIALES A UTILIZAR

Los materiales más utilizados en el proyecto serán concreto, madera, acero y vidrio para lograr un espacio moderno y que se relacione con el espacio físico que lo rodea..



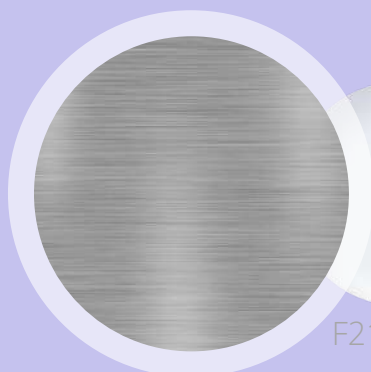
CONCRETO

F217 - Adaptado de concreto por 123 rf

MADERA



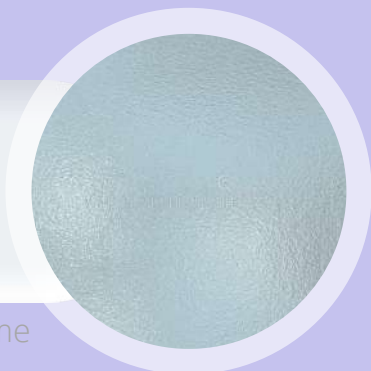
F218 - Adaptado de madera por bodegón de la cerámica



ACERO

F219 - Adaptado de acero por 123 rf

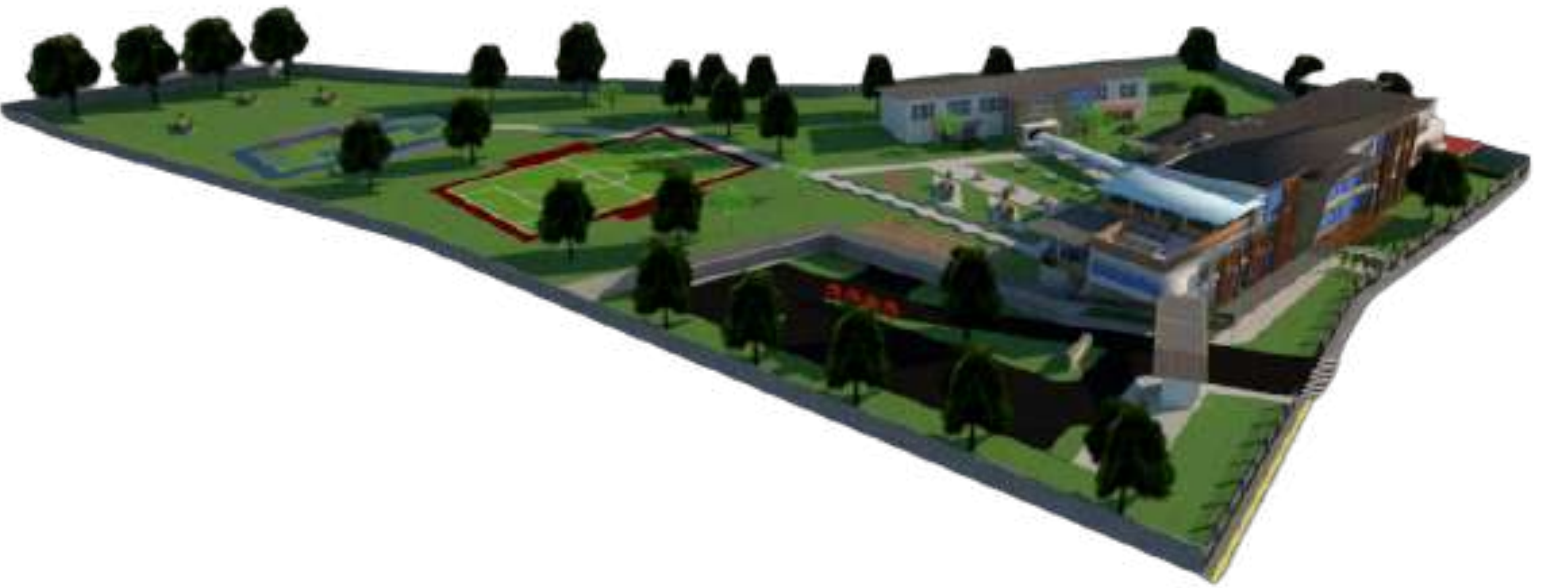
MADERA



F220 - Adaptado de vidrio por dreams time

ARQUITECTURA SOCIAL

CAPITULO IV





OBJETIVO ESPECÍFICO 3

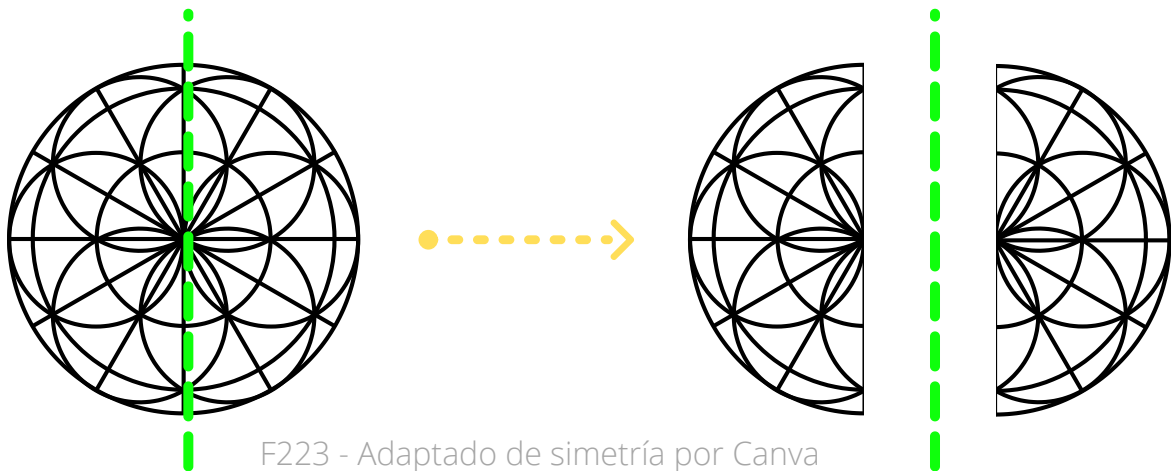
Desarrollar el anteproyecto arquitectónico del Centro de ayuda para personas con trastornos mentales que contemple las necesidades de salud, atención médica, recreación y otras necesidades de los usuarios.

CONCEPTO

Para el concepto se eligieron 2 que se consideran importantes para el proyecto:

SIMETRÍA

Este primer concepto se utilizaría en la parte arquitectónica, así como Marco Vitruvio decía que el cuerpo humano era modelo de proporción y simetría, que al aplicar tales principios, la arquitectura alcanzaba el mismo grado de armonía entre sus partes que el cuerpo humano. De tal manera, la figura del ser humano fue expuesta como modelo de proporción y simetría, por ello se consideró que todo proyecto debe tener las mismas pautas en el diseño.



2) RESILIENCIA:

"La resiliencia es el proceso de adaptarse bien a la adversidad, a un trauma, tragedia, amenaza, o fuentes de tensión significativas, como problemas familiares o de relaciones personales, problemas serios de salud o situaciones estresantes del trabajo o financieras." (Asociación Americana de Psicología, 2011)

Teniendo en cuenta el concepto de resiliencia se toma para ser parte de la función. Este proyecto esta pensado en el usuario costarricense, que necesita un espacio en que le puedan brindar la ayuda y apoyo necesario para salir adelante en su vida.



METÁFORA

Para elegir la metáfora se decidió elegir al Ser Humano, ya que el proyecto nace como una necesidad del ser humano costarricense, un lugar por y para ellos, donde puedan encontrar un lugar distinto que los llene de paz y motivación en sus vidas.

Por ello también se decidió tomar en cuenta el análisis sobre el hombre de Vitruvio.



F225 - Adaptado de ser humano por Canva

EL CANON DE LAS PROPORCIONES HUMANAS SEGÚN LEONARDO DA VINCI

Leonardo realizó la ilustración del Hombre de Vitruvio o Canon de las proporciones humanas hacia 1490. El autor no tradujo la obra, pero sí fue el mejor de sus intérpretes visuales. Por medio de un análisis, Leonardo hizo las correcciones pertinentes y aplicó medidas matemáticas exactas.

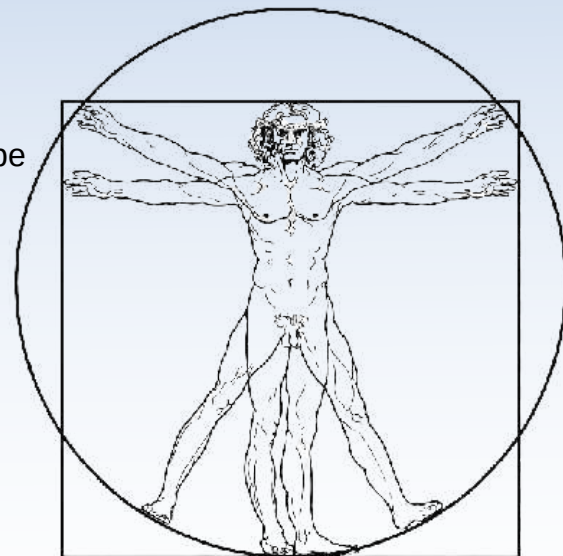


F226 - Adaptado de Da Vinci por pixabay

DESCRIPCIÓN

"En el Renacimiento, al menos entre la élite, circulaba la idea del antropocentrismo, es decir, la idea de que el hombre era el centro del universo. En la ilustración de Leonardo, el círculo que enmarca a la figura humana se traza a partir del ombligo, y dentro de él se circunscribe toda la figura que toca sus bordes con manos y pies. Así, el hombre se vuelve el centro a partir del cual se traza la proporción.

El cuadrado, en cambio, simbolizaría la estabilidad y el contacto con el orden terrestre. El cuadrado se traza, así, contemplando la proporción equidistante de los pies a la cabeza (vertical) respecto de los brazos plenamente extendidos (horizontal).

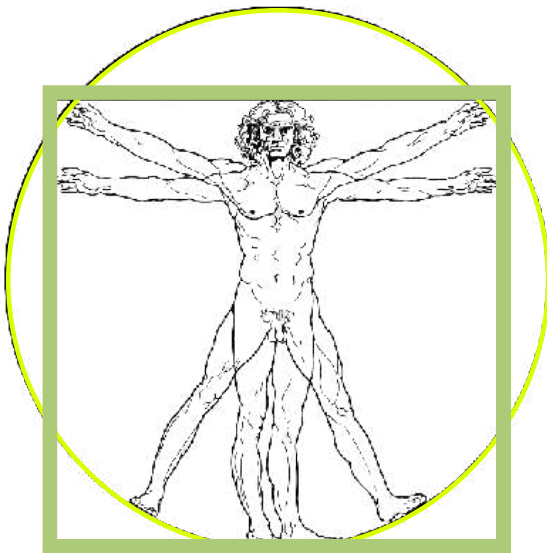


F227 - Adaptado del Hombre de Vitruvio por png wing

El estudio de las proporciones de Leonardo no solamente han servido a los artistas para descubrir los patrones de la belleza clásica. En realidad, lo que hizo Leonardo se convirtió en un tratado anatómico que revela, no solo la forma ideal del cuerpo, sino las proporciones naturales del mismo. Una vez más, Leonardo da Vinci sorprende con su genialidad fuera de serie." (Andrea Imaginario, 2021)

Todo este estudio realizado nos permite sacar como conclusión que todo el ser humano y lo que lo rodea está compuesto por una proporción y simetría, solo se debe analizar a profundidad; esto nos ayuda a tomar en cuenta muchos elementos a la hora de iniciar un proyecto como arquitectos. En este caso en particular, se permitió definir el concepto y la metáfora, que se detallaran a continuación.

Basados en el canon de proporciones humanas según Leonardo Da Vinci, se utiliza el gráfico del hombre de Vitruvio, basados en su teoría expuesta anteriormente. El Ser Humano es el centro del proyecto, por ello es importante que se tome en cuenta tanto para la forma, como la función del centro, asegurándose que se cumplan los objetivos. Se utilizó el Circulo y el cuadrado, 2 formas básicas pero el significado que le da Da Vinci permite tener una base para el desarrollo de la forma.



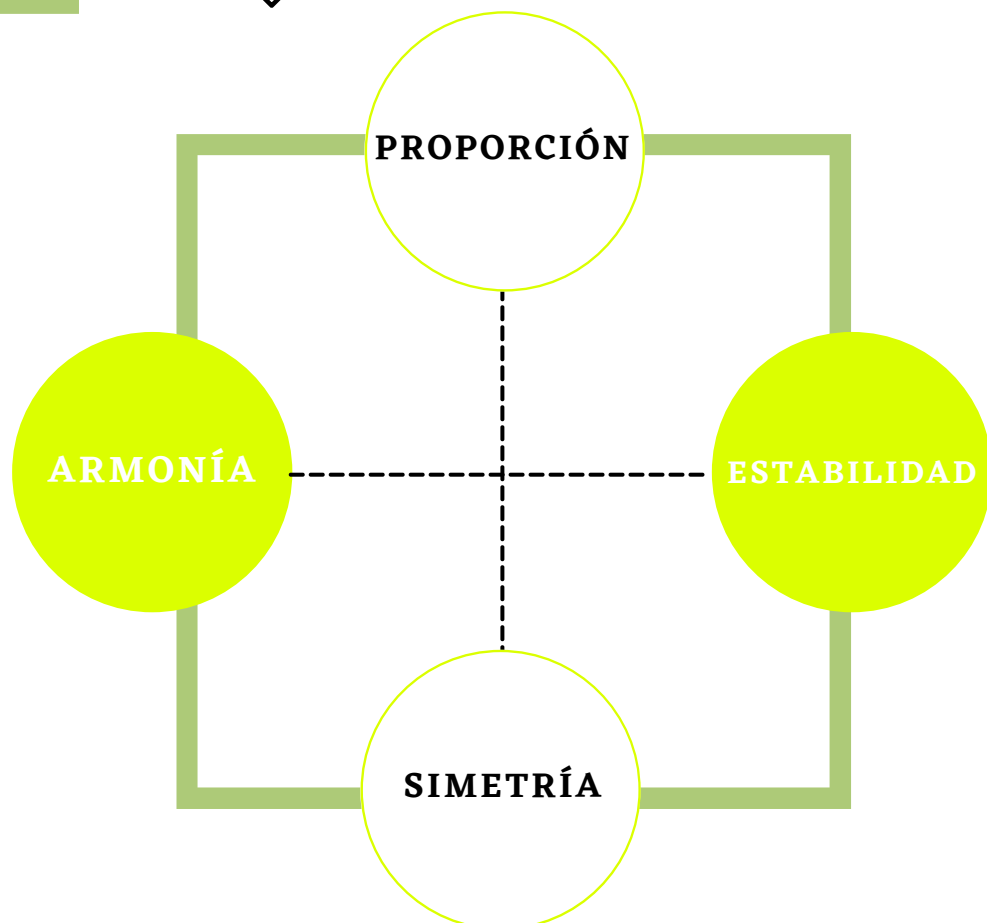
F228

En cuanto a la forma se desea generar un espacio proporcionado en sus espacios, según su función.

A la hora realizar una composición arquitectónica se usa la simetría para organizar formas y espacios; brinda orden, armonía, y claridad.

La idea de partir de un centro base es porque el usuario es el punto focal, todo debe girar en torno a él.

Se debe proporcionar estabilidad y armonía, un ambiente diseñado con colores pastel creando espacios armoniosos, que generen estabilidad y tranquilidad en el paciente para un proceso más exitoso.

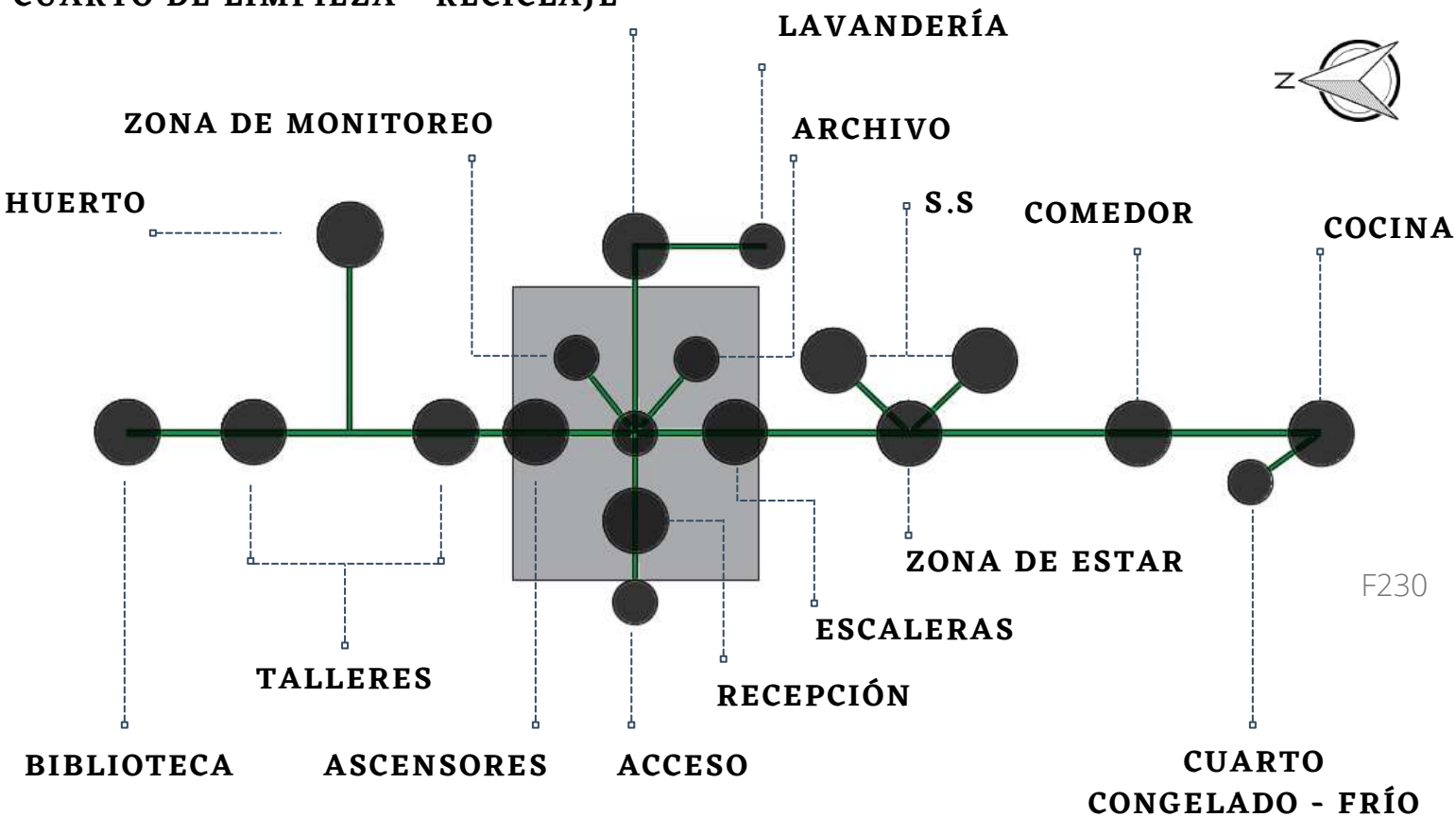


F229

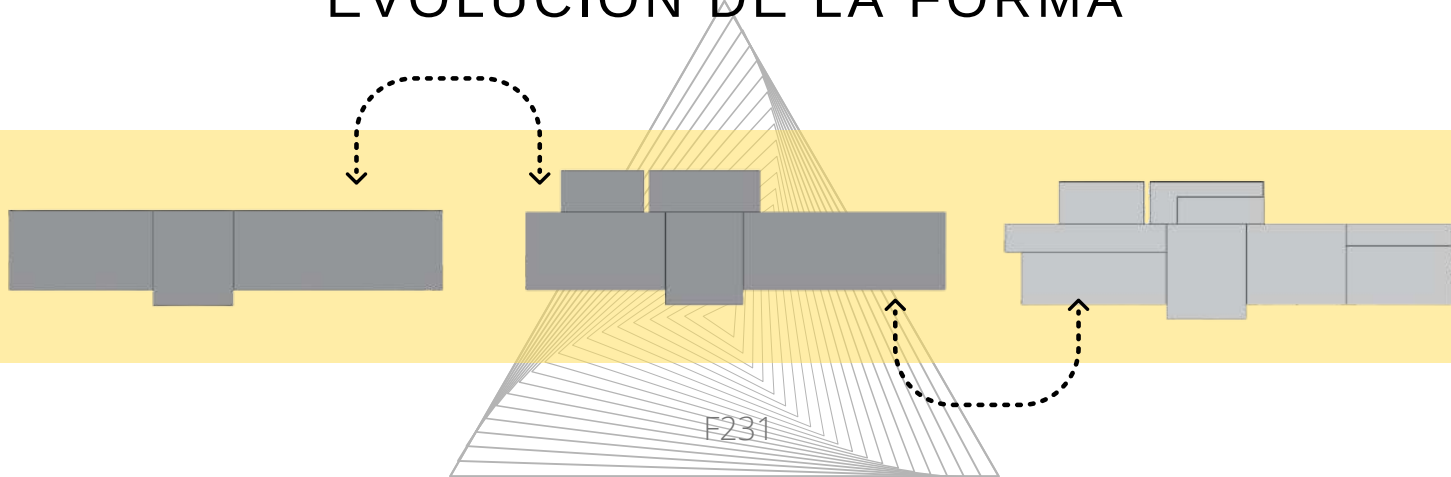
DISTRUBUCIÓN EDIFICIO PRINCIPAL

La distribución se realiza con base al eje central, se crean ejes verticales, horizontales y diagonales, generando de esta forma un edificio dividido en 3 áreas, la zona central, que sería una parte administrativa y de paso, la zona lateral derecha con una zona de espera y la zona lateral, donde se ubicaran espacios para el esparcimiento del usuario. De esta forma se utilizó la metáfora para generar un eje central de donde nace todo el proyecto, tomando el consideración al usuario.

CUARTO DE LIMPIEZA - RECICLAJE



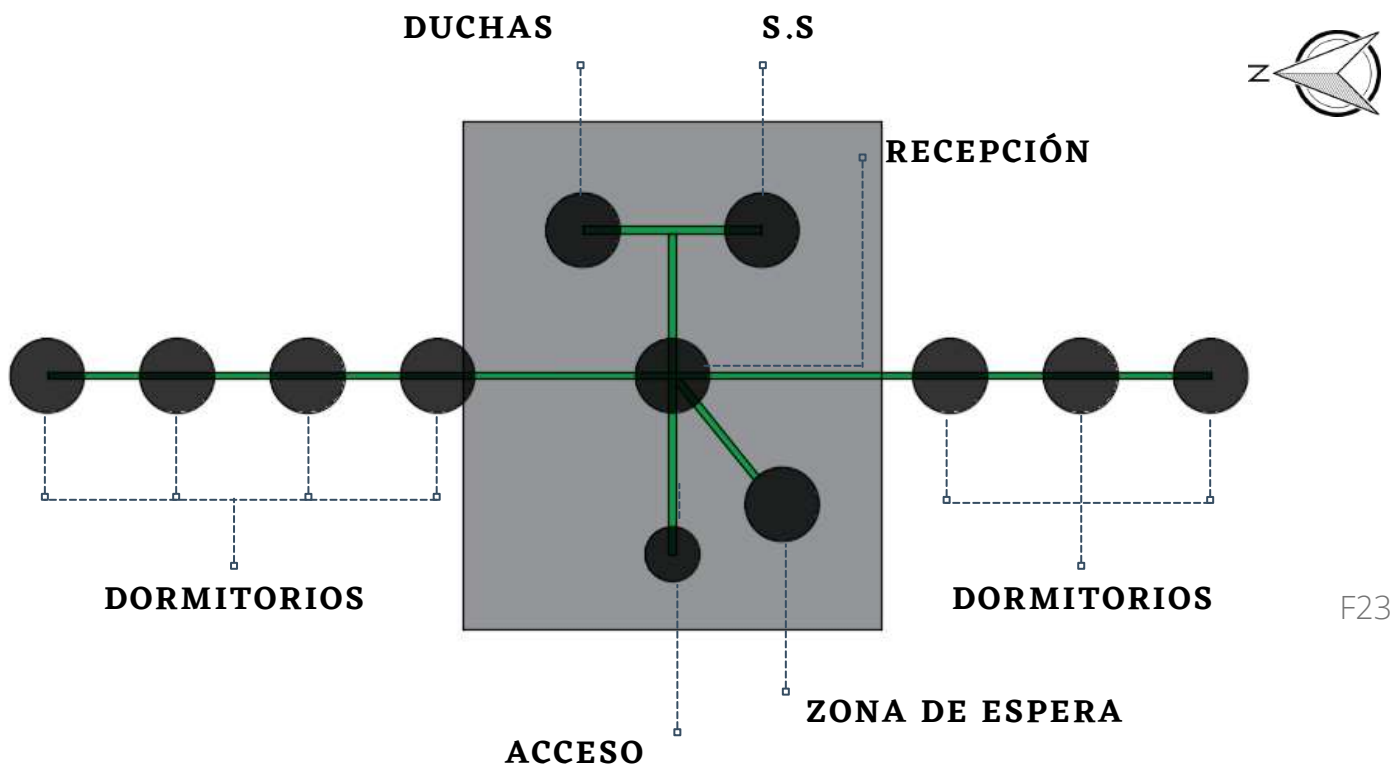
EVOLUCIÓN DE LA FORMA



DISTRUBUCIÓN DORMITORIOS

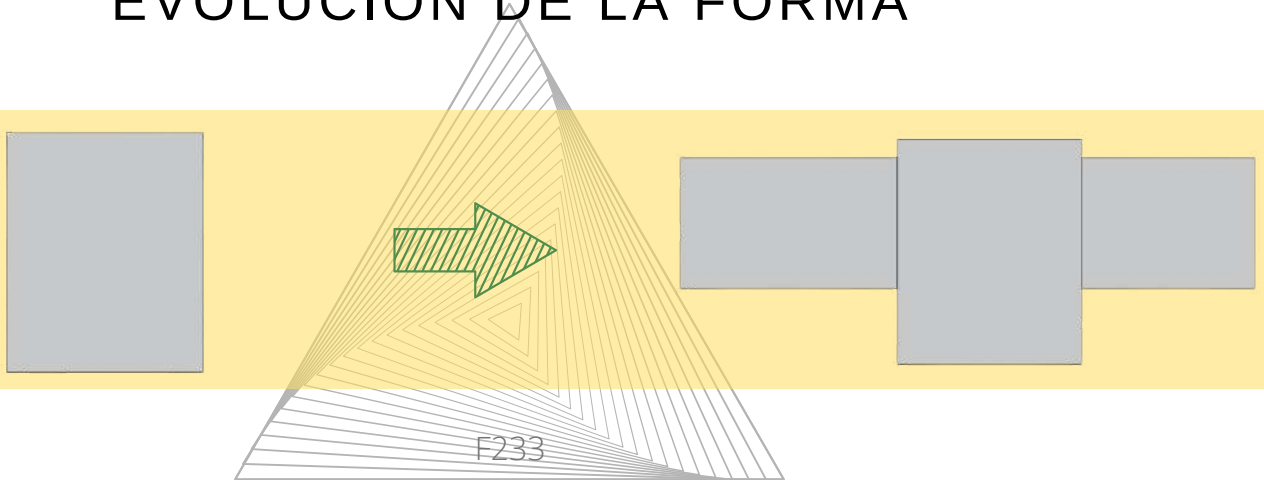
La distribución al igual que en el edificio principal se realiza con base al eje central, se crean ejes verticales, horizontales y diagonales, generando de esta forma un edificio dividido en 2 áreas, la zona central, que sería la zona de acceso, los s.s y duchas, las zonas laterales serían los dormitorios de los pacientes que requieran internamiento.

De esta forma se utilizó de igual manera la metáfora para generar un eje central de donde nace todo el proyecto, tomando el consideración al usuario.



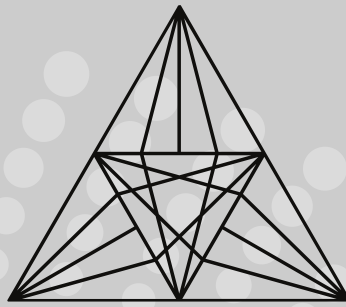
F232

EVOLUCIÓN DE LA FORMA



F233

PROPORCIÓN



ARMONÍA

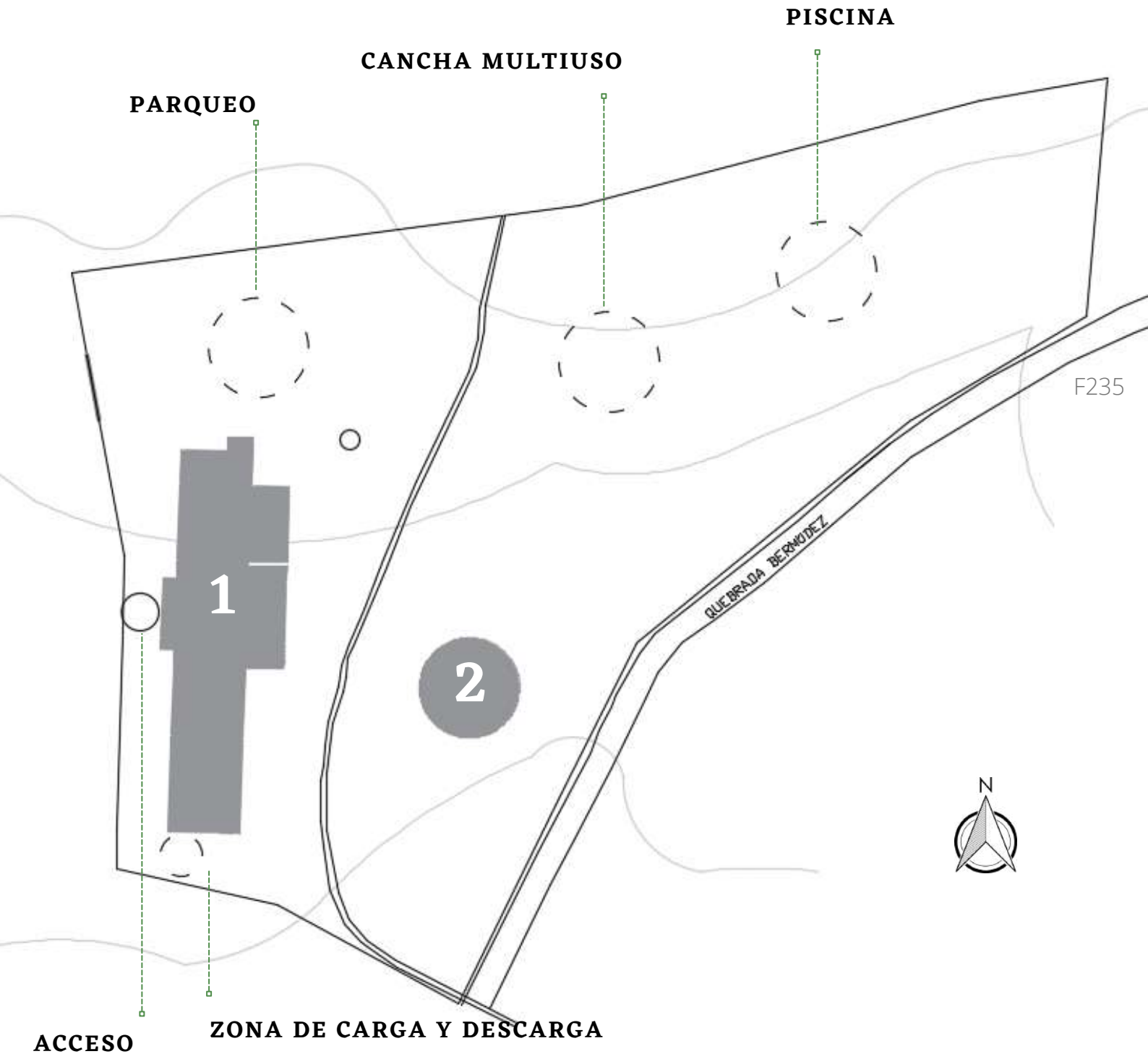


SIMETRÍA



ESTABILIDAD





Edificio 1: Planta 1
 Compuesto por:

- Sala de espera, s.s.
- Recepción, Monitoreo.
- Cocina, comedor.
- Talleres, biblioteca.
- Huerto, cuarto de limp.

Edificio 2: Planta 2
 Compuesto por:

- Sala de espera
- Consultorios, farmacia
- S.s
- Aulas, talleres.
- cuarto de estudio.

Edificio 2: Planta 3
 Compuesto por:

- Zona de estar, lockers
- Oficinas Administ.
- S.s
- Sala de reuniones.
- Comedor empleados

Edificio 2: Dormitorios
 Compuesto por:

- Sala de espera
- Recepción
- S.s
- Duchas
- Dormitorios

PALETA VEGETAL PROPUESTA



Ciprés Thuja



Hortensias



Celosía
Argentea



Angelonia



Miller
Polvoriento



Limoncillo



Naranja
Dulce



Roble



Roble
Sabana



Dama



Níspero



Cortez
amarillo



NECESIDADES
FISICO - ESPACIALES



NECESIDADES FISICO - ESPACIALES

EDIFICIO PRINCIPAL

Planta 1	Usuarios Laborando	Usuarios
Vestíbulo	-	-
Recepción	2	13
Sala de espera	-	48
Baños	-	5 - 7 c/u
Talleres	1	8 c/u
Biblioteca	1	5
Archivo		-
Zona de monitoreo	3	-
Bodega de limpieza	4	-
Lavandería		7
Huerto		15
Comedor	1	36
Cocina	8	-
Total	20	139



F238

EDIFICIO PRINCIPAL PLANTA 1

En la planta baja del edificio principal será donde los usuarios puedan pedir información, asistir a charlas y otras actividades que se realicen.

EDIFICIO PRINCIPAL

Planta 2	Usuarios Laborando	Usuarios
Vestíbulo	-	-
Baños	-	5 - 7 c/u
Sala de espera	-	56
Terapia familiar	1	8
Consultorios	1	2 c/u
Farmacia	6	4
Sala de reuniones	11	-
Talleres	1	8
Aulas	1	15
Cuarto de estudio	1	22
Total	22	139

EDIFICIO PRINCIPAL PLANTA 2

En la planta n° 2 se ubicará el área médica, donde los usuarios serán evaluados, recibirán su medicamento si lo necesitan y serán chequeados periódicamente.



F239

F240



F241 - Adaptado de personal por Dreams Time

EDIFICIO PRINCIPAL PLANTA 3

En la planta n° 3 se ubican los espacios administrativos, tanto oficinas como el comedor y una zona de descanso para los empleados en su tiempo libre.

EDIFICIO PRINCIPAL

Planta 3	Usuarios Laborando	Usuarios
Vestíbulo	-	-
Comedor	40	-
Sala de espera	-	5
Zona de estar	24	-
Oficina adm	1	
Oficina Tesorero	1	
Call center	6	-
Sala de reuniones	13	-
Lockers	-	-
Baños	5 - 7 c/u	-
Total	92	5

CASETILLA

Guarda de seguridad	Usuarios Laborando	Usuarios
Baño	1	-
Puesto de Vigilancia	1	-
Total	2	-

CASETILLA GUARDA DE SEGURIDAD

En la casetilla para el guarda de seguridad se encuentra el servicio sanitario y el espacio de trabajo.



F242 - Adaptado de Seguridad por dreams time



F243 - Adaptado de empleados por Freepick

NECESIDADES FISICO - ESPACIALES

DORMITORIOS

Planta 1	Usuarios Laborando	Usuarios
Vestíbulo	-	-
Sala de espera	-	3
Recepción	1	5
Dormitorio Ley 7600	-	2
Dormitorios mujeres	-	3 c/u
Duchas Mujeres	-	6
S.s Mujeres	-	4 - 6
Total	1	40



F244
Adaptado por Canva

DORMITORIOS

PISO 1: MUJERES

En la planta baja del edificio de dormitorios se ubicarán las mujeres en los respectivos cuartos, se clasificarán por edades y en la recepción habrá una persona encargada de mantener el control del lugar.



F245 -
Adaptado por Canva

DORMITORIOS

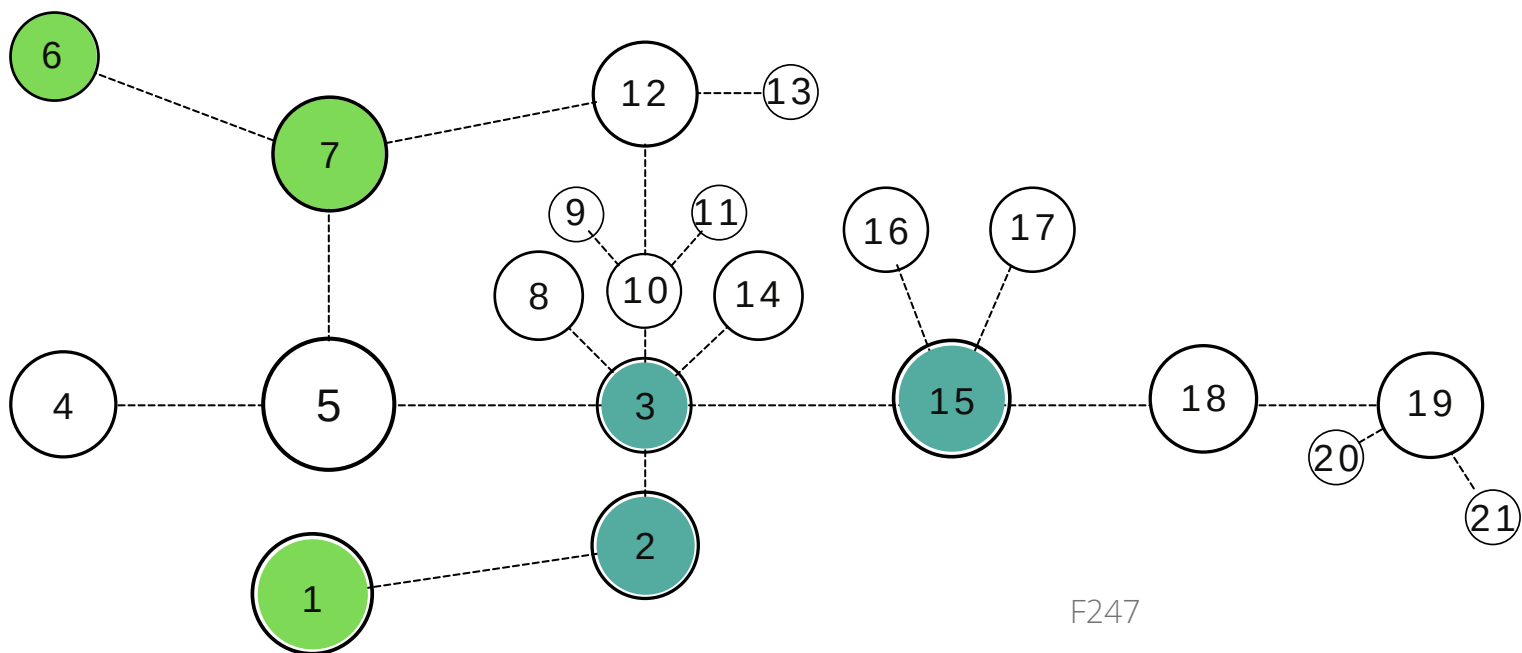
PISO 2: HOMBRES

En la planta alta del edificio de dormitorios se ubicarán los hombres en los respectivos cuartos, se clasificarán por edades y en la recepción habrá una persona encargada de mantener el control del lugar.

DORMITORIOS

Planta 2	Usuarios Laborando	Usuarios
Vestíbulo	-	-
Recepción	1	3
Dormitorio Ley 7600	-	2
Dormitorios Hombres	-	3 c/u
Duchas Hombres	-	6
S.s Hombres	-	7 - 8
Total	1	37

DIAGRAMA DE FUNCIONES EDIFICIO PRINCIPAL- PLANTA 1

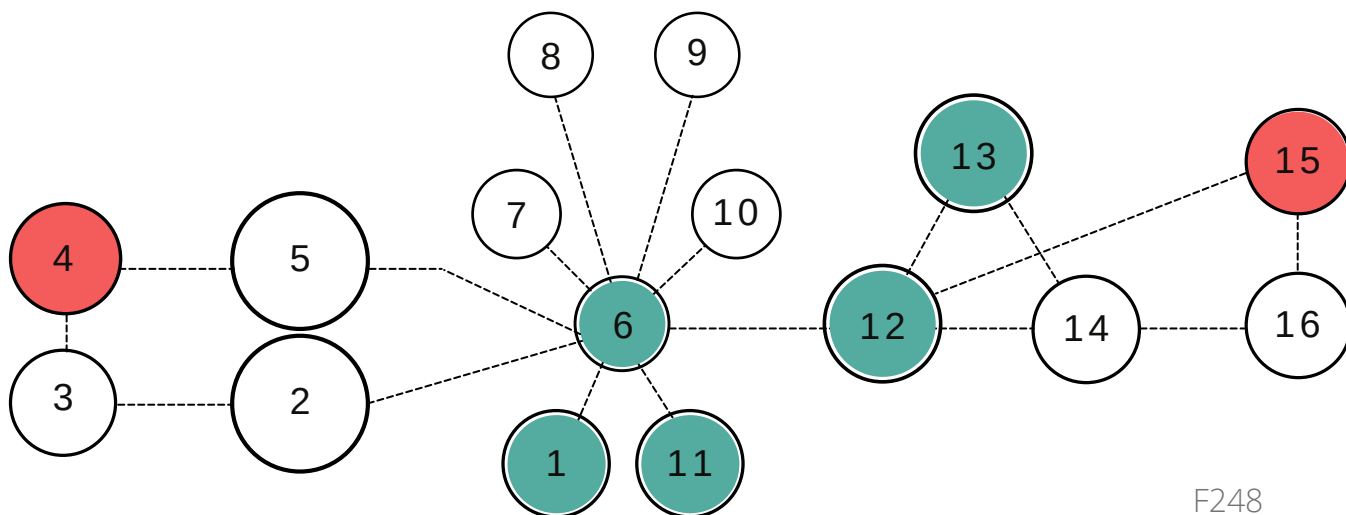


F247

ESPACIOS

- | | | | |
|---------------|------------------------|----------------------|-------------------------------|
| 1. Parqueo | 7. Invernadero | 13. Lavandería | 19. Cocina |
| 2. Acceso | 8. Ascensores | 14. Escaleras | 20. Cuarto frío- congelado |
| 3. Vestíbulo | 9. Monitoreo | 15. Zona de espera | 21. Zona de carga y descarga. |
| 4. Biblioteca | 10. Recepción | 16. S.s Mujeres | |
| 5. Talleres | 11. Archivo | 17. S.s Hombres | |
| 6. Huerto | 12. Bodega de limpieza | 18. Comedor usuarios | |

DIAGRAMA DE FUNCIONES EDIFICIO PRINCIPAL- PLANTA 2

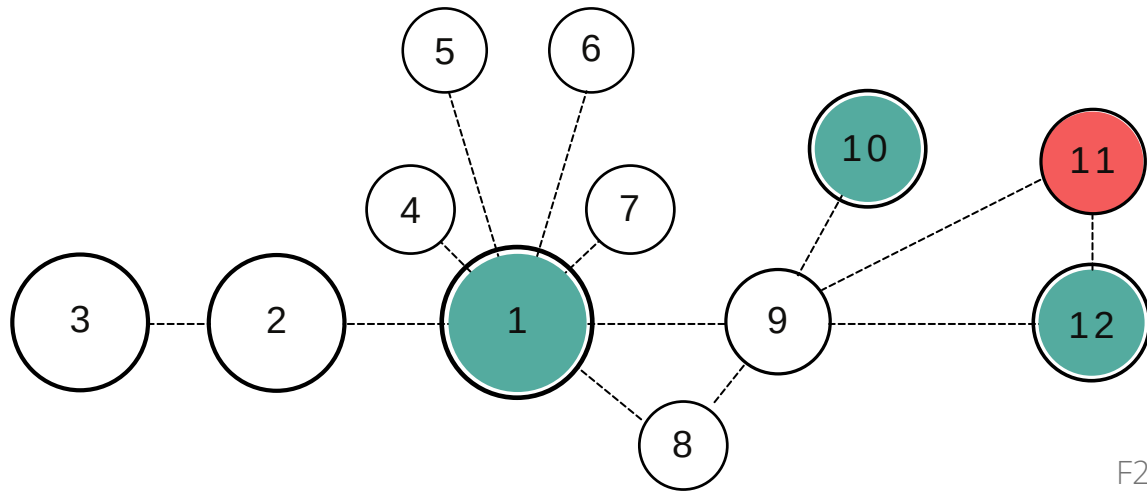


F248

ESPACIOS

- | | | | |
|-------------------------|----------------|----------------------------|--------------------------|
| 1. Consultorio | 5. Talleres | 9. S.s hombres | 13. Consultorios |
| 2. Aulas | 6. Vestíbulo | 10. Escaleras | 14. Farmacia |
| 3. Cuarto de estudio | 7. Ascensores | 11. Salón terapia Familiar | 15. Salida de emergencia |
| 4. Salida de emergencia | 8. S.s mujeres | 12. Zona de espera | 16. Sala de reuniones 2 |

DIAGRAMA DE FUNCIONES EDIFICIO PRINCIPAL- PLANTA 3

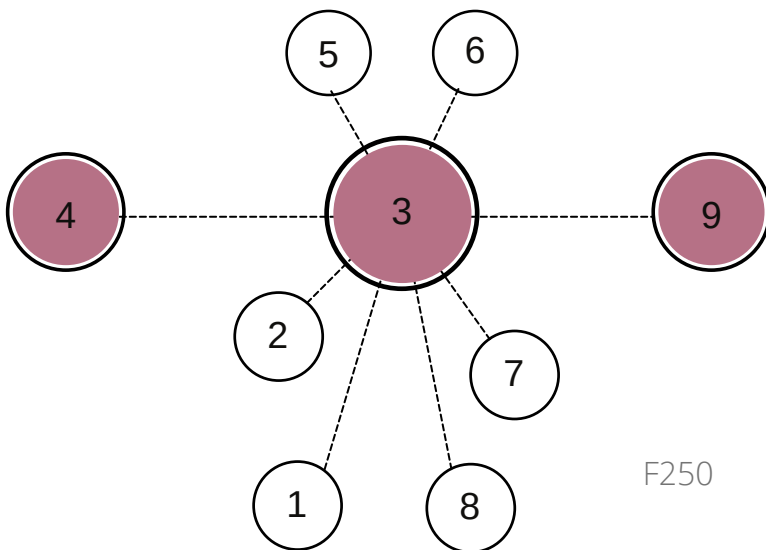


F249

ESPACIOS

- | | | |
|----------------------------|----------------|------------------------------|
| 1. Vestíbulo | 5. S.s mujeres | 9. Call center |
| 2. Comedor empleados | 6. S.s hombres | 10. Oficinas administrativas |
| 3. Zona de estar empleados | 7. Escaleras | 11. Salida de emergencia |
| 4. Ascensores | 8. Lockers | 12. Sala de reuniones 1 |

DIAGRAMA DE FUNCIONES EDIFICIO PRINCIPAL DORMITORIOS



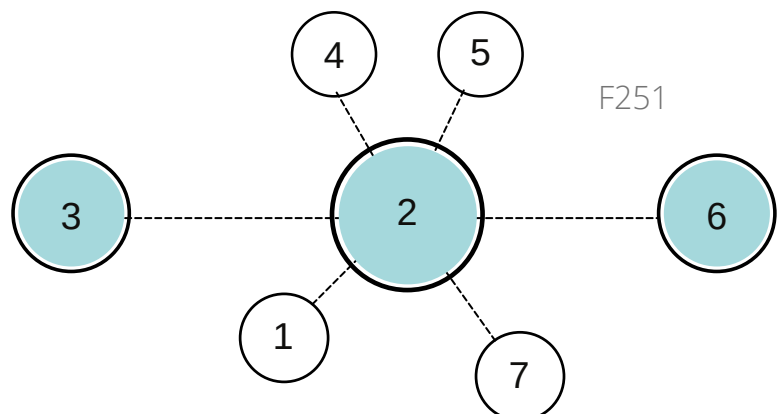
F250

PLANTA BAJA - ESPACIOS

1. Acceso
2. Recepción
3. Vestíbulo
4. - 9. Dormitorios mujeres
5. Duchas mujeres
6. S.s Mujeres
7. Núcleo Vertical
8. Zona de espera

PLANTA BAJA - ESPACIOS

1. Recepción
2. Vestíbulo
3. - 6. Dormitorios hombres
4. Duchas hombres
5. S.s Hombres
7. Núcleo Vertical



F251

PLANTA 1

ZONA	Componentes	Equipamiento	Usuarios	Área
Vestíbulo	Área de circulación	Plantas, cuadros	Usuarios, empleados, visitas.	64,3 m ²
Recepción	Área de atención de usuarios	Mesa, sillas, computadoras, plantas, teléfono	Usuarios nuevos, visitantes, usuarios frecuentes.	25 m ²
Sala de espera	Área de espera para los usuarios que requieran algún servicio	Sillones, plantas, mesa de café	Usuarios nuevos, visitantes, usuarios frecuentes.	96 m ²
Biblioteca	Área para que los usuarios busquen información, lean un libro	Mesas, sillas, plantas, computadoras, estantes, libros	Usuarios en general	35,1 m ²
Talleres	Área para charlas, clases, talleres de manualidades	Mesas, sillas, plantas, estantes	Usuarios visitantes, habitacionales.	25 m ² c/u
Zona de Monitoreo	Área para la vigilancia del edificio por medio de cámaras	Mesas, sillas, computadoras	Guardas de seguridad	12,5 m ²
Archivo	Área para guardar los expedientes de los pacientes	Estantes	Personal administrativo	17,8 m ²
Servicios Sanitarios	Área personal de limpieza	Servicio sanitario, lavamanos, dispensadores, espejos	Usuarios visitantes, habitacionales	23,3 m ² c/u
Comedor	Área de alimentación	Mesas, sillas, plantas,	Usuarios visitantes, habitacionales	58 m ²
Cocina	Área de preparación de alimentos	Fregadero electrodomésticos, mesas, utensilios.	Personal administrativo	58,5 m ²
Cuarto de limpieza	Área de separación de desechos	Basureros, señalización	Personal administrativo	28,3 m ²
Lavandería	Área de limpieza de prendas	Lavadoras, secadoras, plancha, pila	Usuario habitacional	14 m ²
TOTAL				506,1 m²

PLANTA 2

ZONA	Componentes	Equipamiento	Usuarios	Área
Vestíbulo	Área de circulación	Plantas, cuadros	Usuarios, empleados, visitas.	81,4 m2
Cuarto de estudio	Área de estudio	Mesas, sillas, computadoras, estantes	Usuarios habitacionales	59 m2
Zona de Terapia Familiar	Área para terapia familiar.	Sillones, plantas, mesa, alfombra, sillas	Usuarios en general	28,3 m2
Consultorio	Área para atender pacientes, chequeo general	Mesa, silla, camilla, sillón, computadora, plantas	Usuarios nuevos, habitacionales	20 m2
Pediatra Geriatra Medicina Gen	Área para atender pacientes, según especialidad	Mesa, sillas, computadora, camilla, plantas	Usuarios nuevos, habitacionales	12,5 m2 c/u
Psiquiatra Psicólogo Nutricionista	Área para atender pacientes, según especialidad	Mesa, sillas, computadora, sillón, plantas	Usuarios nuevos, habitacionales	8,8 m2 c/u
Servicios Sanitarios	Área personal de limpieza	Servicio sanitario, lavamanos, dispensadores, espejos	Usuarios visitantes, habitacionales	23,6 m2 c/u
Farmacia	Área de entrega de medicamentos	Mesas, sillas, computadoras	Personal administrativo	36 m2
Sala de reuniones 2	Área de reunión	Mesa, sillas, proyector, computadora	Personal médico	25 m2
Talleres	Área para charlas, cursos de manualidades	Mesa, sillas, estantes	Usuarios en general	24 m2 c/u
Aulas	Área de enseñanza	mesas, sillas, computadora, proyector	Usuario habitacional	24 m2 c/u
Zona de espera	Zona de espera para consultorios	Sillas, plantas	Usuarios en general	140 m2
TOTAL				596,2 m2

PLANTA 3

ZONA	Componentes	Equipamiento	Usuarios	Área
Vestíbulo	Área de circulación	Plantas, cuadros	Usuarios, empleados, visitas.	133,5 m ²
Zona de espera	Área de espera para los usuarios que requieran algún servicio	Sillones, plantas, mesa de café	Usuarios en general	39 m ²
Oficina administrativa	Área de administración	Silla, escritorio, estantes, plantas, S.s	Personal administrativo	22 m ²
Oficina tesorero	Área de tesorería	Silla, escritorio, estantes, plantas, S.s	Personal administrativo	19 m ²
Call center	Área para atención virtual de usuarios	Mesas, sillas, plantas, computadoras, telefonos	Personal administrativo	23 m ²
Sala de reuniones 1	Área de reunión	Mesas, sillas, computadora, proyector, mesa de café	Personal administrativo	47 m ²
Lockers	Área para guardar pertenencias	Lockers	Personal administrativo	23,5 m ²
Servicios Sanitarios	Área personal de limpieza	Servicio sanitario, lavamanos, dispensadores, espejos	Personal administrativo	23,3 m ² c/u
Comedor	Área de alimentación	Mesas, sillas, electrodomésticos	Usuarios visitantes, habitacionales	78,4 m ²
Zona de estar	Área de descanso	Sillas, mesas, sillones, televisor	Personal administrativo	80,4 m ²
TOTAL				512,4 m²

PLANTA BAJA

ZONA	Componentes	Equipamiento	Usuarios	Área
Vestíbulo	Área de circulación	Plantas, cuadros	Usuarios visitantes, habitacionales	31 m ²
Núcleo Vertical	Área de circulación vertical	Escaleras, pasamanos, ascensores	Usuarios habitacionales	18 m ²
Recepción	Área de información, visita de pacientes	Escritorio, computadora, teléfono, silla	Usuarios habitacionales y visitantes	9,1 m ²
Zona de espera	Área de espera	Sillones, plantas	Usuarios habitacionales y visitantes	13 m ²
Duchas	Área personal de limpieza	Duchas, jabón, toallas	Usuarios habitacionales mujeres	19,4 m ²
Servicios Sanitarios	Área personal de limpieza	Servicio sanit, lavamanos, dispensadores, espejos	Usuarios habitacionales mujeres	27,3 m ²
Dormitorio Ley 7600	Área para descansar	Camas, pasamanos, espacio de almacenaje, t.v	Usuarios habitacionales mujeres	19,6 m ²
Dormitorios	Área para descansar	Camas, espacio de almacenaje, televisor	Usuarios habitacionales mujeres	19,6 m ² c/u
Pasillos	Área de Circulación	Plantas	Personal habitacional	74,3 m ²
TOTAL				329,3 m²

PLANTA ALTA

ZONA	Componentes	Equipamiento	Usuarios	Área
Vestíbulo	Área de circulación	Plantas, cuadros	Usuarios visitantes, habitacionales	44m ²
Núcleo Vertical	Área de circulación vertical	Escaleras, pasamanos, ascensores	Usuarios habitacionales	18 m ²
Recepción	Área de información, visita de pacientes	Escritorio, computadora, teléfono, silla	Usuarios habitacionales y visitantes	9,1 m ²
Duchas	Área personal de limpieza	Duchas, jabón, toallas	Usuarios habitacionales mujeres	19,4 m ²
Servicios Sanitarios	Área personal de limpieza	Servicio sanit, lavamanos, dispensadores, espejos	Usuarios habitacionales mujeres	27,3 m ²
Dormitorio Ley 7600	Área para descansar	Camas, pasamanos, espacio de almacenaje, t.v	Usuarios habitacionales mujeres	19,6 m ²
Dormitorios	Área para descansar	Camas, espacio de almacenaje, televisor	Usuarios habitacionales mujeres	19,6 m ² c/u
Pasillos	Área de Circulación	Plantas	Personal habitacional	74,3 m ²
TOTAL				329,3 m²

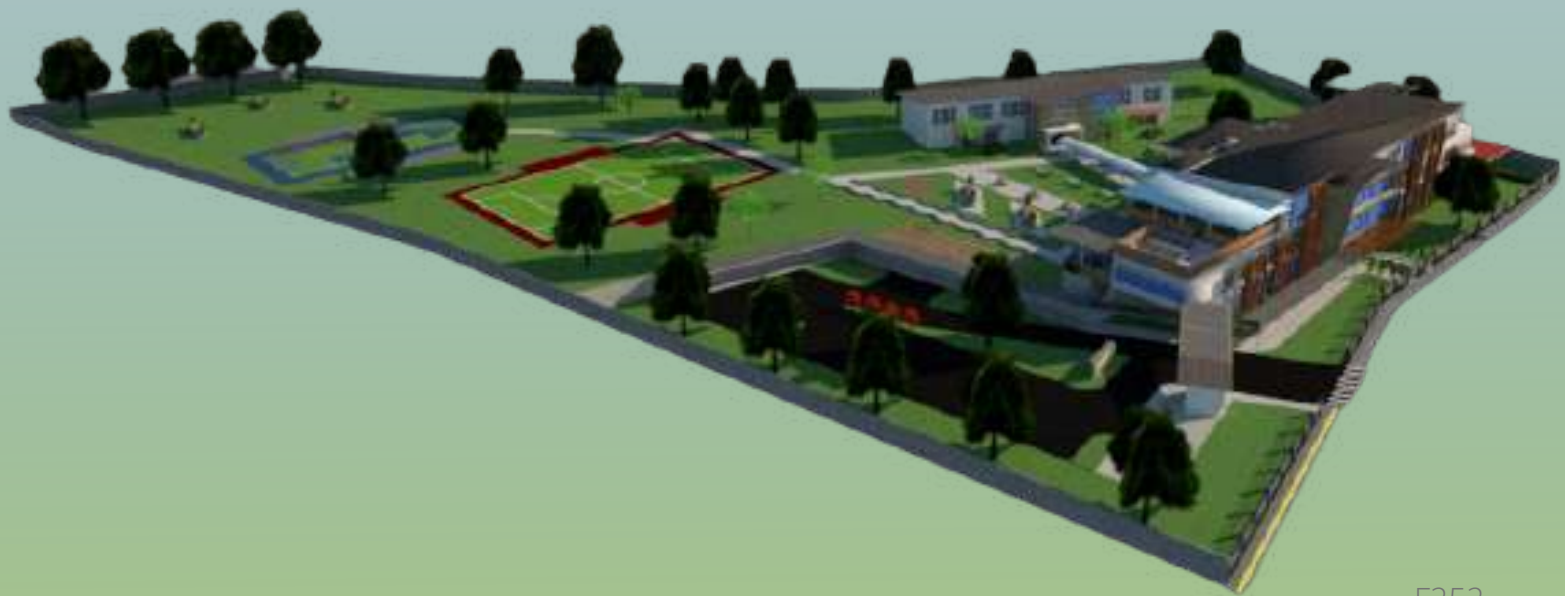
CASETILLA DE SEGURIDAD

ZONA	Componentes	Equipamiento	Usuarios	Área
Zona de trabajo	Área de trabajo	silla, mesa, computadora	Guarda de seguridad	3,7 m ²
Servicio Sanitario	Área de limpieza personal	Servicio sanitario	Guarda de seguridad	1,3 m ²
Zona de almuerzo	Área de comida	Mesa, silla, microondas, refrigerador	Guarda de seguridad	1,3 m ²
TOTAL				6,3 m²

EXTERIORES

ZONA	Componentes	Equipamiento	Usuarios	Área
Parqueo	Área de estacionamiento	Señalización, plantas	Usuarios en general	895 m ²
Aceras	Área de circulación	Aceras	Usuarios en general	711 m ²
Invernadero	Área de cultivo cubierta	Macetas, tierra, plantas, abono	Usuarios habitacionales y visitantes	72 m ²
Huerto	Área de cultivo	Plantas, vegetales	Usuarios habitacionales y visitantes	89,6 m ²
Cancha multiuso	Área de recreación	Bancas, bolas, marcos	Usuarios habitacionales y visitantes	787 m ²
Piscina	Área de recreación	Elementos para terapias	Usuarios habitacionales	501,5 m ²
TOTAL				3056 m²

CENTRO DE AYUDA PARA PERSONAS CON TRASTORNOS MENTALES



PLANTA DE SITIO

1

EDIFICIO PRINCIPAL

2

EDIFICIO DORMITORIOS

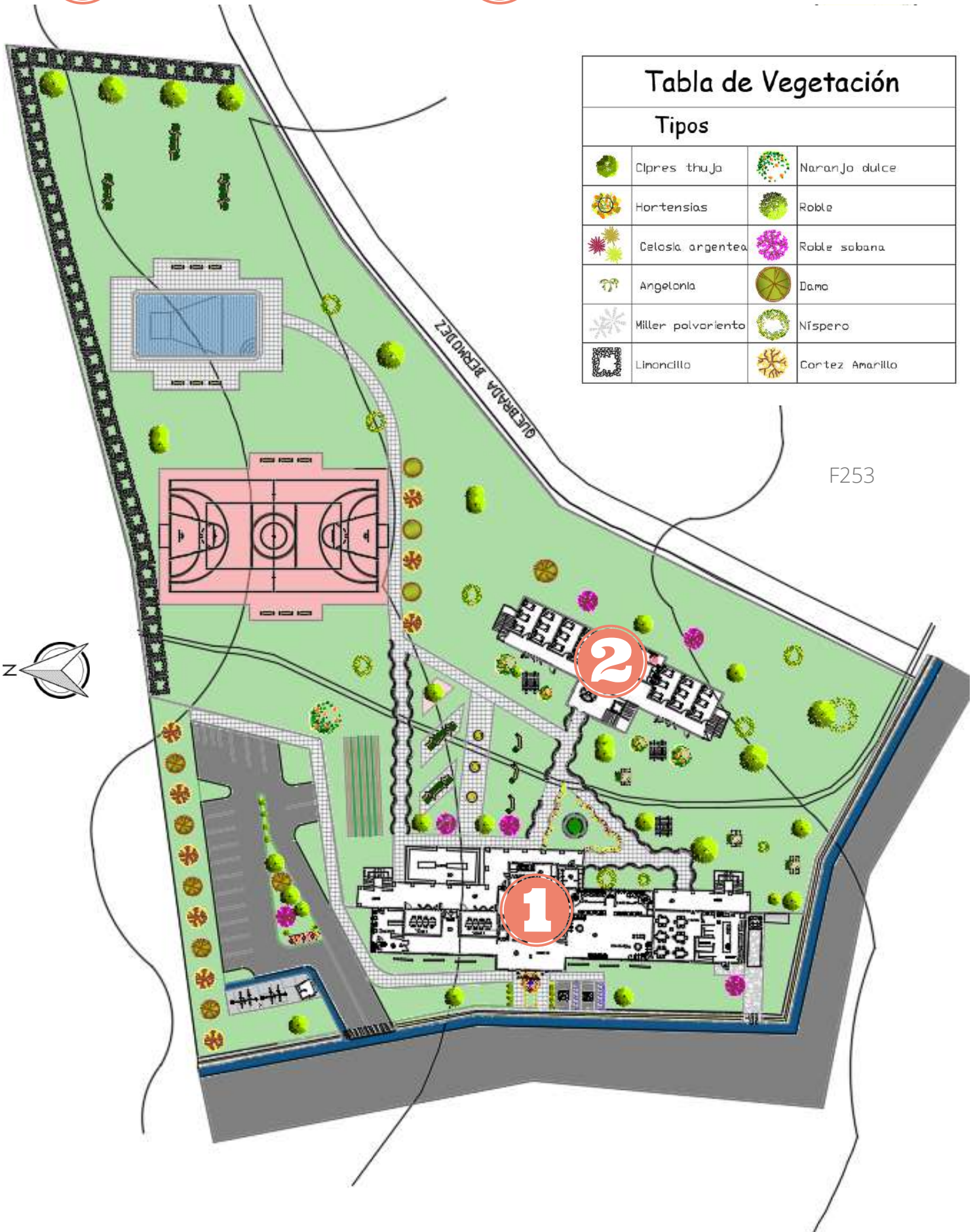
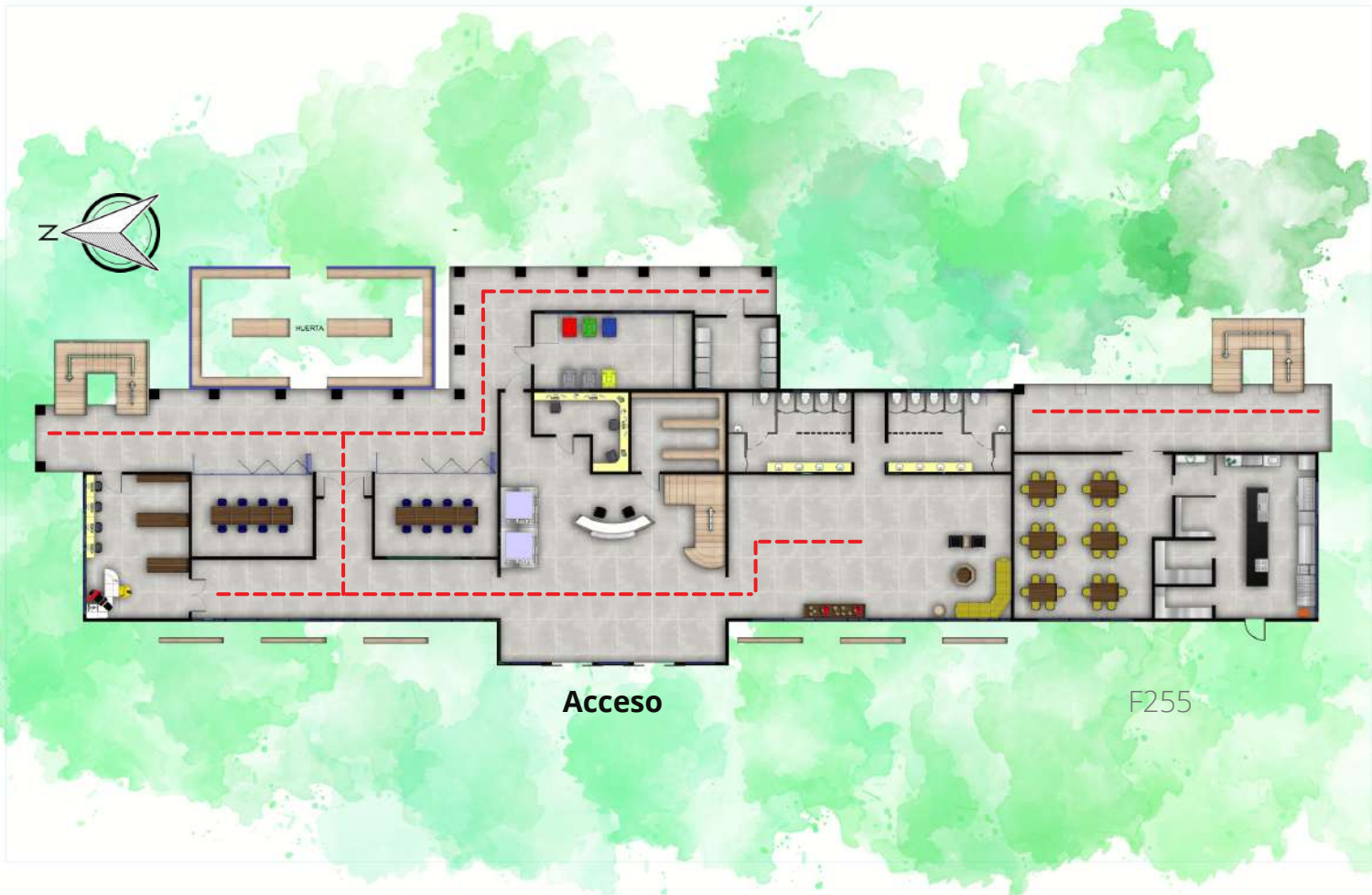
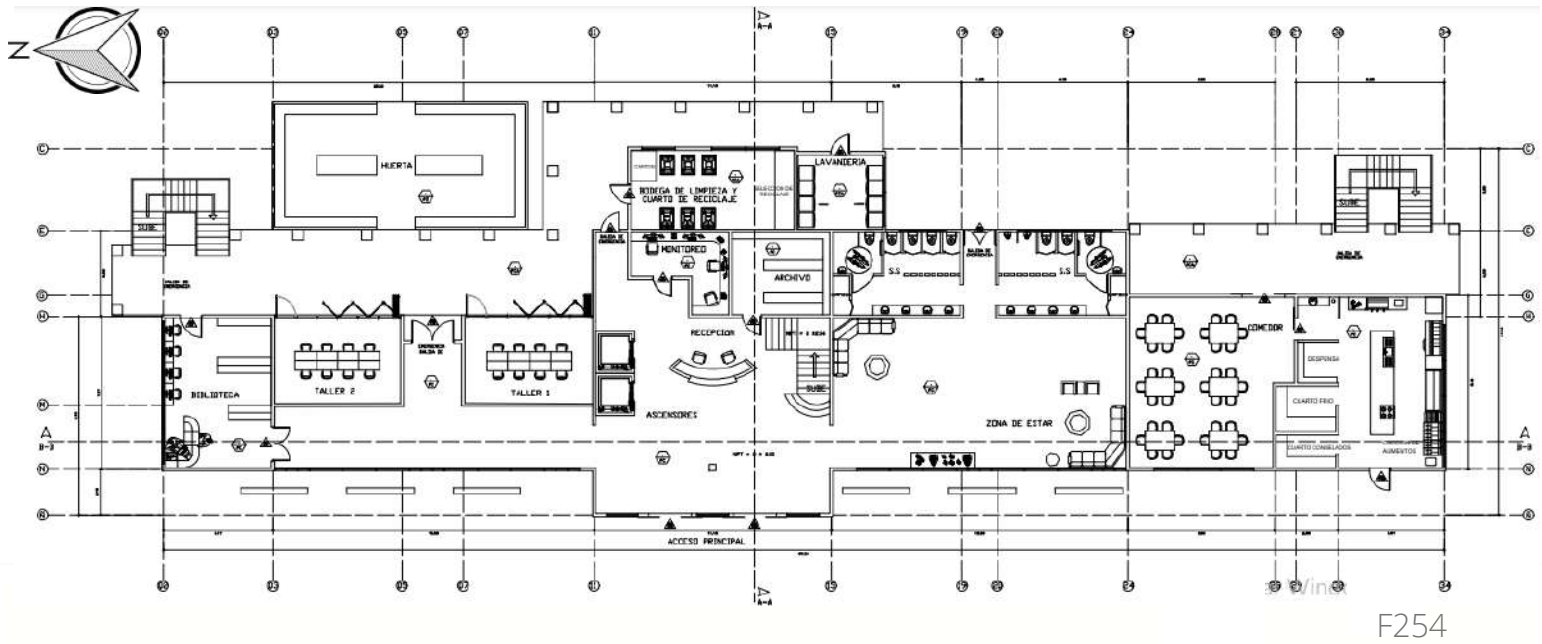


Tabla de Vegetación

Tipos

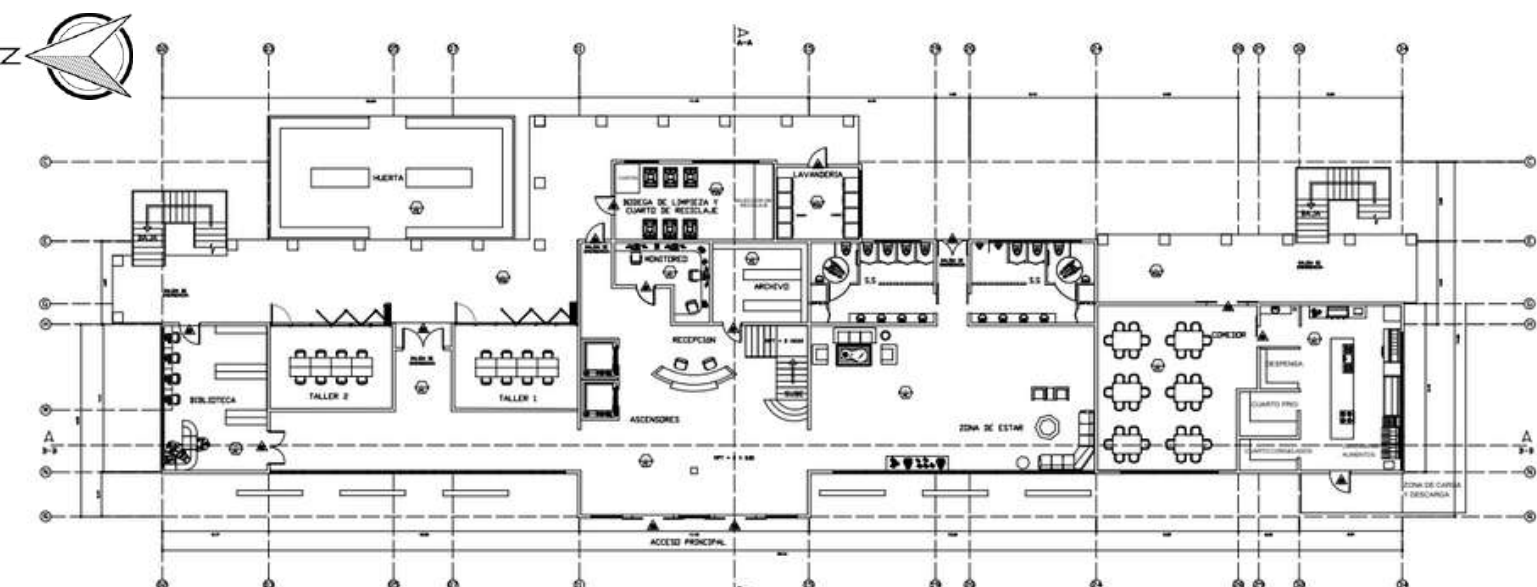
	Cipres thuja		Naranja dulce
	Hortensias		Roble
	Celosia argentea		Roble sobana
	Angelonia		Dama
	Millar polvariento		Nispero
	Limoncillo		Cortez Amarillo

EDIFICIO PRINCIPAL PLANTA ARQUITECTÓNICA NIVEL 1

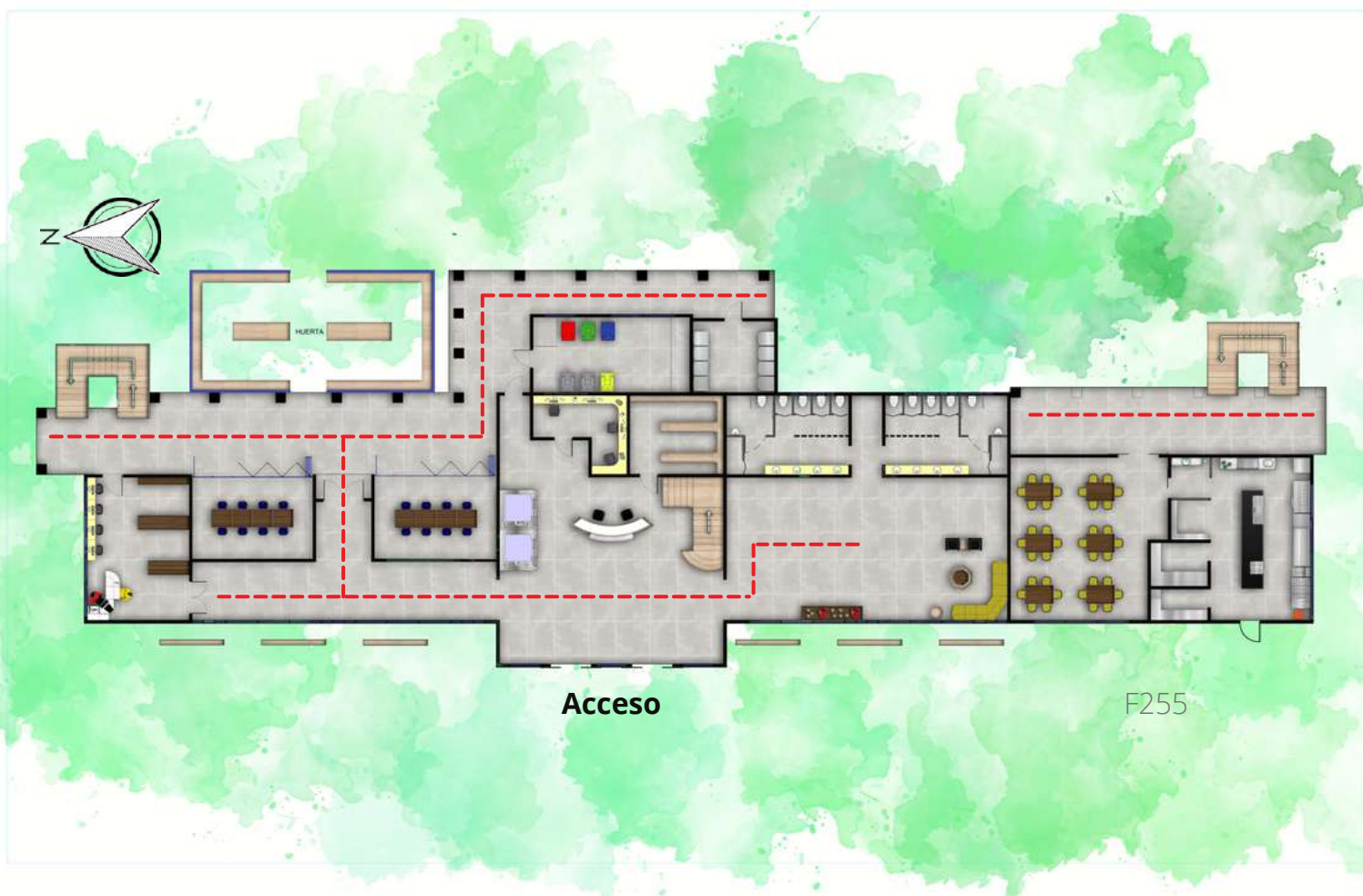


CIRCULACIÓN DE USUARIOS

EDIFICIO PRINCIPAL PLANTA ARQUITECTÓNICA NIVEL 1



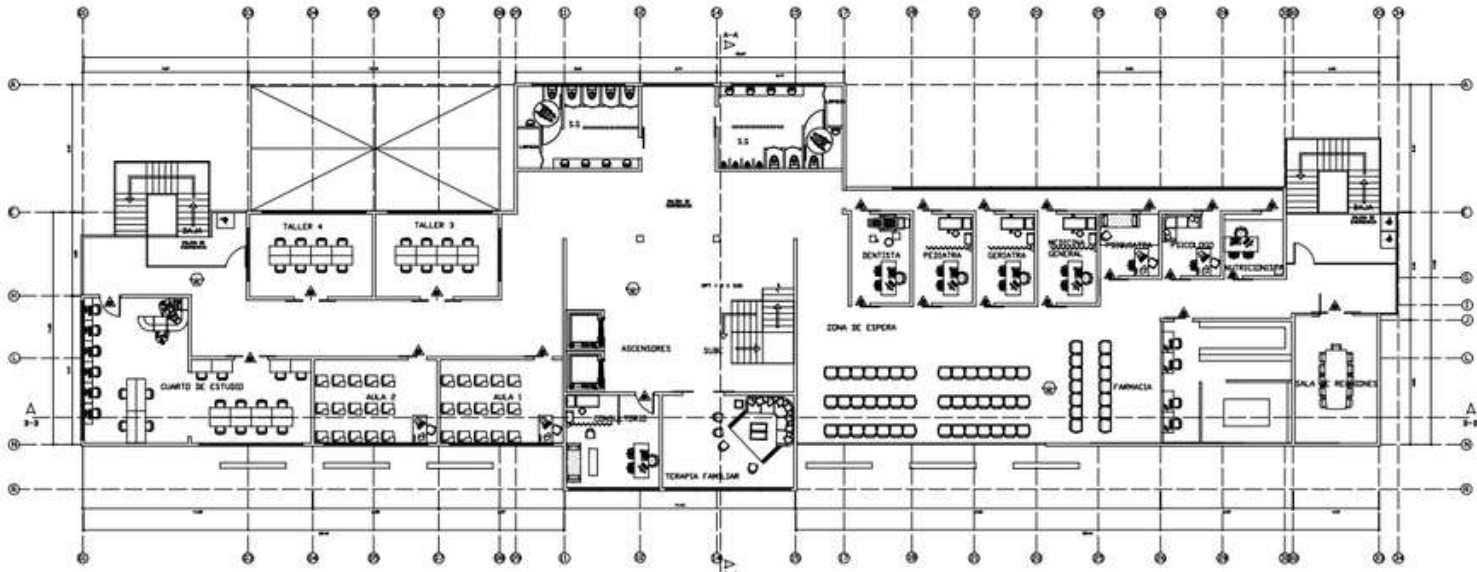
F254



CIRCULACIÓN DE USUARIOS

EDIFICIO PRINCIPAL PLANTA ARQUITECTÓNICA NIVEL 2 Y 3

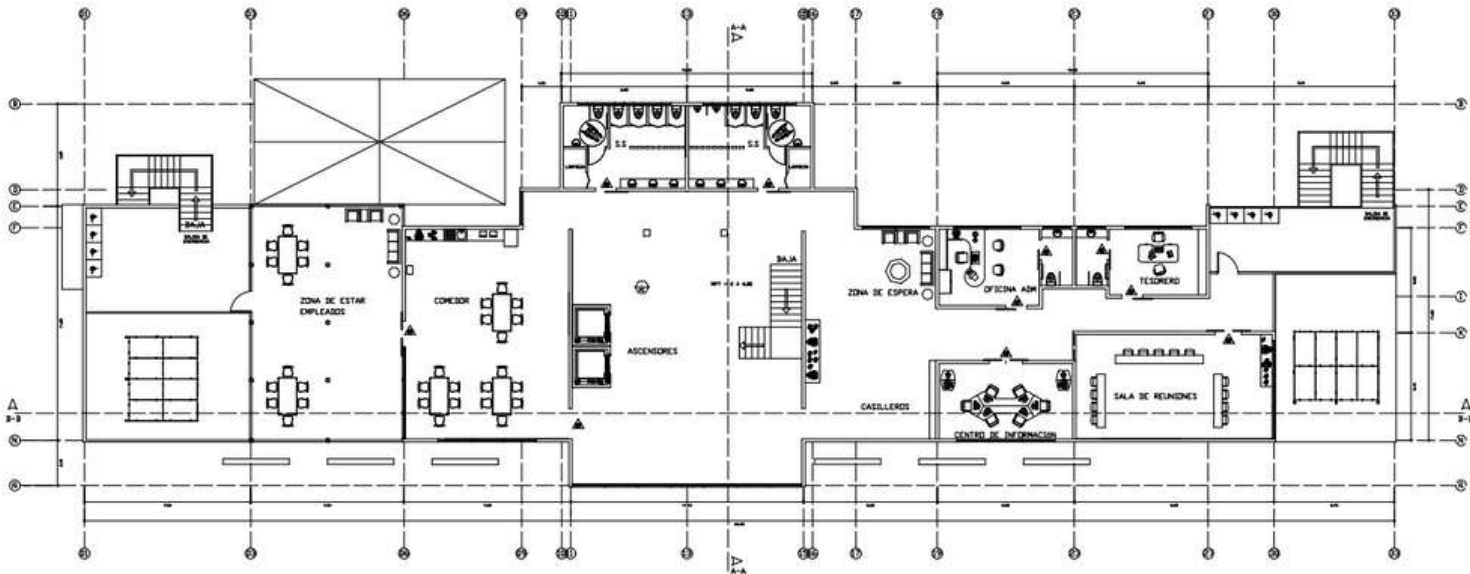
PLANTA ARQ 2



F256



PLANTA ARQ 3



F257



EDIFICIO PRINCIPAL

FACHADA OESTE



F258



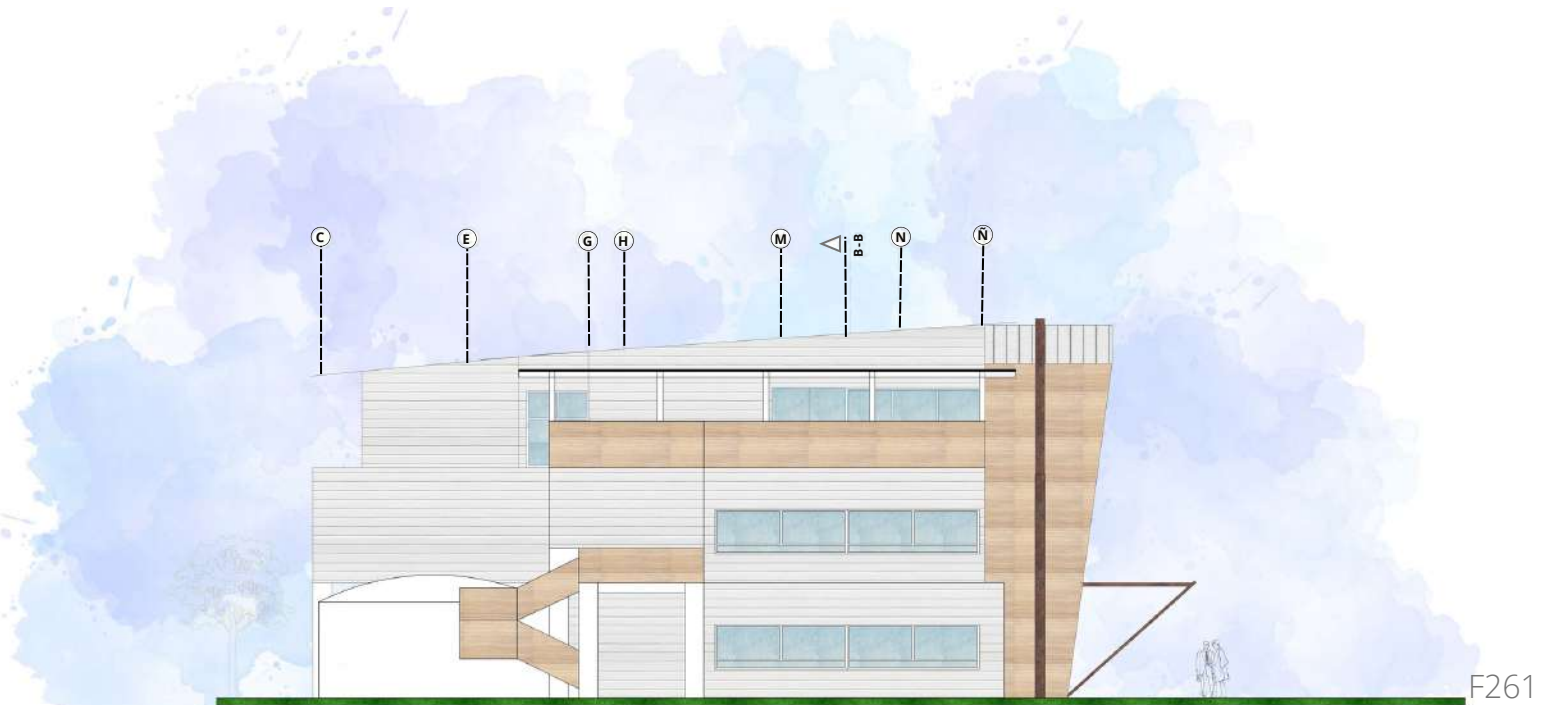
F259

FACHADA ESTE



F260

FACHADA NORTE



F261



F262

FACHADA SUR



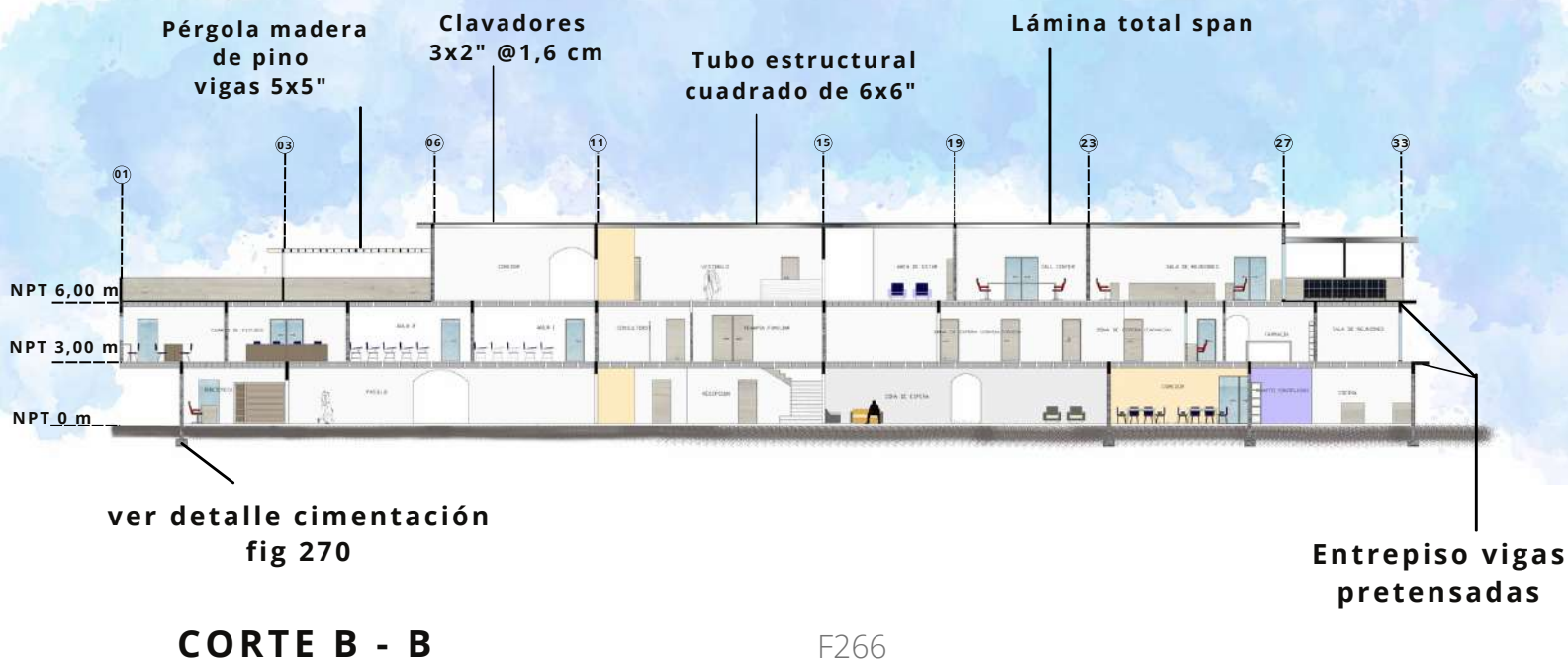
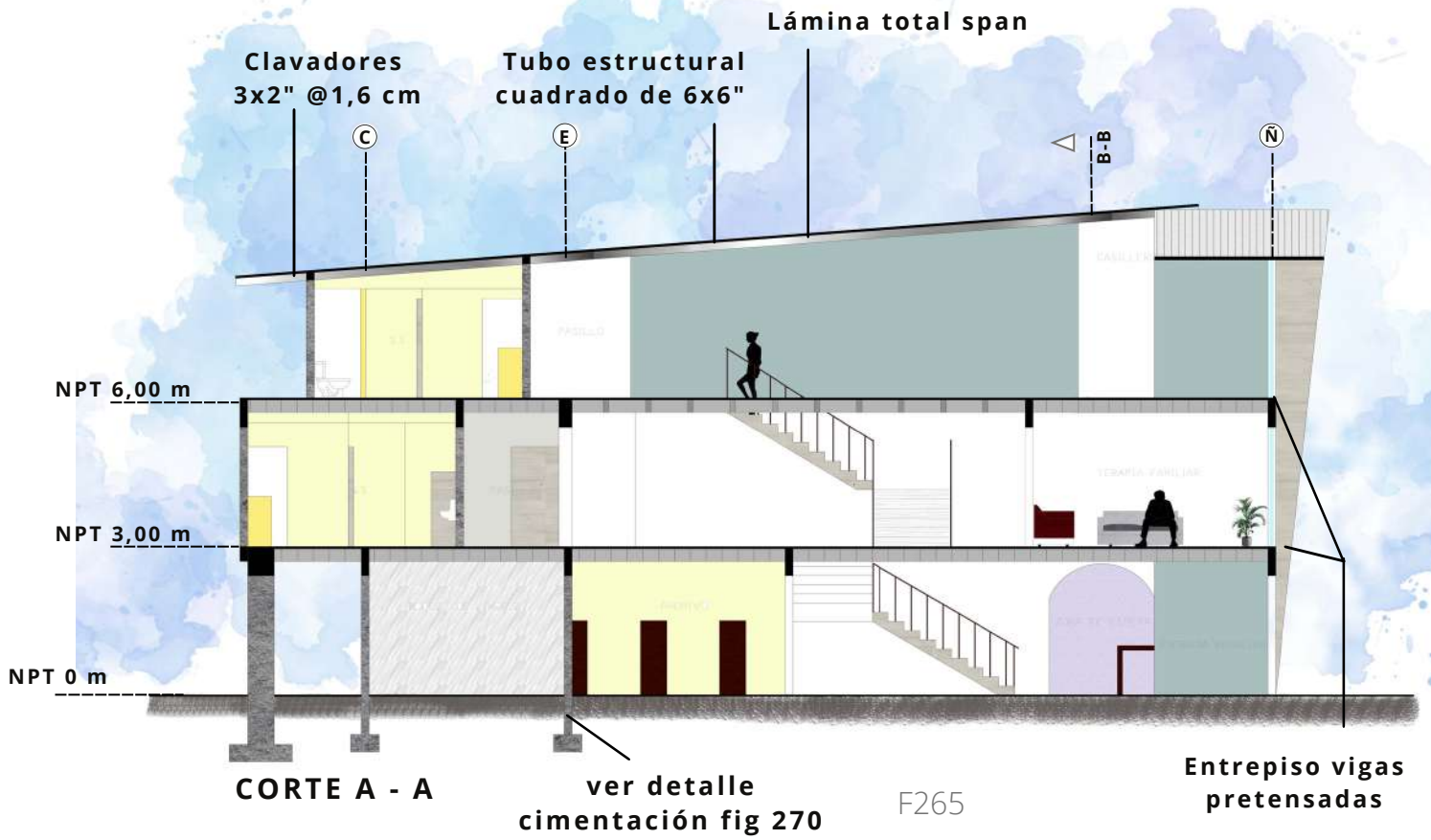
F263



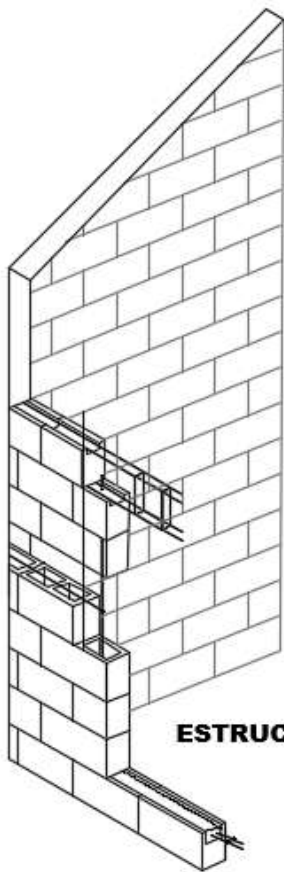
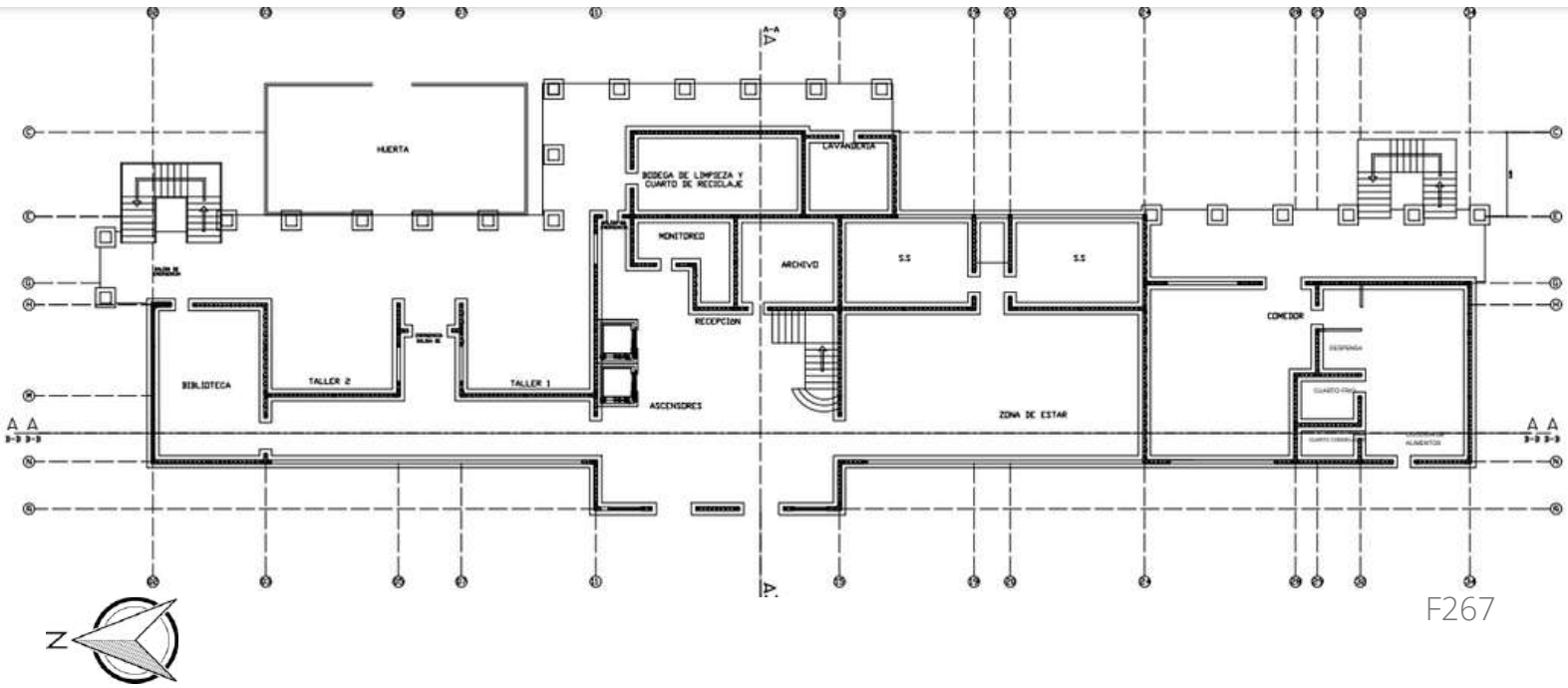
F264

EDIFICIO PRINCIPAL

CORTE LONGITUDINAL Y CORTE TRANSVERSAL



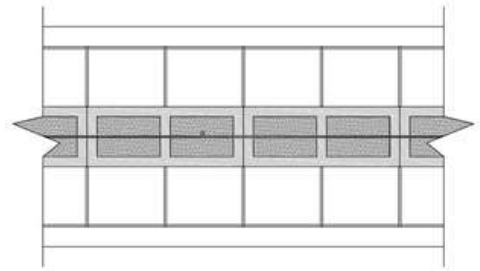
EDIFICIO PRINCIPAL PLANTA DE COLUMNAS Y CIMIENTOS NIVEL 1



ESTRUCTURAS

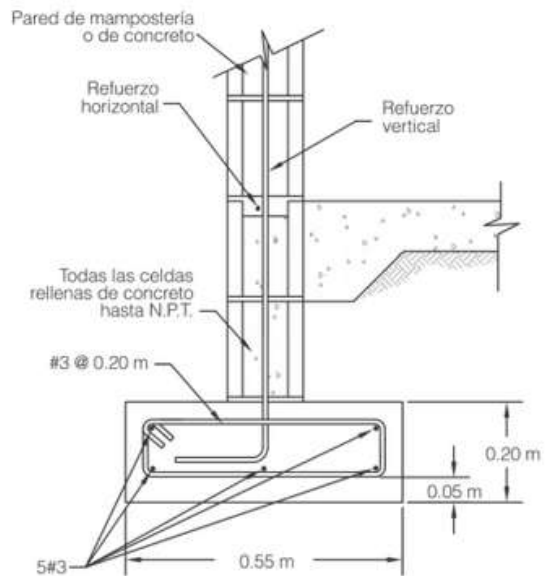
ESTRUCTURA EN MAMPOSTERÍA Y ACERO

F268



DETALLE DE CIMIENTOS PLACA CORRIDA

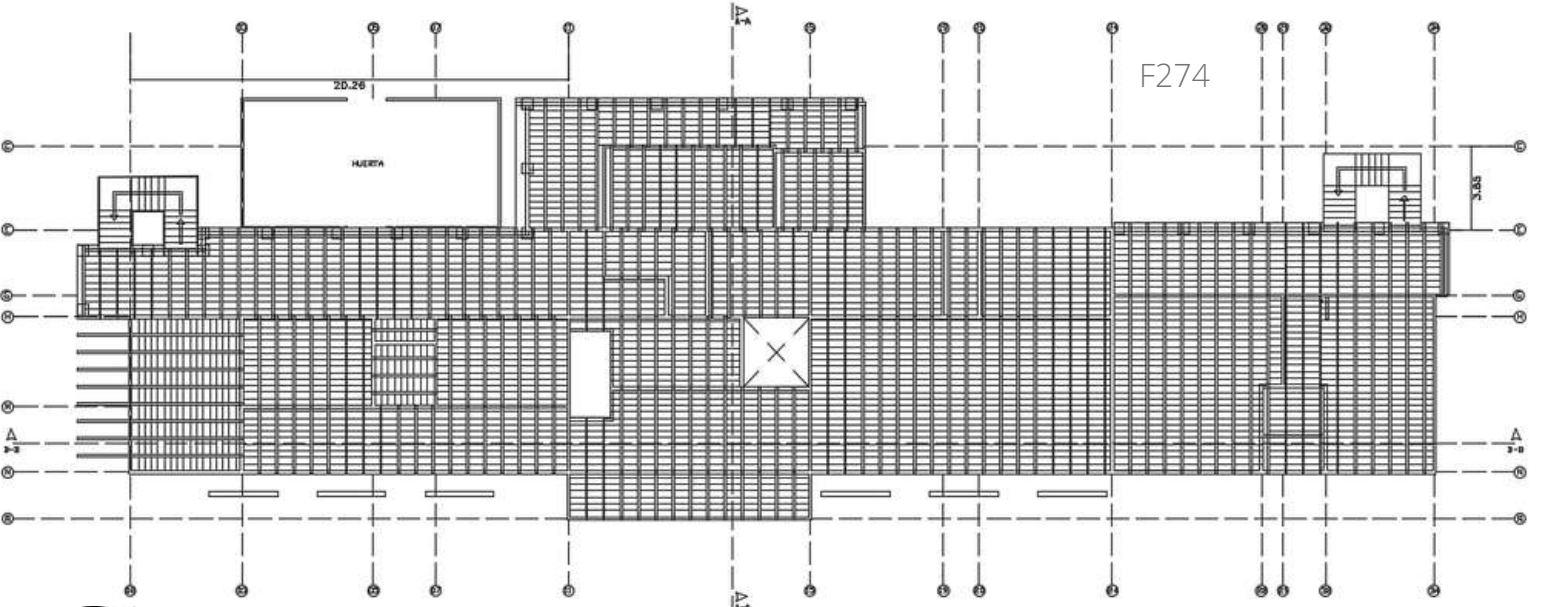
F269



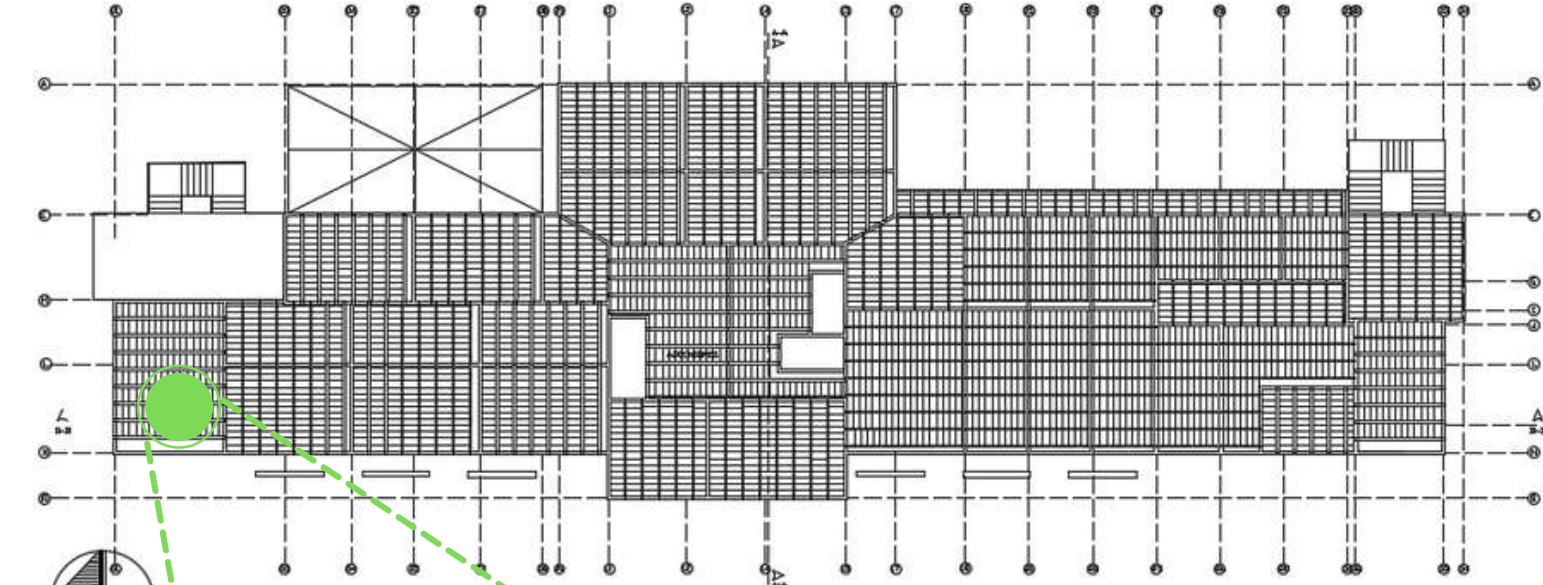
DETALLE DE FUNDACIÓN

F270

EDIFICIO PRINCIPAL PLANTA ESTRUCTURAL DE ENTREPISO (VIGAS PRETENSADAS) NIVEL 2 Y 3



NIVEL 2

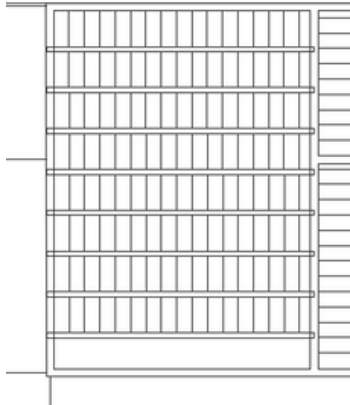


NIVEL 3

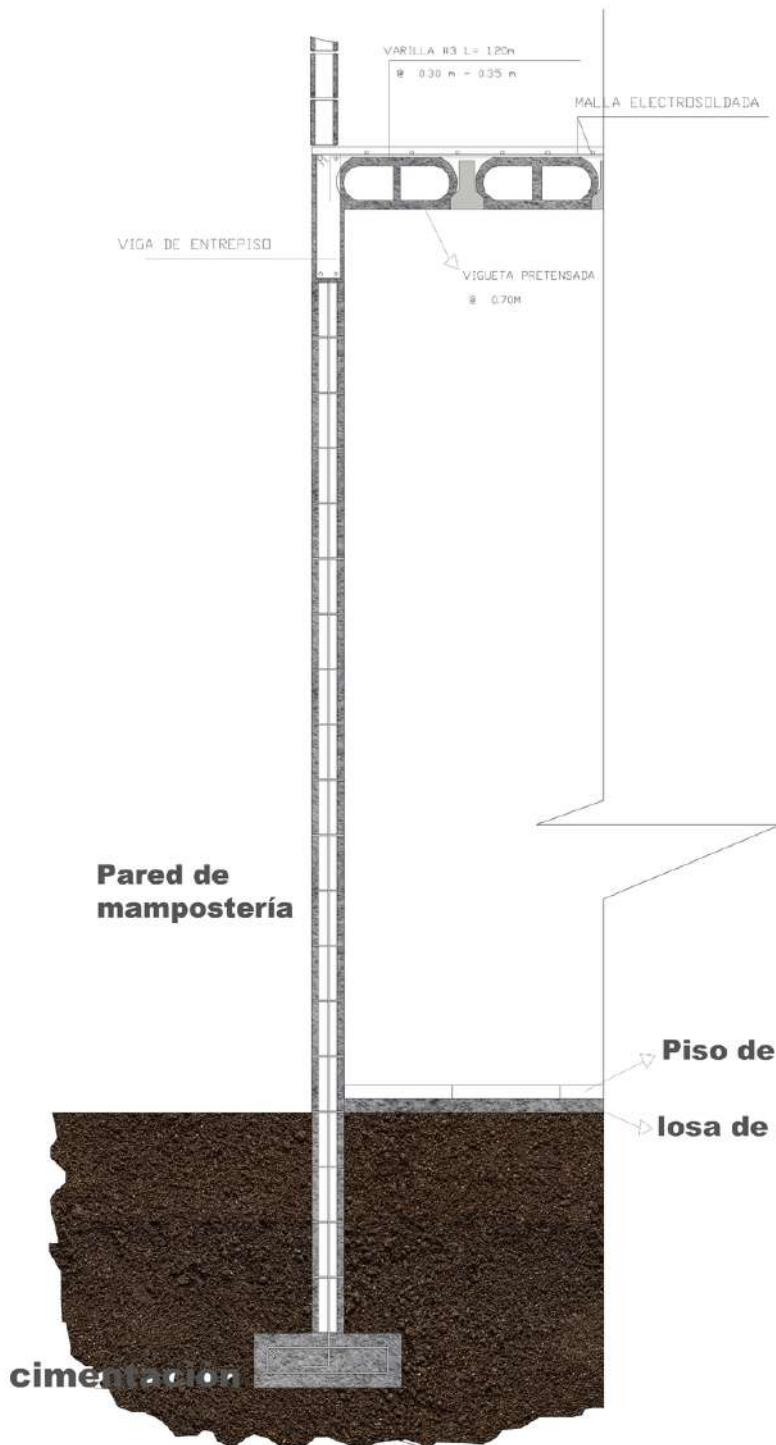
F275

ZOOM DETALLE ENTREPISO DE VIGAS PRETENSADAS

F276

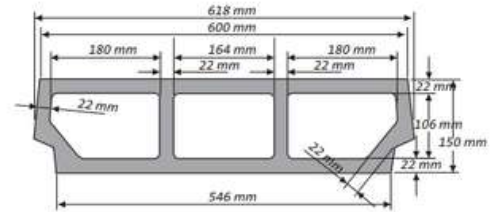


DETALLES ESTRUCTURALES DE ENTREPISO VIGA PRETENSADA

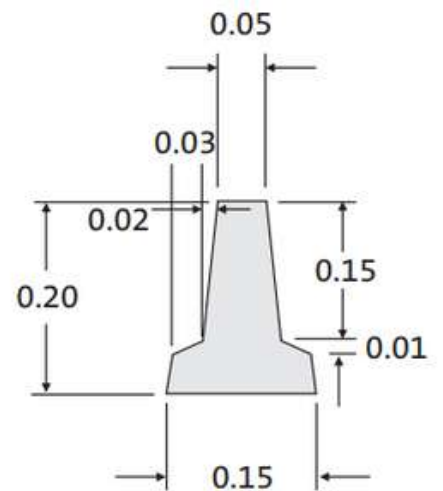


F277

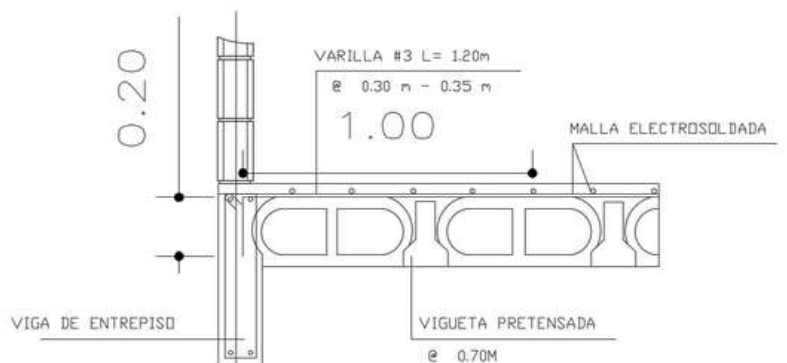
CORTE ESTRUCTURAL GENERAL



F278
BLOQUE TIPO O



F279
DETALLE VIGUETA 20 CM



F280

DETALLE ENTREPISO VIGA PRETENSADA

EDIFICIO PRINCIPAL ESTRUCTURA DE TECHO

PÉRGOLA MADERA DE PINO
vigas 15x15"



TUBO ESTRUCTURAL
CUADRADO DE 6X6"
Clavadores 3x2" @3,6 cm

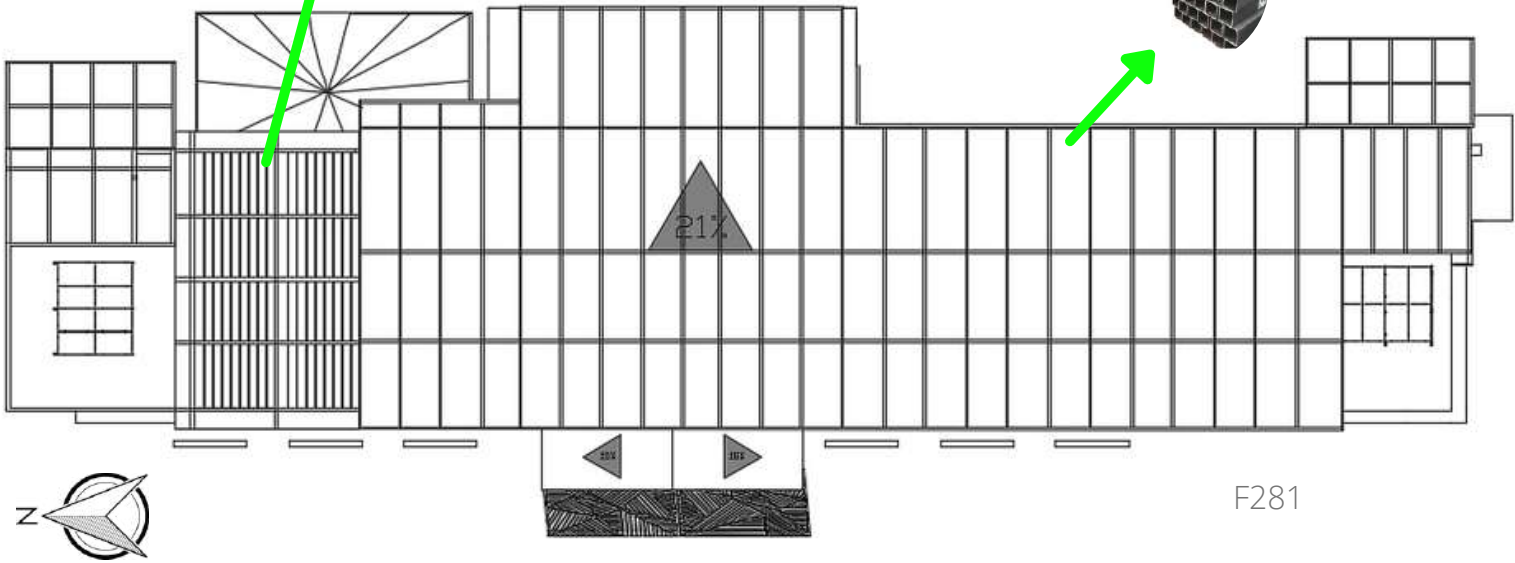


LÁMINA TOTAL SPAN

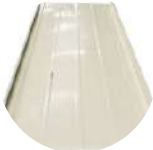
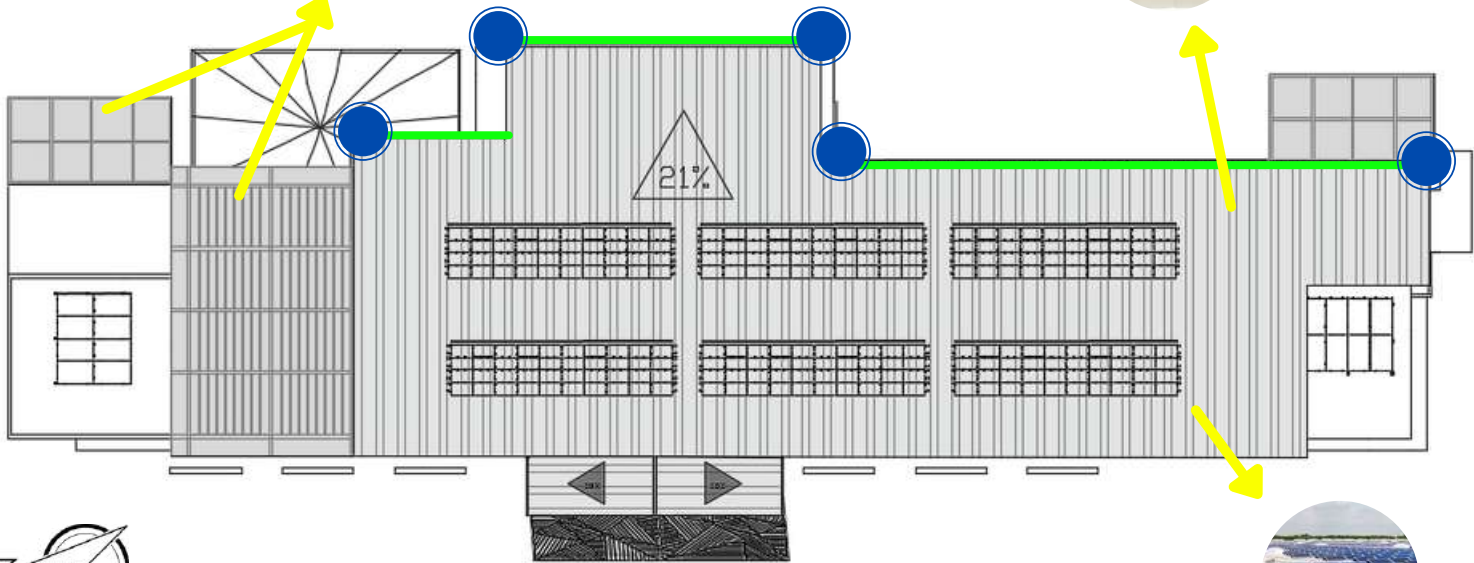


LÁMINA
POLICARBONATO



PANELES
SOLARES



BAJANTES



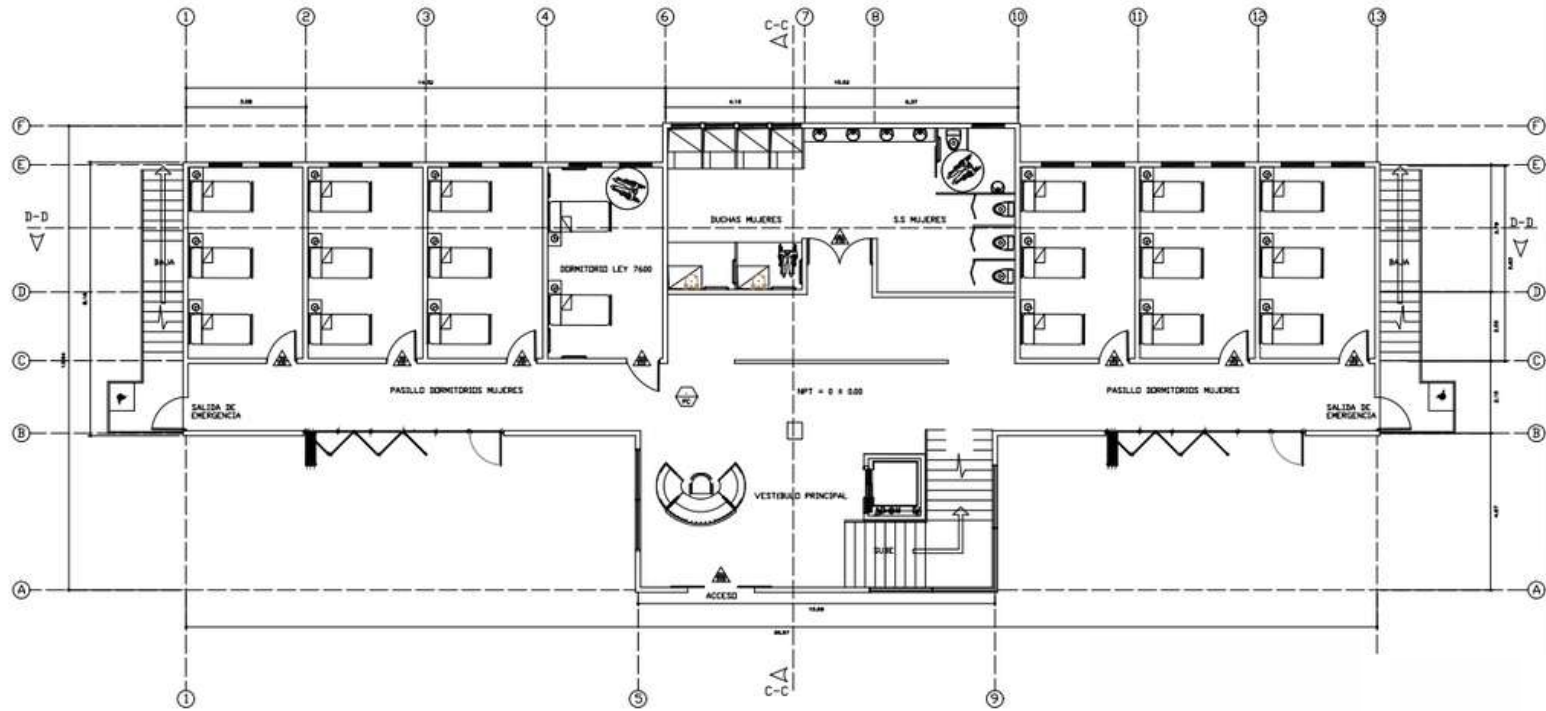
LÍNEA DE CANOAS

F282

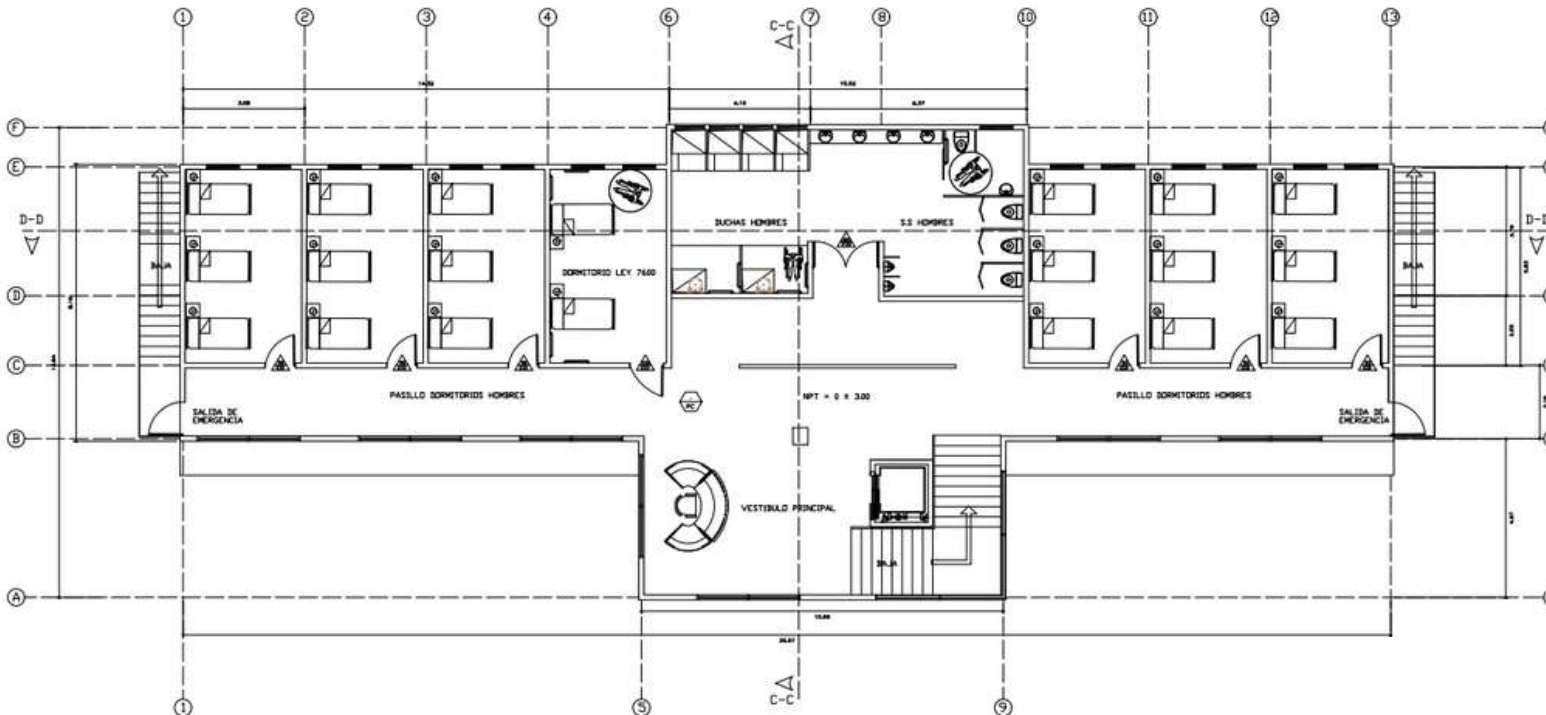
DORMITORIOS

PLANTA ARQUITECTÓNICA

NIVEL 1 Y 2



F283



F284

EDIFICIO PRINCIPAL

FACHADA OESTE



FACHADA ESTE

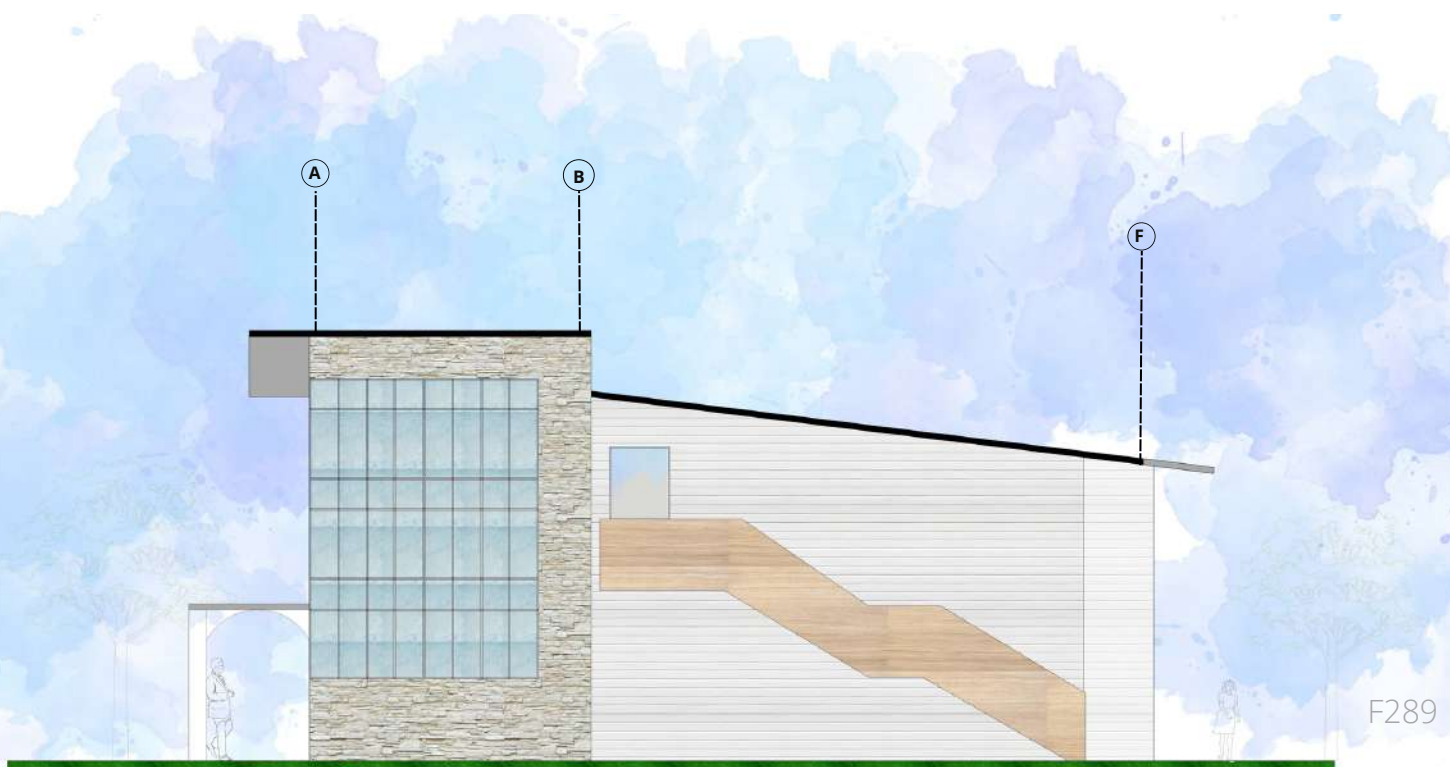


EDIFICIO PRINCIPAL

FACHADA NORTE

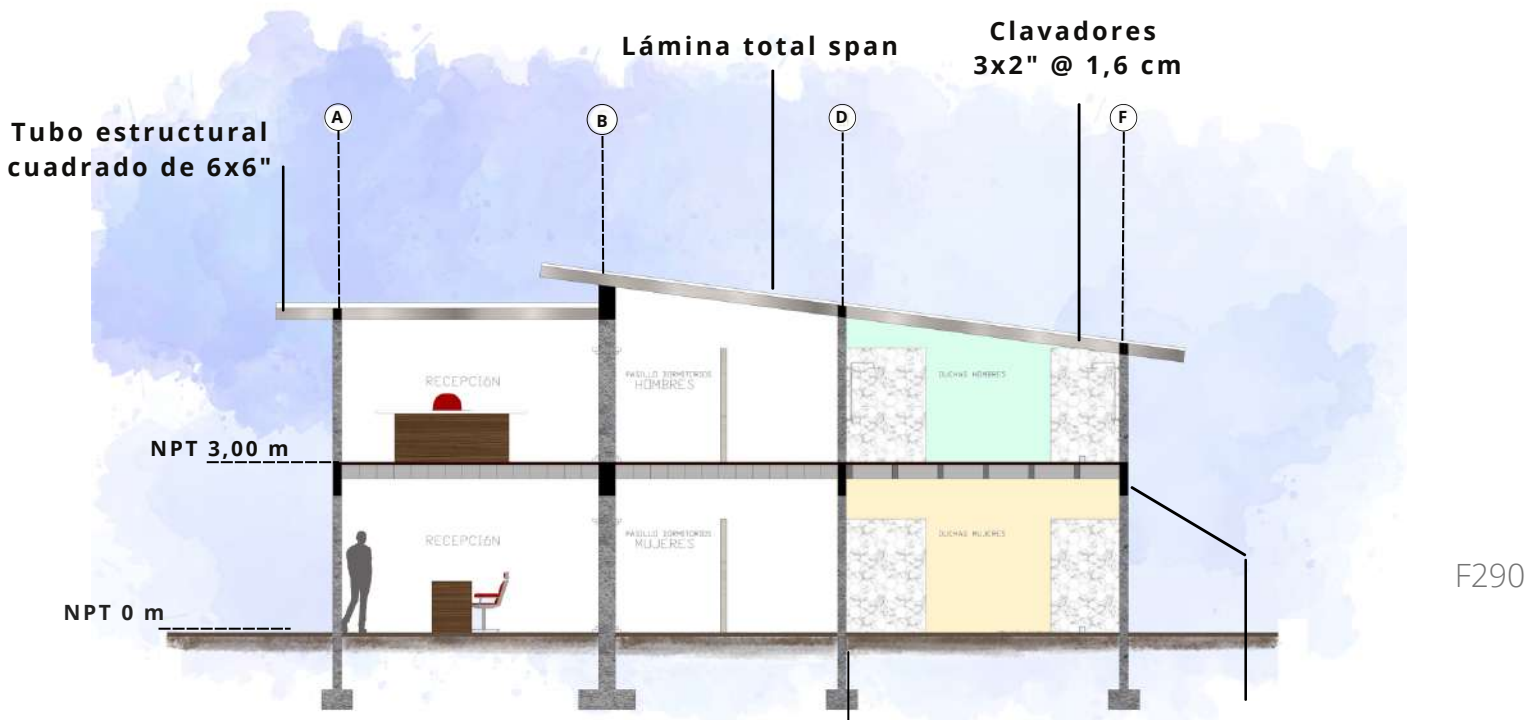


ELEVACIÓN SUR



EDIFICIO DORMITORIOS

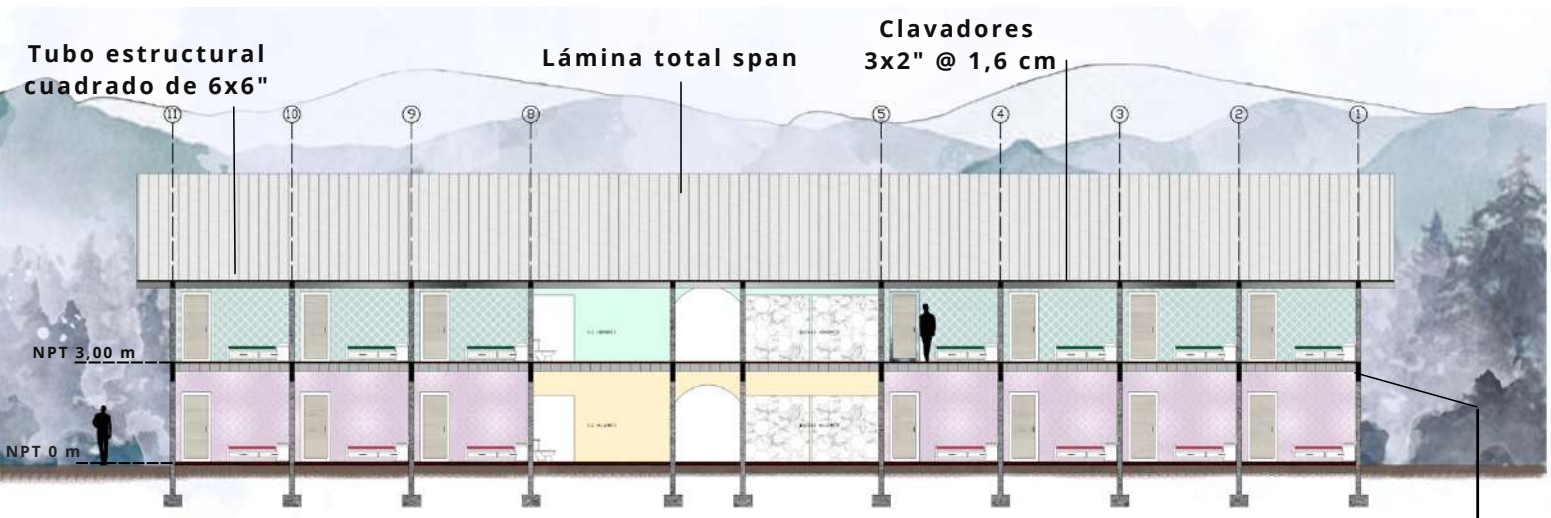
CORTE LONGITUDINAL Y CORTE TRANSVERSAL



CORTE C - C

ver detalle cimentación
fig 270

Entrepiso vigas
pretensadas
(ver detalle fig 280)

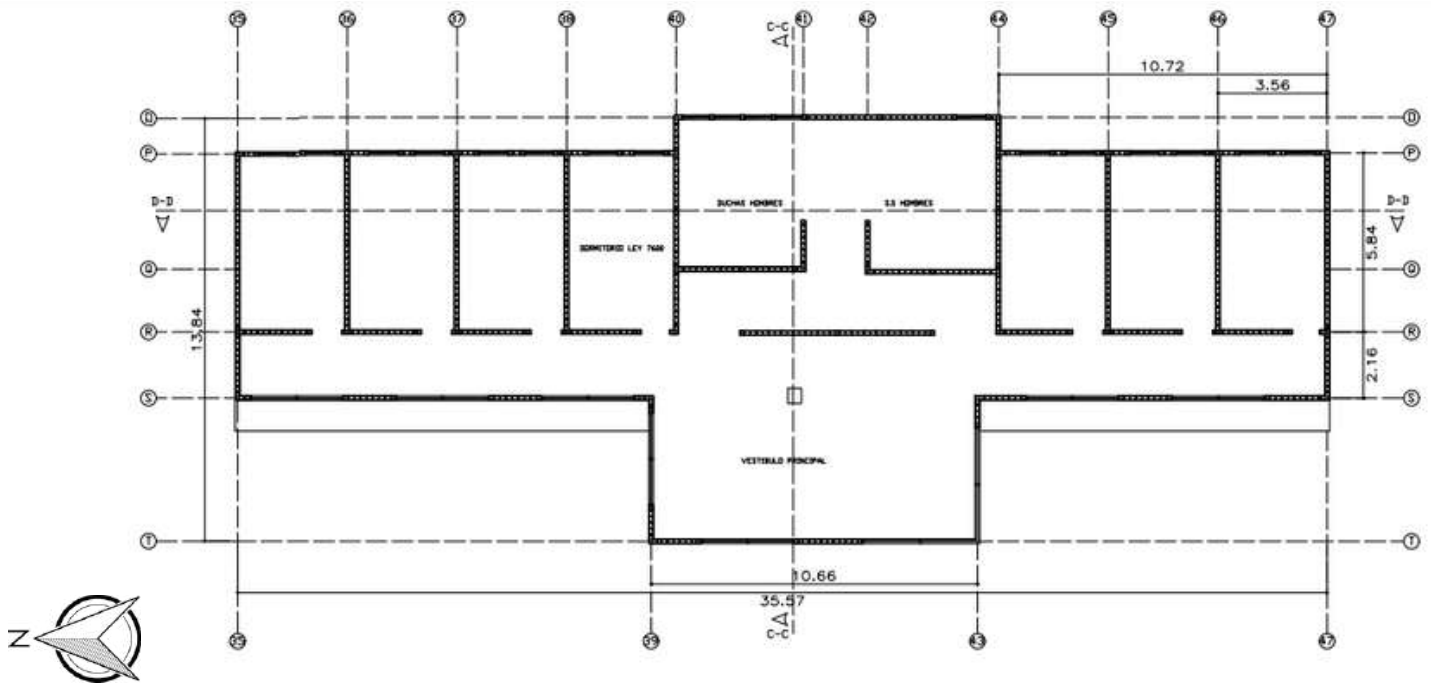


CORTE D - D

F291

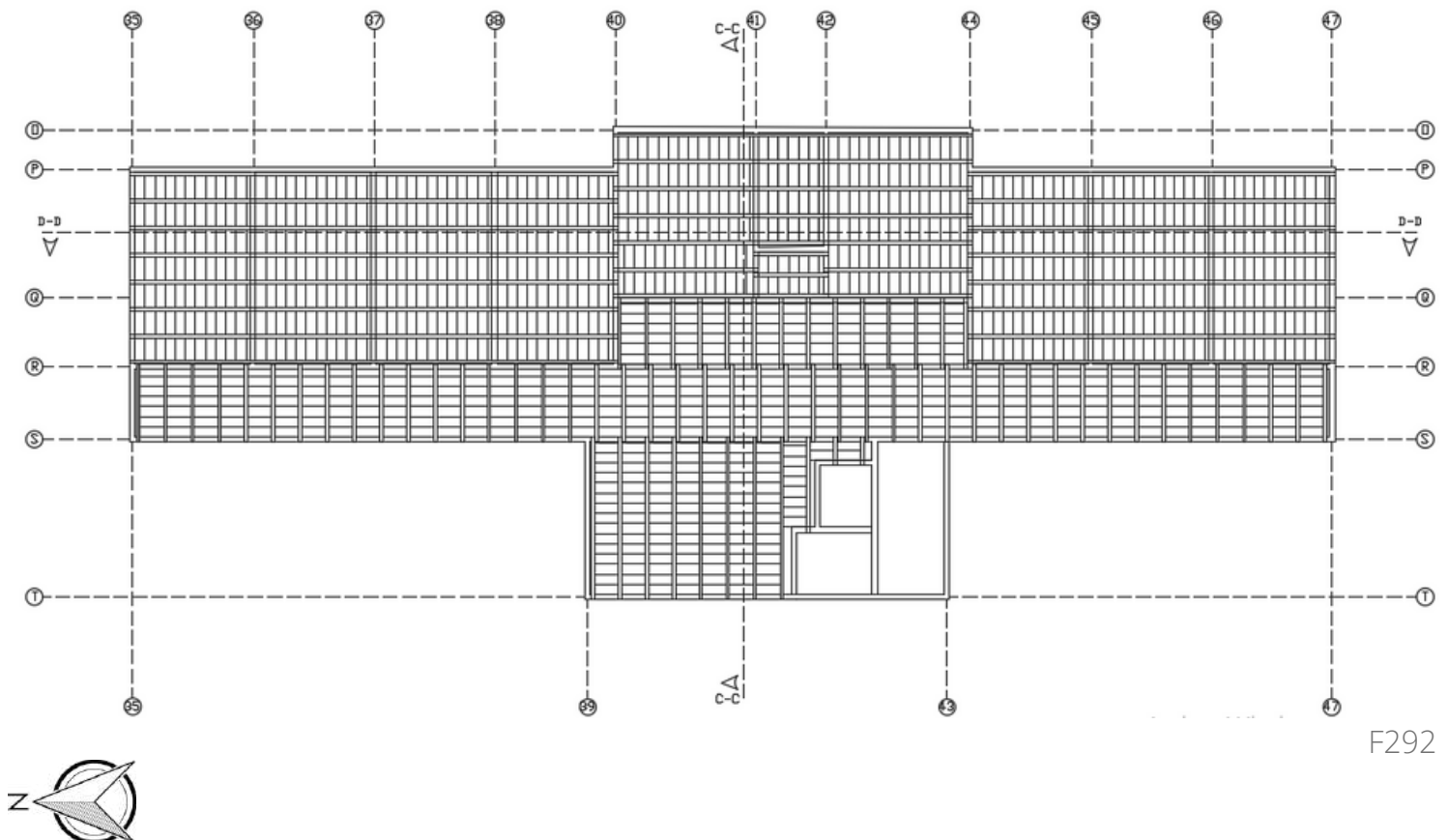
Entrepiso vigas
pretensadas

EDIFICIO DORMITORIOS PLANTA DE COLUMNAS Y CIMIENTOS



F291

EDIFICIO DORMITORIOS PLANTA DE ESTRUCTURAL DE ENTREPISO (VIGAS PRETENSADAS)



F292

DORMITORIOS

PLANTA ESTRUCTURAL DE TECHOS

TUBO ESTRUCTURAL CUADRADO DE 6X6"
Clavadores 3x2" @ 3,6 cm

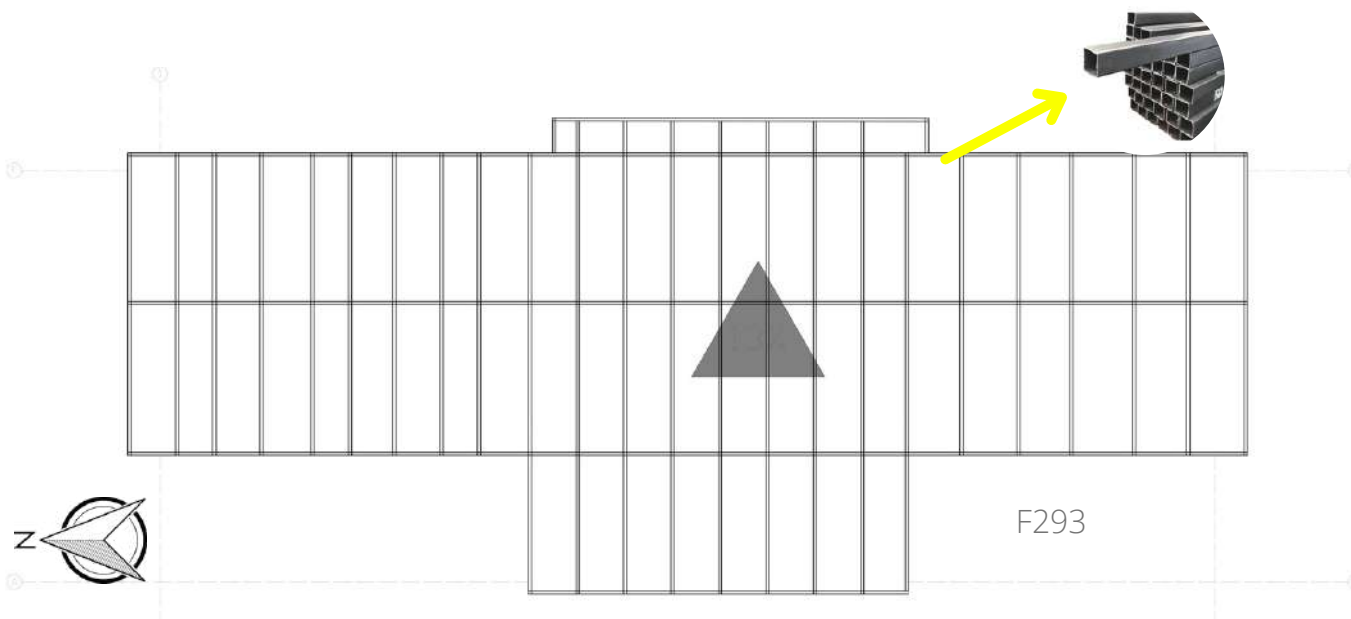
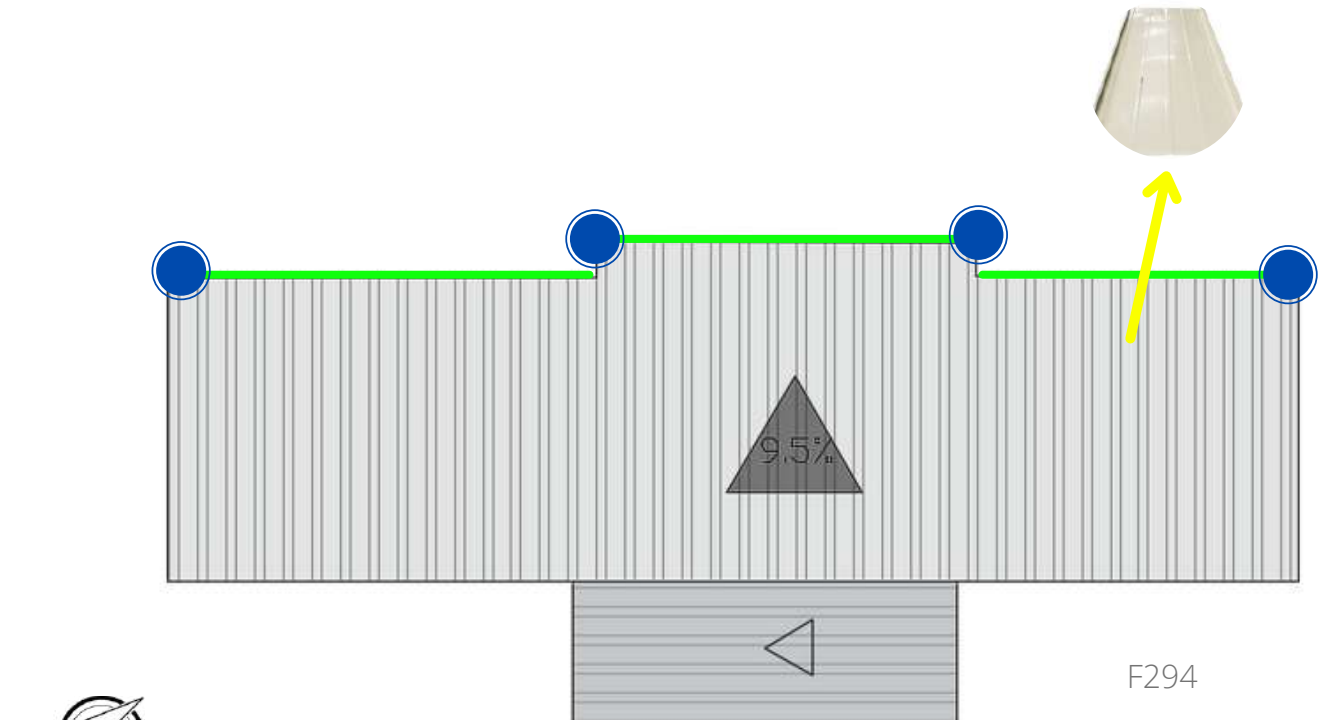


LÁMINA TOTAL SPAN



 BAJANTES

 LÍNEA DE CANOAS

V
I
S
T
A
S
E
X
T
E
R
I
O
R



MOBILIARIO EXTERIOR

F299



MOBILIARIO EXTERIOR

F300



F301

PASILLO CONECTOR ENTRE EL EDIFICIO PRINCIPAL Y DORMITORIOS

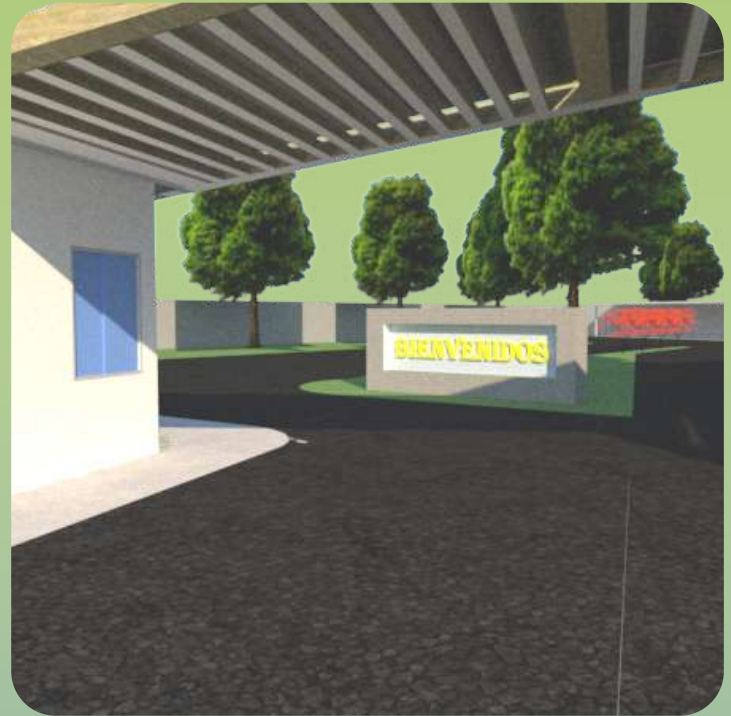
MOBILIARIO EXTERIOR

F302



ENTRADA AL PARQUEO

F303



ÁREAS RECREATIVAS

F304



EDIFICIO PRINCIPAL VISTAS INTERIORES

SALA DE ESPERA



F305

EDIFICIO PRINCIPAL

VISTAS INTERIORES

BIBLIOTECA



EDIFICIO PRINCIPAL VISTAS INTERIORES

ENTRADA SERVICIOS SANITARIOS



F308

EDIFICIO PRINCIPAL VISTAS INTERIORES

TALLERES



F309

EDIFICIO PRINCIPAL VISTAS INTERIORES

INVERNADERO



F310

EDIFICIO PRINCIPAL VISTAS INTERIORES

SALÓN DE TERAPIA FAMILIAR



F311

EDIFICIO PRINCIPAL VISTAS INTERIORES

ZONA DE ESPERA (CONSULTORIOS Y FARMACIA)



F312

EDIFICIO PRINCIPAL VISTAS INTERIORES

COLSULTORIO PEDIATRÍA



F313

EDIFICIO PRINCIPAL VISTAS INTERIORES

COLSULTORIO GERIATRÍA



F314

EDIFICIO PRINCIPAL VISTAS INTERIORES

COLSULTORIO NUTRICIONISTA



F315

EDIFICIO PRINCIPAL VISTAS INTERIORES

CONSULTORIO PSICOLOGÍA



EDIFICIO DORMITORIOS VISTAS INTERIORES

RECEPCIÓN



F317

EDIFICIO DORMITORIOS VISTAS INTERIORES

SALA DE ESPERA - DORMITORIOS



F318

EDIFICIO DORMITORIOS VISTAS INTERIORES

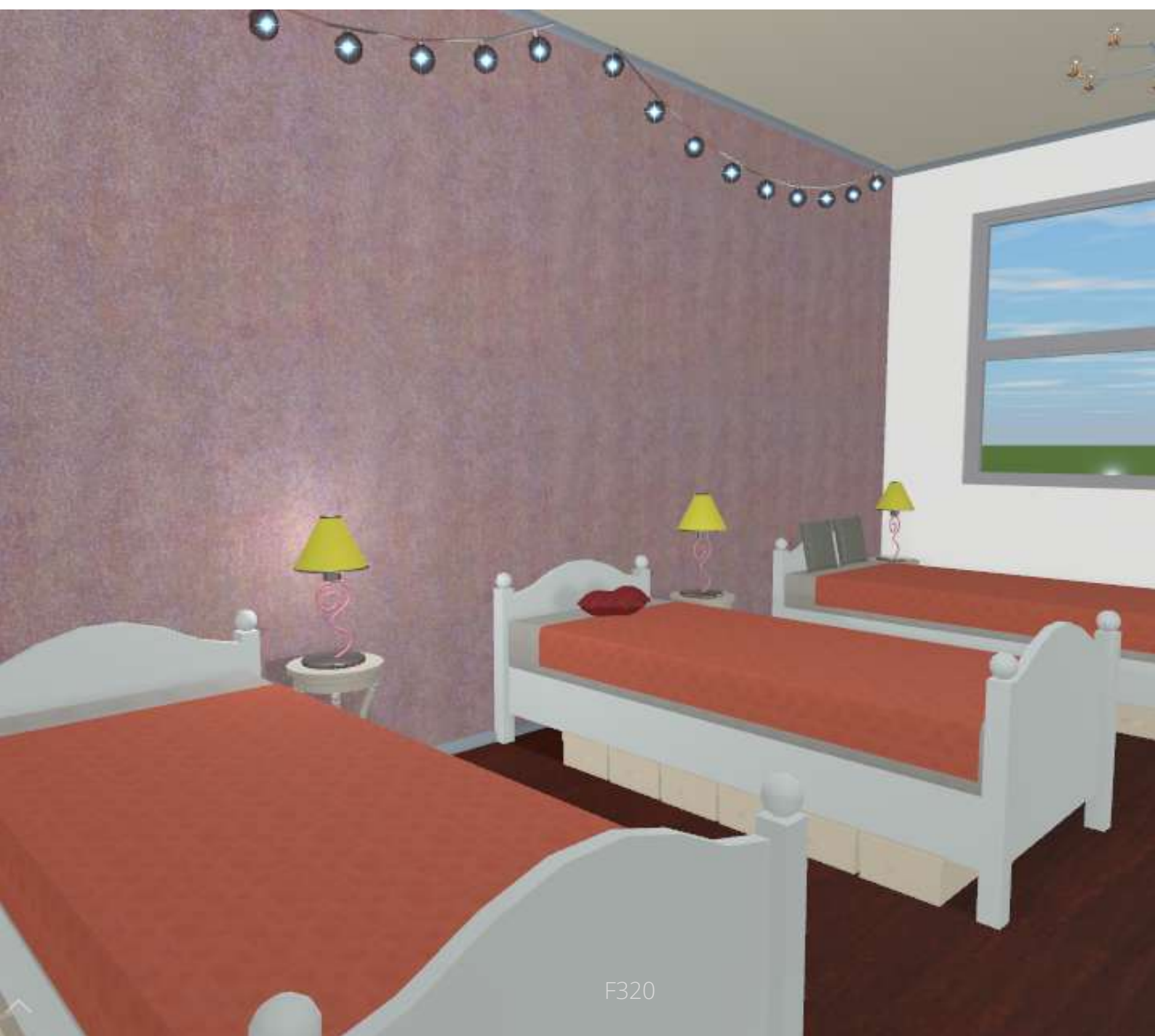
PASILLO- DORMITORIOS MUJERES



F319

EDIFICIO DORMITORIOS VISTAS INTERIORES

DORMITORIOS MUJERES



EDIFICIO DORMITORIOS VISTAS INTERIORES

DORMITORIOS MUJERES



F321

EDIFICIO DORMITORIOS VISTAS INTERIORES

ESCALERAS



F322

EDIFICIO DORMITORIOS VISTAS INTERIORES

DETALLE EN ESCALERAS



F323

EDIFICIO DORMITORIOS VISTAS INTERIORES

PASILLO- DORMITORIOS HOMBRES



F324

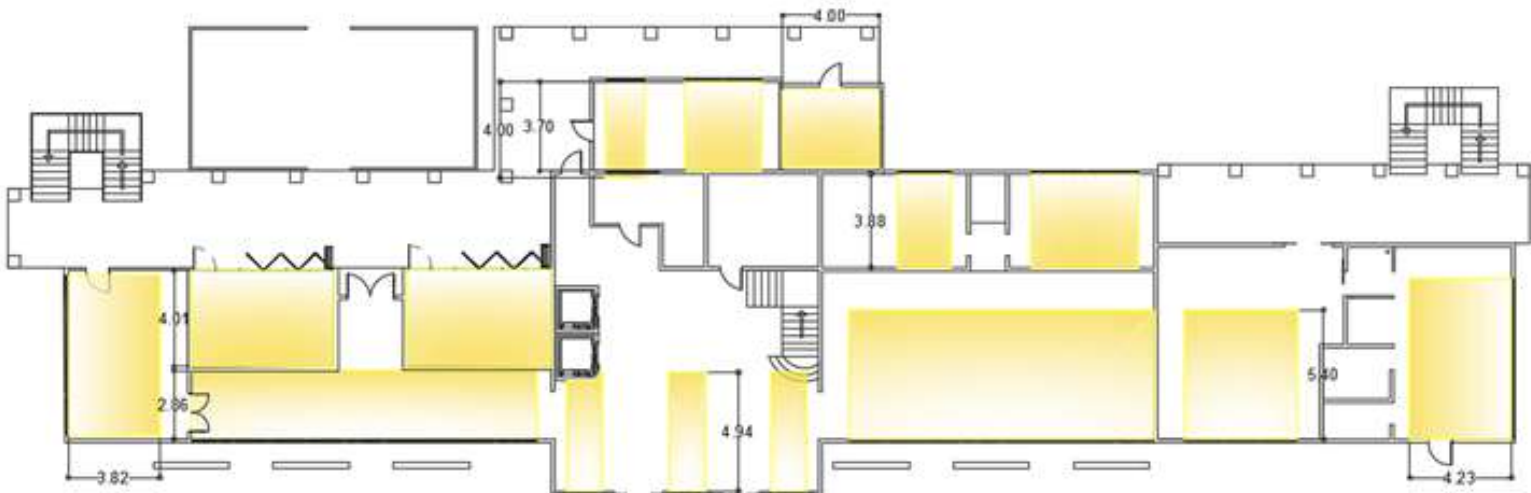
EDIFICIO DORMITORIOS VISTAS INTERIORES

DORMITORIO HOMBRES



Análisis de Iluminación Natural en el espacio

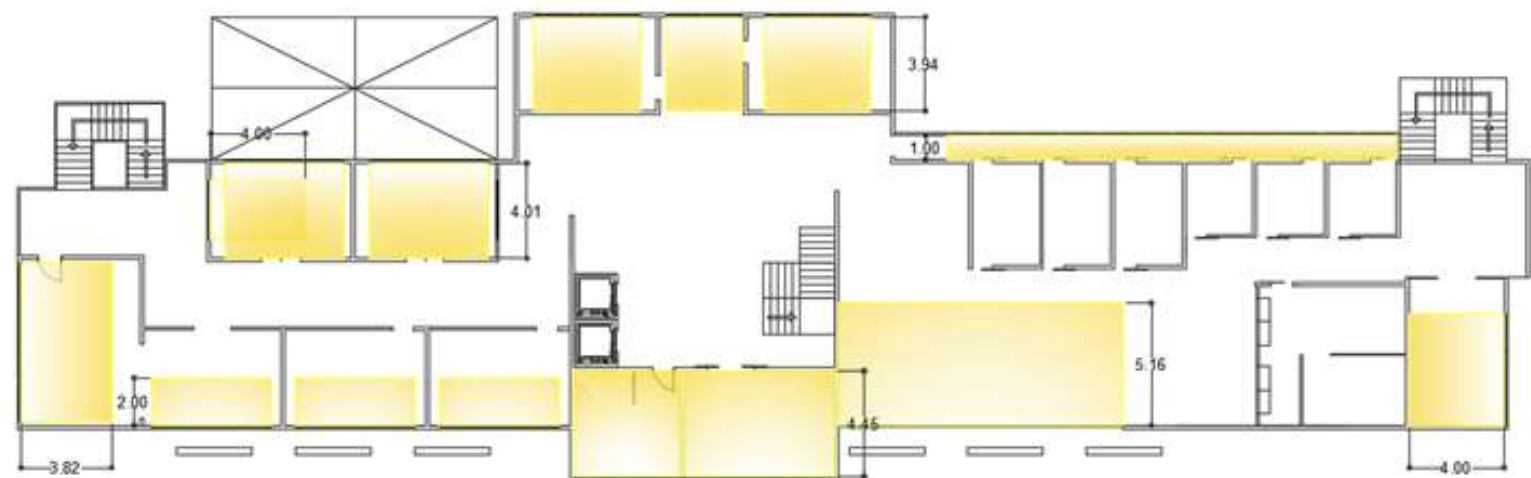
Grado de iluminación en planta



F326



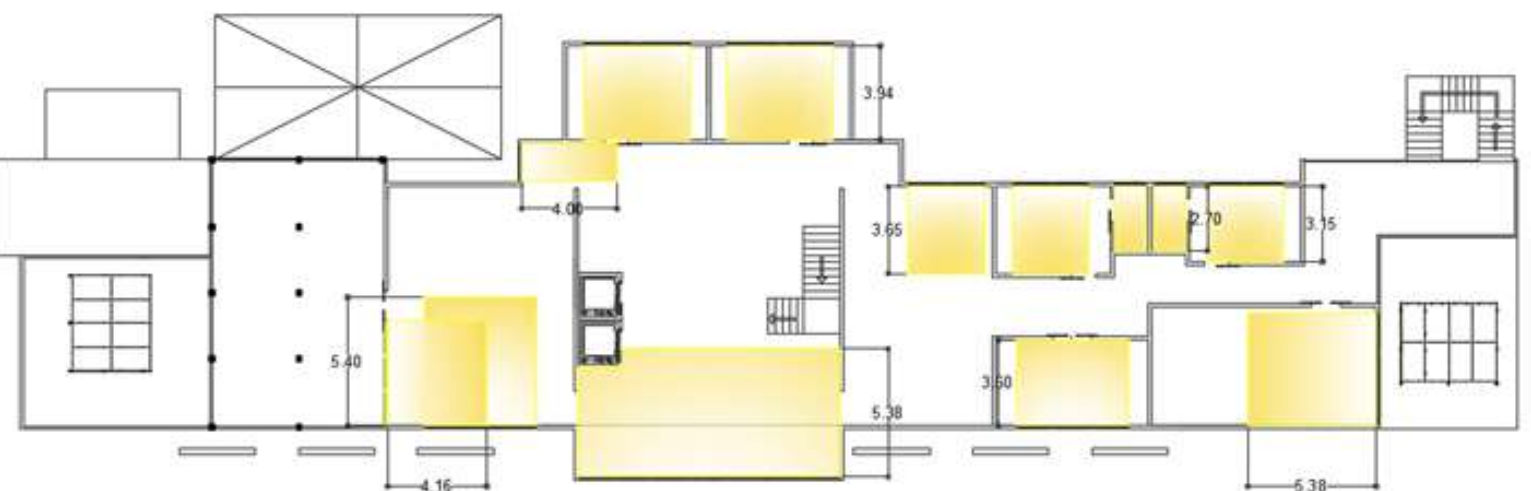
PLANTA ARQUITECTONICA NIVEL 1



F327



PLANTA ARQUITECTONICA NIVEL 2



F328



PLANTA ARQUITECTONICA NIVEL 3

ELEVACIÓN OESTE – EDIFICIO PRINCIPAL

$2H = 2 \times 2,7 = 5,4$ (Grado de iluminación natural – pasillo 1er piso)

$2H = 2 \times 2,47 = 4,94$ (Grado de iluminación natural – vestíbulo 1er piso)

$2H = 2 \times 2 = 4$ (Grado de iluminación natural – aulas 2do piso)

$2H = 2 \times 2,69 = 5,38$ (Grado de iluminación natural – vestíbulos 2do y 3er piso, call center)

$2H = 2 \times 2,58 = 5,16$ (Grado de iluminación natural – apertura zona de espera 2do piso)



F329

ELEVACIÓN ESTE – EDIFICIO PRINCIPAL

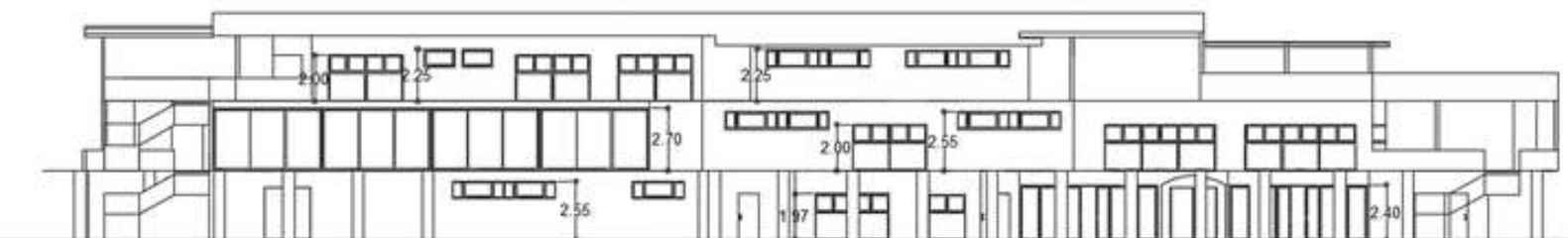
$2H = 2 \times 2 = 4$ (Grado de iluminación natural – bodega limpia 1er piso, pasillo de los S.S 2do piso, talleres 3 y 4 2do piso y oficinas 3er piso)

$2H = 2 \times 2,4 = 4,8$ (Grado de iluminación natural – taller 1 y 2 1er piso)

$2H = 2 \times 2,7 = 5,4$ (Grado de iluminación natural – pasillo de consultorios 2do piso)

$2H = 2 \times 2,55 = 5,1$ (Grado de iluminación natural – S.S 1er y 2do piso)

$2H = 2 \times 2,25 = 4,5$ (Grado de iluminación natural – S.S 3er piso)



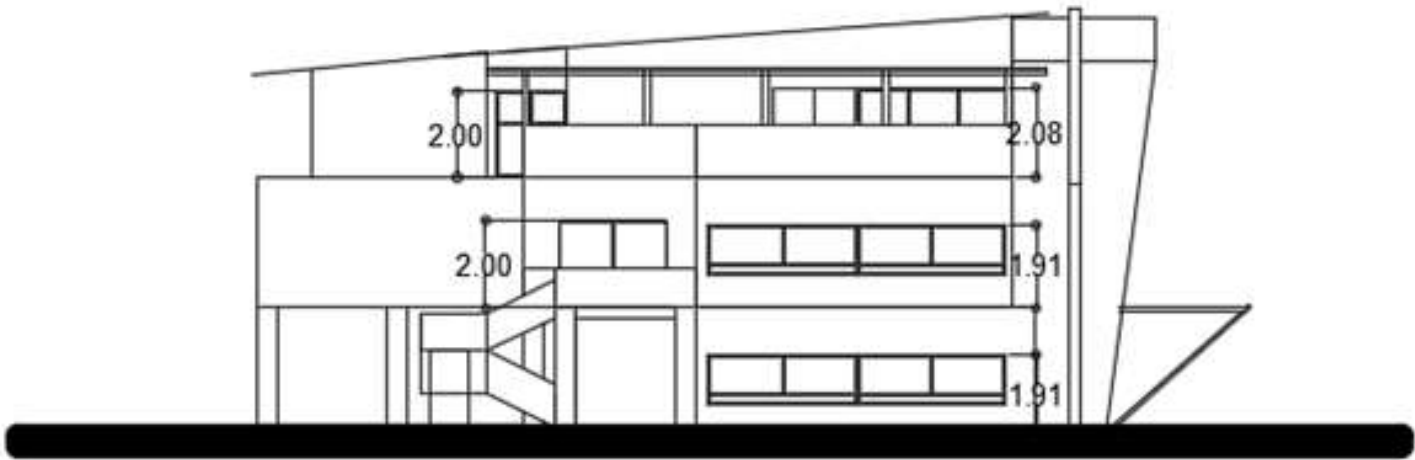
F330

ELEVACIÓN NORTE – EDIFICIO PRINCIPAL

$2H = 2 \times 1,91 = 3,82$ (Grado de iluminación natural – Biblioteca 1er piso y sala de estudio 2do piso)

$2H = 2 \times 2 = 4$ (Grado de iluminación natural – pasillo 3er piso y taller 4, 2do piso)

$2H = 2 \times 2,08 = 4,16$ (Grado de iluminación natural – comedor empleados 3er piso)

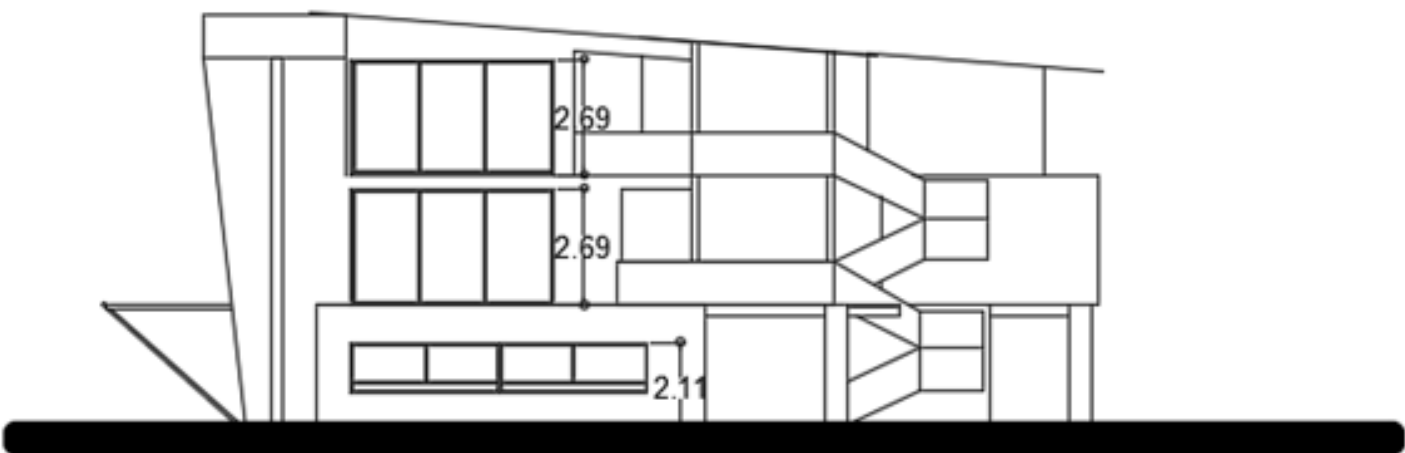


F331

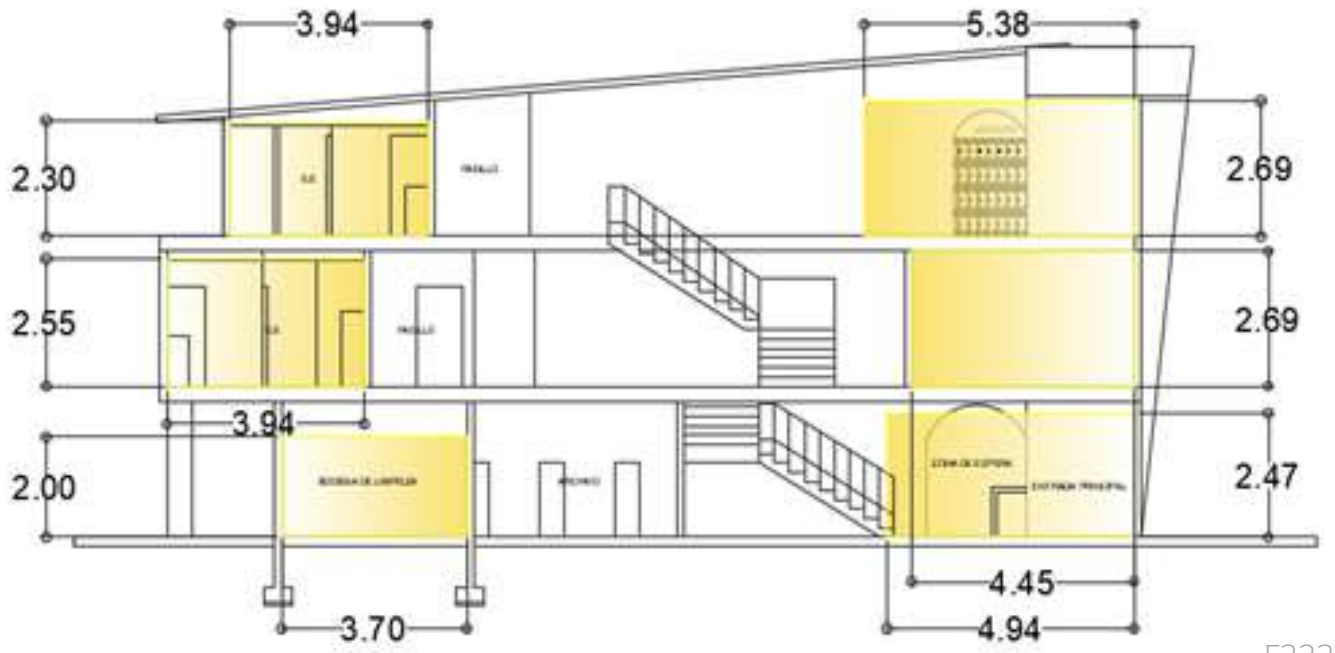
ELEVACIÓN SUR – EDIFICIO PRINCIPAL

$2H = 2 \times 2,69 = 5,38$ (Grado de iluminación natural –Sala de reuniones 2do y 3er piso)

$2H = 2 \times 2,11 = 4,22$ (Grado de iluminación natural –cocina 1er piso)



F332



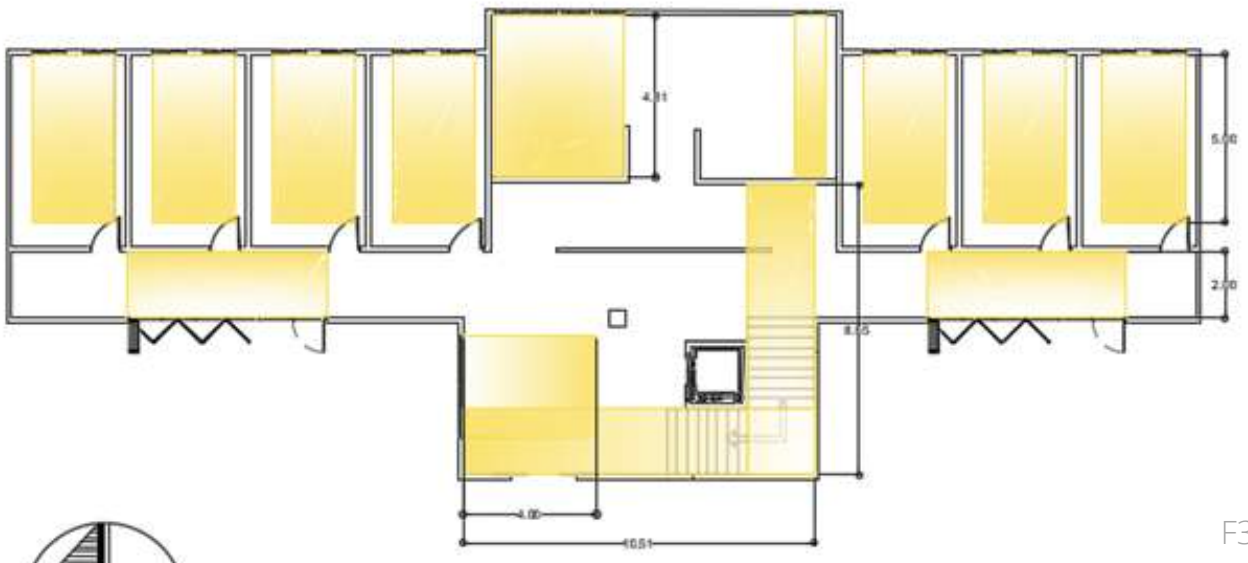
F333

CORTE OESTE – ESTE



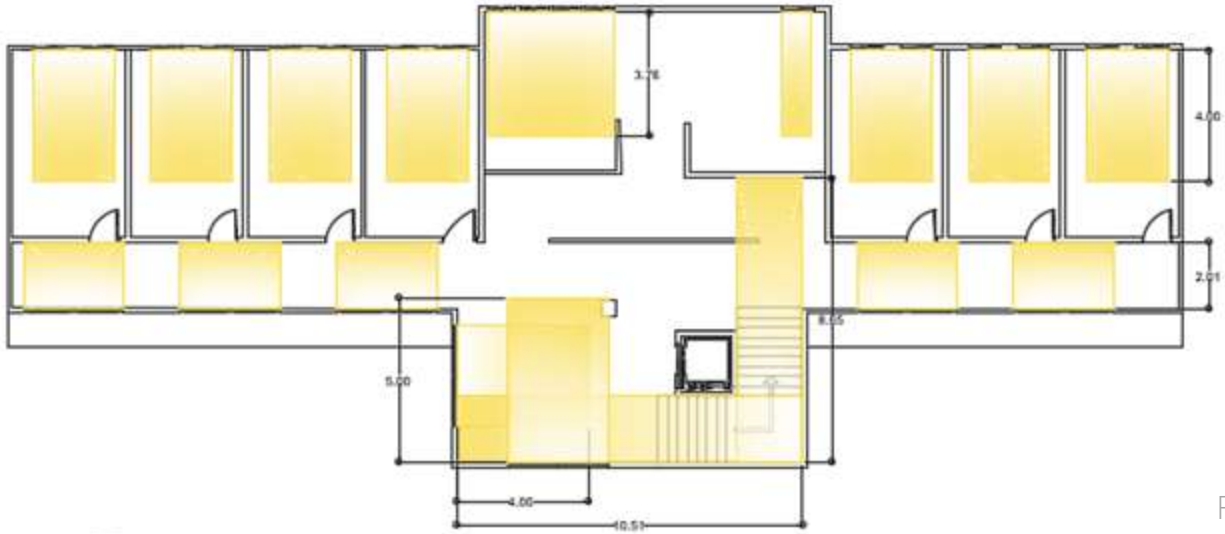
F334

CORTE NORTE – SUR



PLANTA ARQUITECTONICA NIVEL 1

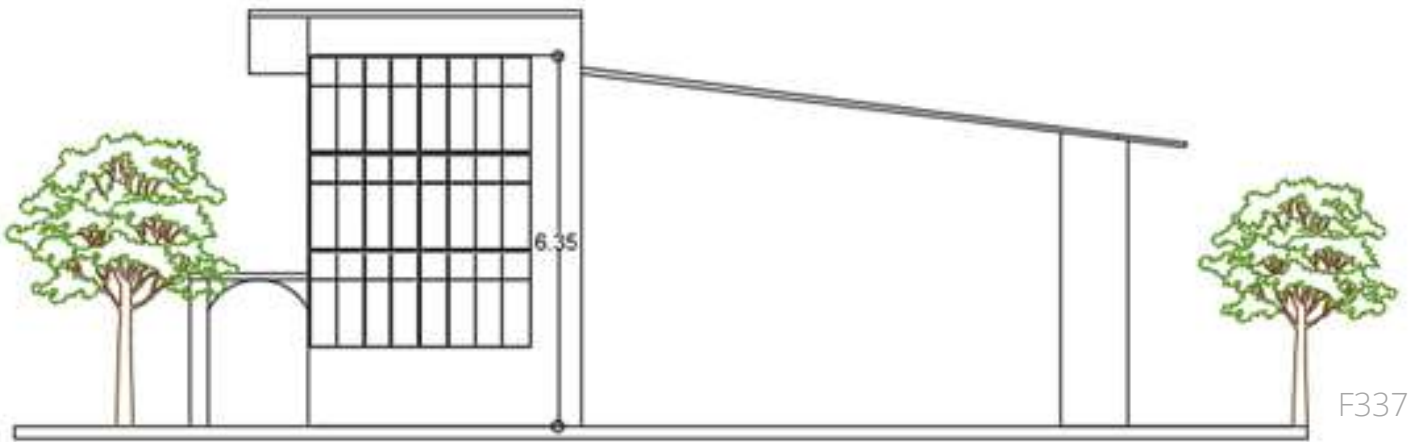
F335



F336



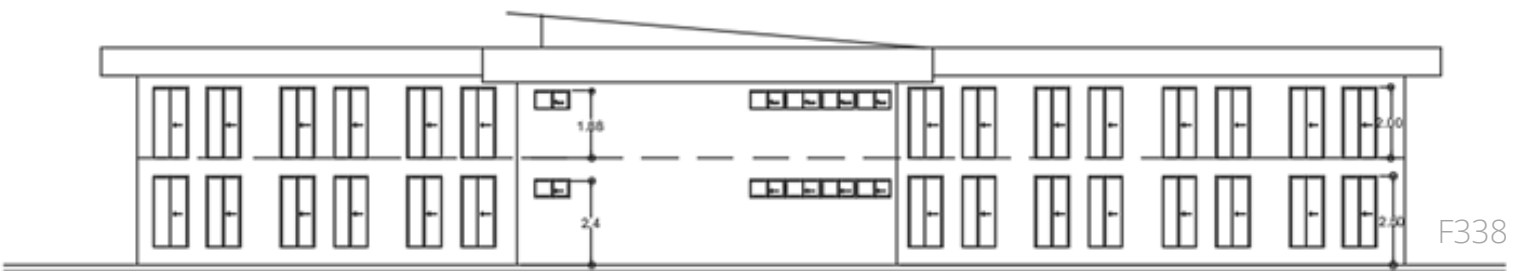
PLANTA ARQUITECTONICA NIVEL 2



F337

ELEVACIÓN SUR – DORMITORIOS

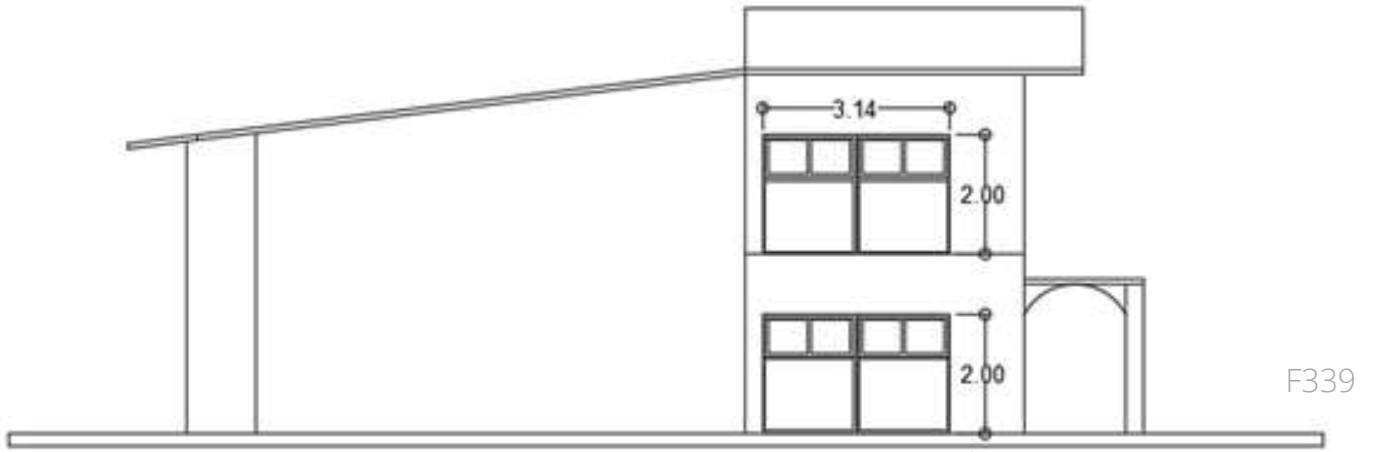
$2H = 2 \times 6,35 = 12,7$ (Grado de iluminación natural)



F338

ELEVACIÓN ESTE – DORMITORIOS

- $2H = 2 \times 2,4 = 4,8$ (Grado de iluminación natural – S.S primer nivel)
- $2H = 2 \times 1,88 = 3,76$ (Grado de iluminación natural – S.S segundo nivel)
- $2H = 2 \times 2,5 = 5$ (Grado de iluminación natural – Dormitorios primer nivel)
- $2H = 2 \times 2 = 4$ (Grado de iluminación natural – Dormitorios segundo nivel)



ELEVACIÓN NORTE – DORMITORIOS

$2H = 2 \times 2 = 4$ (Grado de iluminación natural)

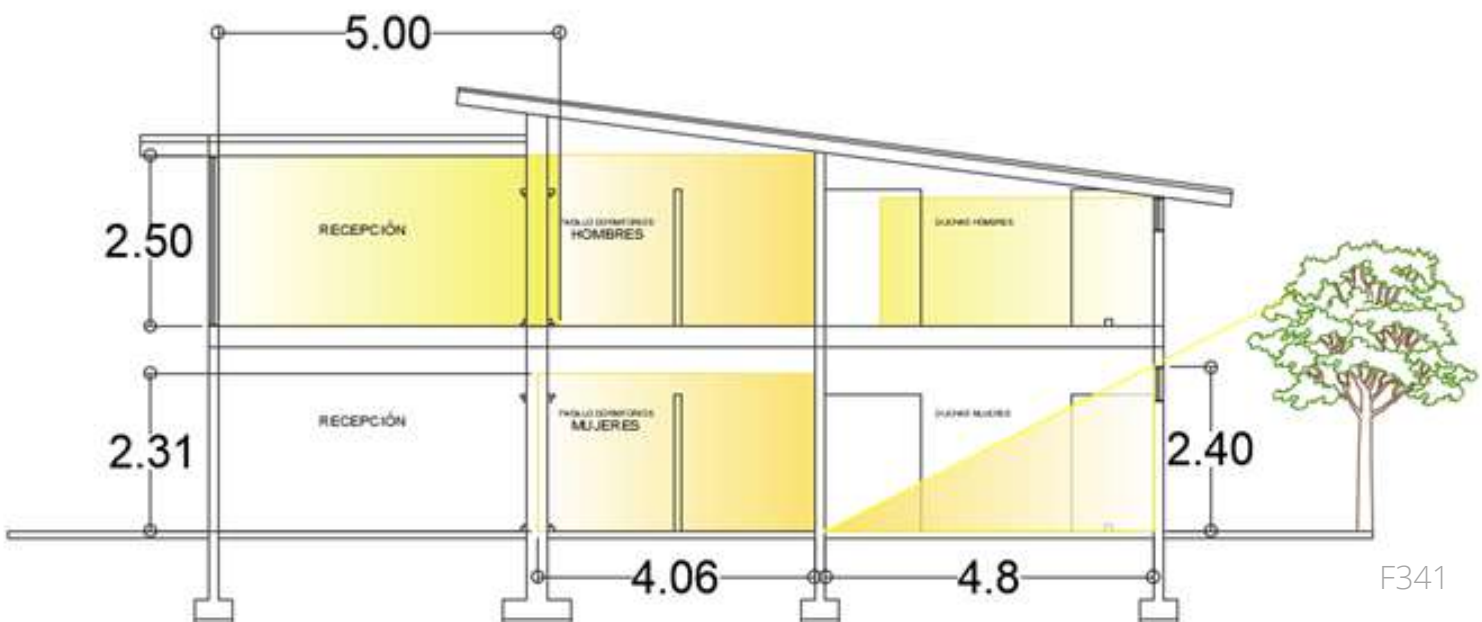


ELEVACIÓN OESTE – DORMITORIOS

$2H = 2 \times 2,3 = 4,6$ (Grado de iluminación natural – primer nivel)

$2H = 2 \times 2,5 = 5$ (Grado de iluminación natural – segundo nivel)

$2H = 2 \times 6,35 = 12,7$ (Grado de iluminación natural – Ventanal)



CORTE OESTE – ESTE

CONCLUSIONES

A partir de los datos e información obtenida se obtuvo el resultado final del anteproyecto antes mostrado teniendo en cuenta los objetivos y necesidades planteados del usuario.

Se tomo en cuenta el análisis climático para desarrollar el proyecto.

Cada espacio esta diseñado para su forma y su función, tomando en cuenta su uso y las personas que van a utilizar las instalaciones, creando un espacio de confort que los motive a seguir con su tratamiento,

Se creó el anteproyecto de un centro de salud mental con el objetivo de mejorar la atención al paciente y su tratamiento, un lugar de esparcimiento donde puedan realizar actividades, charlas, talleres, para informar más a la población sobre el tema de salud mental y cambiar el pensamiento de la sociedad sobre estos temas.

Bibliografía

ACEPS COSTA RICA (2011). ACEPS COSTA RICA. Recuperado el 13 de junio de 2021, de <https://www.facebook.com/acepscstarica/>

Alfani, F. B. (20 de febrero de 2018). Universidad de Costa Rica. Obtenido de <https://www.ucr.ac.cr/noticias/2018/02/20/casi-la-mitad-de-costarricenses-creen-que-trastornos-de-conducta-alimenticia-son-por-vanidad.html>

Allen, P. J. (2020). Psicología y mente. Obtenido de Los 16 trastornos mentales más comunes: <https://psicologiymente.com/clinica/trastornos-mentales-mas-comunes>

Alvarado, K. G., Guglielmetti, S., Tenis, S., & Diaz, C. A. (11 de Junio de 2012). Blogspot. Obtenido de HILDEGARD PEPLAU: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/hildegard-peplau.html>

Alvarez, A. (16 de Diciembre de 2021). INEC Costa Rica. Obtenido de <https://www.inec.cr/poblacion/defunciones>

Ana. (05 de Marzo de 2021). Paciente hospital Psiquiátrico Nacional. (M. H. Núñez, Entrevistador)

Andrea Imaginario. Especialista en Artes, Literatura Comparada e Historia (2021) El hombre de Vitruvio de Leonardo da Vinci Obtenido de: <https://www.culturagenial.com/es/hombre-de-vitruvio-leonardo-da-vinci/>

Autor desconocido. (2021) ACOTAR - ¿Quiénes somos? Obtenido de: <http://redregionalsaludmental.chhd.org/acotar/>

Autor desconocido. (2010) ASCOPA Obtenido de: <http://dis-capacidades.blogspot.com/2008/01/escriba-aqu-lo-que-quiere-que-aparezca.html>

Autor desconocido (2021) AUSDI Obtenido de: <http://redregionalsaludmental.chhd.org/ausdi/>

Autor desconocido (2021) Centros de salud mental Comunitaria (CSMC) Obtenido de: <https://www.minsa.gob.pe/salud-mental/>

Autor desconocido (2021) Centro Psiquiátrico Samu Wellness Obtenido de: <https://clnicasamu.com/nuestro-centro/objetivos/>

Autor desconocido (2021) Clínica la paz. Obtenido de: <https://ordenhospitalaria.org/salud-clinicalapaz/nuestra-clinica/>

Bibliografía

Autor desconocido. (s.f.). Coggle Diagram. Obtenido de <https://coggle.it/diagram/WKDxH4UaPwABDQx8/t/teorias-y-modelos-aplicados-a-la-salud-mental>

Autor desconocido (2011) El apoyo familiar, clave en el tratamiento de la depresión Obtenido de: <https://elmedicointeractivo.com/strongel-apoyo-familiar-clave-tratamiento-depresion-strong-20110820010056030596/>

Autor desconocido (2020) IAFA ¿Quiénes somos? Obtenido de: <https://www.iafa.go.cr/>

-Autor desconocido. (2021) Modelo médico Obtenido de: <https://psiquiatria.com/glosario/index.php?wurl=modelo-medico> Modelo medico

-Autor desconocido. TEORÍAS DE ENFERMERÍA: Hildegard Peplau Obtenido de: tpfte5.blogspot.com

- Autor desconocido. (2019) OMS trastornos mentales.

- Autor desconocido. San Rafael de Heredia. Obtenido de: [https://www.ecured.cu/San_Rafael_de_Heredia_\(Costa_Rica\)](https://www.ecured.cu/San_Rafael_de_Heredia_(Costa_Rica))

Autor desconocido (2021). Técnicas de estudio. Obtenido de Metodología de la Investigación: <https://www.tecnicas-de-estudio.org/investigacion/investigacion38.htm>

Ávalos, Á. (08 de julio de 2021). La Nación. Obtenido de <https://www.nacion.com/el-pais/salud/ccss-abre-investigacion-por-presuntos-maltratos-a/LKQSLFMRPVGUTGKDPFATKKK54Y/story/>

- Ávalos, Ángela (2021) CCSS abre investigación por presuntos maltratos a pacientes del Hospital Psiquiátrico Obtenido de: <https://www.nacion.com/el-pais/salud/ccss-abre-investigacion-por-presuntos-maltratos-a/LKQSLFMRPVGUTGKDPFATKKK54Y/story/> CCSS abre investigación por presuntos maltratos a pacientes del Hospital Psiquiátrico

Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica. (2013). Manual de disposiciones técnicas generales sobre seguridad humana y protección contra incendios 2013. En U. d. bomberos, Manual de disposiciones técnicas generales sobre seguridad humana y protección contra incendios 2013. Obtenido de <https://www.bomberos.go.cr/leyes-y-normas/>

CADIP (27 de Marzo de 2019). CADIP. Obtenido de <https://www.ccadip.com/post/desarrollo-cognitivo-piaget-y-vygotsky>

CCSS (29 de marzo de 2021). Caja Costarricense de Seguro Social. Obtenido de Anuario estadístico 2020: <https://www.ccss.sa.cr/estadisticas-salud>

Bibliografía

Cambronero, J. (07 de julio de 2021). sinart Costa Rica medios. Obtenido de: <https://costaricamedios.cr/2021/07/07/jovenes-relatan-malos-tratos-amenazas-y-escasa-atencion-especializada-luego-de-permanecer-internados-en-el-hospital-psiquiatrico/> Tres jóvenes denuncian malos tratos, amenazas y poca atención especializada en el Hospital Psiquiátrico

Castro-Sánchez, Carolina-Lucía (2020) Obtenido de: <https://repositoriotec.tec.ac.cr/handle/2238/12426>
Rediseño del Hospital Especializado Dr. Roberto Chacón Paut : arquitectura hospitalaria San Ramón de la Unión, Cartago

Centro psicoanalítico de Madrid. (2021) Los modelos psicoanalíticos y la neurociencia. Obtenido de: <https://www.centropsicoanaliticomadrid.com/publicaciones/revista/numero-5/los-modelos-psicoanaliticos-y-la-neurociencia/> Modelo psicoanalítico

Chinchilla, Daniel (2019) Noticia Obtenido de: <https://www.crhoy.com/nacionales/mientras-el-doctor-me-violaba-yo-veia-la-foto-de-la-esposa-y-la-hija-de-el-sobre-el-escritorio/> CR Hoy

Clinic, M. (20 de agosto de 2021). Mayo Clinic. Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/social-anxiety-disorder/symptoms-causes/syc-20353561>

Clínica Retornar (2021) Obtenido de: <https://clinicaretornar.com/>

Colegio Federado de Ingenieros y Arquitectos. (2010). Código Sísmico de Costa Rica. © Editorial Tecnológica de Costa Rica.

CONAPAM (2021). CONAPAM. Obtenido de <https://www.conapam.go.cr/inicio/>

Dr. Naranjo Hernández, C.Ydalsys. Universidad de Ciencias Médicas. Sancti Spíritus. Cuba (2017) La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem Obtenido de: http://www.scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009#:~:text=La%20teor%C3%ADa%20general%20del%20d%C3%A9ficit%20de%20autocuidado%20es,la%20demanda%20de%20autocuidado%20terap%C3%A9utico%20existente%20o%20

Ecosistemas de Costa Rica. (2012) Bosque tropical húmedo Obtenido de: <https://ecosistemasdecostarica.blogspot.com/2011/08/bosque-tropical-humedo.html>

Ecosistemas de Costa Rica. (2012) Bosque tropical húmedo. Obtenido de: <https://ecosistemasdecostarica.blogspot.com/2011/07/bosque-tropical-muy-humedo.html>

Bibliografía

El médico interactivo. (20 de Agosto de 2011). El médico interactivo. Obtenido de El apoyo familiar, clave en el tratamiento de la depresión:
<https://elmedicointeractivo.com/strongel-apoyo-familiar-clave-tratamiento-depresion-strong-20110820010056030596/>

Enesco, Ileana. (2011) Psicología del desarrollo. Obtenido de:
<https://webs.ucm.es/info/psicoevo/Profes/IleanaEnesco/Desarrollo/PsDesarrolloEnesco.pdf> PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO

Hotel Monteverde (2015). Hotel Monteverde. Obtenido de Acerca de Costa Rica:
http://www.trapphotelmonteverde.com/app/cms/www/index.php?locale=es-CR&id_menu=8

Fernandez, L., Mejía, L., Rodriguez, V., & Velandia, A. (05 de octubre de 2016). Prezi. Obtenido de LINEA DEL TIEMPO DE LA SALUD MENTAL:
<https://prezi.com/4bcspayrf8ma/linea-del-tiempo-de-la-salud-mental/>

Healthcare, N. (27 de Mayo de 2020). Fundación Nottinghamshire Healthcare NHS. Obtenido de Hospital de Rampton:
<https://www.nottinghamshirehealthcare.nhs.uk/rampton-hospital>

Hernández, D. N. (setiembre de 2017). La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. Obtenido de La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem

INEC (2015). INEC Costa Rica. Obtenido de Anuario Policial 2014:
<https://www.inec.cr/anuario-estadistico>

INVU. (2018). Reglamento de construcciones. En INVU, Reglamento de construcciones. San José. Obtenido de
<https://www.invu.go.cr/documents/20181/33489/Reglamento+de+Construcciones>

-Jiménez Campos, Leonardo (2020) Obtenido de: <https://cronicasdeunion.com/hospital-dr-roberto-chacon-paut-puertas-abiertas-a-las-comunidades-vecinas/> Hospital Dr. Roberto Chacón Paut: Puertas abiertas a las comunidades vecinas

- Jordimanel, Monferrer (2013) Psicología social Obtenido de:
<https://blogs.udima.es/psicologia/psicologia-social-o-sociologia-psicologica-apuntes-para-el-debate/> Psicología social.

- Keegan Eduardo (2019) Psyciencia: ¿Por qué se desarrollan y persisten los trastornos mentales? La perspectiva cognitivo-conductual. Buenos aires, Argentina.

Bibliografía

Lepis, A. (08 de Diciembre de 2021). Funcionamiento del Hospital psiquiatrico Dr. Manuel Chapuí. (M. H. Núñez, Entrevistador)

Ley 7600. (1996). En Ley 7600 igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad. Obtenido de <https://www.tse.go.cr/pdf/normativa/leyigualdaddeoportunidades.pdf>

Marta Guerri. (2021) La Psicología Existencial o Existencialismo Obtenido de: <https://www.psicoadictiva.com/blog/la-psicologia-existencial-o-existencialismo/>

Martínez, G. G. (2021). Psicología y mente. Obtenido de <https://psicologiamente.com/social/interaccionismo-simbolico>

Medlineplus. (12 de febrero de 2021). Medlineplus. Obtenido de Ansiedad: <https://medlineplus.gov/spanish/anxiety.html>

Mersey, Care NHS Foundation Trus (2019) Obtenido de: <https://www.nhs.uk/services/hospitals/overview/defaultview.aspx?id=2608>

Metter, L. (2013). White matter integrity is reduced in bulimia nervosa. The international journal of eating disorders, 46(3), pp. 264 -273.

Ministerio de Hacienda (11 de febrero de 2021). Ministerio de Hacienda. Obtenido de <https://www.hacienda.go.cr/contenido/13909-presupuestos-de-municipalidades>

Ministerio de Hacienda (Diciembre de 2021). Ministerio de Hacienda. Obtenido de Presupuestos de municipalidades: <https://www.hacienda.go.cr/contenido/13909-presupuestos-de-municipalidades>

Molina, L. (05 de Junio de 2019). Semanario universidad. Obtenido de <https://semanariouniversidad.com/especiales/suicidios-aumentan-en-costa-rica/>

Mora, A. (2016). INEC Costa Rica. Obtenido de https://www.inec.cr/poblacion/defunciones?keys=SUICIDIOS&shs_term_node_tid_depth=All&field_perodo_tid=All&field_anio_documento_value%5Bvalue%5D%5Bdate%5D=

- Municipalidad San Rafael de Heredia (2021) Estudios generales Obtenido de: <https://www.munisrh.go.cr/estudios-generales/>

- Municipalidad San Rafael de Heredia (2021) Reseña Histórica Obtenido de: <https://www.munisrh.go.cr/resena-historica/>

Bibliografía

-Pérez, Verónica. Periodista especializada en salud. (2016) Joan Riehl-Sisca y la teoría del interaccionismo simbólico. Obtenido de:
<https://www.onsalus.com/joan-riehl-sisca-y-la-teoria-del-interaccionismo-simbolico-18665.html#:~:text=Joan%20Riehl-Sisca%20fue%20un%20te%C3%B3rica%20de%20enfermer%C3%ADa%20que,en%20la%20implementaci%C3%B3n%20de%20la%20asistencia%20de%20enfermer%C3%ADa>.

Nina, D. R. (07 de diciembre de 2020). Instituto Nina. Obtenido de
<https://www.institutonina.com/post/los-colores-y-la-salud-mental>

Pérez., D. M. (08 de octubre de 2021). "La salud mental es ahora". Recuperado el 15 de diciembre de 2021, de <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/746-noticias-2021/2179-la-salud-mental-es-ahora>

PIAM (2017). PIAM. Obtenido de <https://piam.ucr.ac.cr/>

-Psicóloga Alós, Daniela (2017) La teoría interpersonal de Harry Sullivan Obtenido de:
<https://lamenteesmaravillosa.com/la-teoria-interpersonal-de-harry-sullivan/> La teoría interpersonal de Harry Sullivan

Psiquiatría.com. (2021). Psiquiatría.com. Obtenido de Glosario de términos/medicamentos: <https://psiquiatria.com/glosario/index.php?wurl=centro-de-salud-mental>

Público en general (abril de 2021). Salud mental. (M. H. Núñez, Entrevistador) Obtenido de <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeV60-sbDNmH1j0i7e6wpXZxtuOw7rqyyh9E55gQu1YfPAsFQ/viewform?vc=0&c=0&w=1&flr=0>

-Rodríguez Jiménez, Manuel. Reseña Histórica Hospital Nacional Psiquiátrico Manuel Antonio Chapuí y Torres. Obtenido de:
<https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/textos/rhistoricaahnp.pdf>

Rojas, D. Y. (06 de Diciembre de 2021). Entrevista sobre salud mental en Costa Rica. (M. H. Núñez, Entrevistador)

- Rojas-Rodríguez, Freddy - Torres-Córdoba, Gustavo. Árboles del Valle Central de Costa Rica: reproducción Obtenido de: <file:///D:/Users/Monica/Downloads/Dialnet-ArbolesDelValleCentralDeCostaRica-5523341.pdf>

Bibliografía

Sampieri, D. R., Fernández Collado, D., & Baptista Lucio, D. (2014). METODOLOGÍA de la investigación. En D. R. Sampieri, D. C. Fernández Collado, & D. M. Baptista Lucio, METODOLOGÍA de la investigación. Obtenido de Diseño no experimental: <https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Sampieri.Met.Inv.pdf>

Segura, S. (08 de octubre de 2021). Ministerio de salud Costa Rica. Obtenido de <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/746-noticias-2021/2179-la-salud-mental-es-ahora>

Sistema Costarricense de información jurídica. (s.f.). Obtenido de Artículo 33, Ley Forestal N° 7575: http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_articulo.aspx?param1=NRA&nValor1=1&nValor2=71469&nValor3=86751&nValor5=11

Todos somos uno. (19 de setiembre de 2012). Todos somos uno. Obtenido de <https://todossomosuno.com.mx/portal/los-colores-el-animo-y-la-salud-mental/>

Tomey, A. M., & Raile Alligood, M. (2007). “Modelos y teorías de enfermería”.

Umaña, P. (11 de setiembre de 2018). Universidad de Costa Rica. Obtenido de Biodiversidad se enfrenta a rigidez institucional: <https://www.ucr.ac.cr/noticias/2018/09/11/biodiversidad-se-enfrenta-a-rigidez-institucional.html>

- Universidad Internacional de Valencia (2018) ¿En qué consiste el modelo cognitivo conductual? Obtenido de: <https://www.universidadviu.com/int/actualidad/nuestros-expertos/en-que-consiste-el-modelo-cognitivo-conductual>

- Veale, D. (2014). Obsessive-compulsive disorder. British Medical Journal, 348, 348:g2183.

- Vergara, Carlos (2020) ¿En qué consiste el enfoque conductual en psicología? Obtenido de: <https://www.actualidadenpsicologia.com/enfoque-conductual-psicologia>

- Weeks, J. (2013). Gaze avoidance in social anxiety disorder. Depression and anxiety, 30(8), pp. 749 -756.

- Zhao, Z. (2016). The potential association between obesity and bipolar disorder: A meta-analysis. Journal of affective disorders, 202, pp. 120 -123.

Bibliografía Imágenes

- F.1 Elaboración propia
- F.2 Elaboración propia
- F.3 Elaboración propia
- F.4 [https://gestion.pe/resizer/3pvXJnRrqSAIDXNAvGCQ_2rGjao=/580x330/smart/filters:format\(jpeg\):quality\(75\)/cloudfront-us-east-](https://gestion.pe/resizer/3pvXJnRrqSAIDXNAvGCQ_2rGjao=/580x330/smart/filters:format(jpeg):quality(75)/cloudfront-us-east-)
- F.5 <https://www.crushpixel.com/es/stock-vector/case-study-turquoise-concept-icon-3720452.html>
- F.6 Periódico La nación
- F.7 Página web de Sinart
- F.8 Página web CR HOY
- F.9 Elaboración propia
- F.10 https://img.freepik.com/vector-gratis/seccion-preguntas-frecuentes-sitio-web-mesa-ayuda-al-usuario-soporte-al-cliente-preguntas-frecuentes-solucion-problemas-juego-preguntas-personaje-dibujos-animados-hombre-confundido_335657-1602.jpg?size=338&ext=jpg
- F.11 <https://costarica.org/es/datos/poblacion/>
- F.12 <https://socialmeediaaa.blogspot.com/2020/04/asistencia-social-icono.html>
- F.13 Foto propia
- F.14 https://image.freepik.com/free-vector/group-of-doctors-staff-with-medical-icons_24908-62692.jpg
- F.15 Elaboración propia
- F.16 ACEPS <https://www.facebook.com/acepscostarica/>
- F.17 ACOTAR <https://www.facebook.com/Acotar-Costa-Rica-258450877596079/>
- F.18 ASCOPA <http://dis-capacidades.blogspot.com/2008/01/escriba-aqu-lo-que-quiere-que-aparezca.html>
- F.19 AUSDI <http://redregionalsaludmental.chhd.org/ausdi/>
- F.20 CONAPAM <https://www.conapam.go.cr/inicio/>
- F.21 IAFA <https://www.iafa.go.cr/>
- F.22 PIAM <https://piam.ucr.ac.cr/>
- F.23 https://image.freepik.com/free-vector/mental-health-day-man-profile-brain-with-set-items_18591-69494.jpg
- F.24 <https://www.dreamstime.com/vector-square-concept-seo-copywriting-flat-men-woman-making-notes-write-marketing-text-website-content-use-image172173845>
- F. 25 <https://ach.sa.cr/directorio/listado/hospital-siquiatrico-roberto-chacon-paut>
- F.26 <https://costaricamedios.cr/wp-content/uploads/2020/09/Hospital-Nacional-Psiquiatrico.jpg>
- F. 27 Hospital psiquiátrico Roberto Chacon Paut Cartago - Fotos del Arq Carlos Rivera
- F. 28 https://clnicasamu.com/wp-content/uploads/2016/12/logo_samu_wellness.png
- F. 29 <https://clnicasamu.com/wp-content/uploads/2016/12/fachada.jpg>
- F. 30 <https://clnicasamu.com/wp-content/uploads/2016/12/patio-trasero.jpg>
- F. 31 <https://sevilla.abc.es/contenidopromocionado/wp-content/uploads/sites/2/2017/06/wellness-1.jpg>
- F. 32 <https://clnicasamu.com/wp-content/uploads/2016/12/hospital-de-dia-2.jpg>

Bibliografía Imágenes

- F. 33 https://elcorreoweb.es/documents/10157/0/711x400/18c0/675d400/none/10703/MLY/10703/MLY/image_content_19097713_20170710123752.jpg
- F. 34 https://files.rcnradio.com/public/styles/m_img_680x464/public/2020-04/la_paz_2_0.jpg?itok=TqNYsH5-
- F. 35 <http://ordenhospitalaria.org/salud-clinicalapaz/wp-content/uploads/sites/24/2019/09/Chapinero.jpg>
- F. 36 <https://ordenhospitalaria.org/salud-clinicalapaz/wp-content/uploads/sites/24/2020/11/photo-scaled.jpg>
- F. 37 facebook Clínica de Nuestra Señora de la Paz - Bogotá/Colombia
- F. 38 <https://ordenhospitalaria.org/salud-clinicalapaz/wp-content/uploads/sites/24/2021/08/Planata-piso-1.png>
- F. 39 <https://ordenhospitalaria.org/salud-clinicalapaz/wp-content/uploads/sites/24/2021/08/Planata-piso-2.png>
- F. 40 <https://ordenhospitalaria.org/salud-clinicalapaz/wp-content/uploads/sites/24/2021/08/Planta-piso-3.png>
- F. 41 <https://consultorsalud.com/wp-content/uploads/2021/10/CNSP.jpg>
- F. 42 - 44 facebook Clínica de Nuestra Señora de la Paz - Bogotá/Colombia
- F. 45 https://www.kienyke.com/sites/default/files/styles/interna_destacada_s/public/2020-04/clinica-nuestra-sen%CC%83ora-de-la-paz.jpg?itok=dvmLuZVr
- F. 46 google maps
- F. 47 <https://mapcarta.com/es/W534147372>
- F. 48 http://nationwidejoinery.co.uk/sites/default/files/styles/case_study_large/public/case-study/health/cs-lg-rampton-secure-hospital-derby.jpg?itok=l1wDgcg
- F. 49 https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQAMEJ8St5CfX2jZQD-glFEV6dS2KjzQvjZ_57Z4fgKkjbeNc93KeP1XLvr1KZfltIDw38&usqp=CAU
- F. 50 <https://cdn-bio.qrz.com/q/g7syq/img94joktmu72286.jpg?p=1f7062d4a03b9a664fb7886da467269f>
- F. 51 <https://cdn-bio.qrz.com/q/g7syq/img94joktmu72286.jpg?p=1f7062d4a03b9a664fb7886da467269f>
- F. 52 Elaboración propia
- F. 53 Elaboración propia
- F. 54 <https://artprintsivicky.com/wp-content/uploads/2019/10/costa-rica-map-print-watercolor.jpg>
- F. 55 <https://www.jica.go.jp/costarica/english/c8h0vm0000bmu4kd-img/top.jpg>
- F. 56 Elaboración propia
- F. 57 <https://image.shutterstock.com/image-vector/hand-drawn-vector-illustration-drawing-260nw-2015356223.jpg>
- F. 58 <https://www.costarica21.com/San-Rafael-s.html>
- F. 59 Elaboración propia
- F. 60 <https://image.shutterstock.com/image-vector/hand-drawn-vector-illustration-drawing-260nw-2015356223.jpg>
- F. 61 <https://es.dreamstime.com/habilidades-de-gesti%C3%B3n-del-estr%C3%A9s-image99933750>

Bibliografía Imágenes

- F. 62 https://www.freepik.es/vector-premium/ataque-panico-personaje-femenino-nina-miedo-lesion-mental-antigua-aislada-blanco_8869321.htm
- F. 63 <https://www.pngwing.com/es/free-png-nbngd>
- F. 64 <https://image.shutterstock.com/image-vector/agoraphobia-fear-entering-open-crowded-260nw-1106510189.jpg>
- F. 65 <https://nepesa.es/trastorno-de-estres-postraumatico/>
- F. 66 <https://tudesarrollopersonal.es/wp-content/uploads/2020/09/transtorno-obsesivo-compulsivo.png>
- F. 67 <https://w7.pngwing.com/pngs/617/640/png-transparent-fear-anxiety-silhouette-shadow-disorder-woman-scare-phobia-afraid-scary-thumbnail.png>
- F. 68 <https://media.istockphoto.com/illustrations/bipolar-disorder-mind-mental-health-connection-watercolor-painting-illustration-id969981736?k=6&m=969981736&s=170667a&w=0&h=caPbMgTomQdBsmyT17JIPATU4G9rRsEptsL OGHptmGE=>
- F. 69 <https://www.womenshealthmag.com/author/4061/meghan-rabbitt/>
- F. 70 <https://astronautaemocional.com/wp-content/uploads/2019/08/Depresion.png> trastorno depresivo
- F. 71 <https://c8.alamy.com/comp/T5F3Y2/calorie-restriction-and-autophagy-as-a-fasting-diet-symbol-or-eating-disorder-nutrition-concept-promoting-healthy-benefits-for-prolonging-lifespan-T5F3Y2.jp>
- F. 72 <https://media.istockphoto.com/vectors/woman-nutrition-disorder-bulimia-problem-vector-vector-id1277727210?k=6&m=1277727210&s=612x612&w=0&h=JHg6xcFn-nGTU6JI1kUjw-Yg6qWPeHeLI-yfF66dtgQ=>
- F. 73 <https://media.istockphoto.com/vectors/overeating-addiction-concept-vector-illustration-vector-id1144996037?k=6&m=1144996037&s=612x612&w=0&h=QRM-cS443q8N1ZO69iX8xj2OhaljxOymQAxmATVrnQM=>
- F. 74 https://cdn2.psychologytoday.com/assets/styles/manual_crop_1_91_1_1528x800/public/field_blog_entry_teaser_image/cover_0.jpg?itok=XApdSm3f
- F. 75 Elaboración propia
- F. 76 <https://behaviorandeconomics.com/wp-content/uploads/unnamed-1.jpg> trastornos de personalidad
- F. 77 <https://www.terapify.com/blog/wp-content/uploads/2020/10/Que%CC%81-es-fobia-social-y-co%CC%81mo-se-trata-Terapify.png> Trastorno antisocial
- https://png.pngtree.com/png-vector/20210210/ourmid/pngtree-3d-cubes-shape-png-image_2909667.jpg
- F. 78 Elaboración propia
- F. 79 Canva
- F. 80 Elaboración propia
- F. 81 Canva
- F. 82 Canva
- F. 83 Canva

Bibliografía Imágenes

- F. 84 Canva
- F. 85 Elaboración propia
- F. 86 Canva
- F. 87 https://media.istockphoto.com/vectors/emergency-lights-icon-vector-id510004532?k=20&m=510004532&s=170667a&w=0&h=4ciCYPQaN7Jp5rDpOAvV0WJts6PnMSu8A52sT_w6dNM=
- F. 88 <https://salidaemergencia.wordpress.com/2013/11/01/i-convocatoria-salida-de-emergencia-para-proyectos-expositivos/>
- F. 89 <https://www.proese-seguridad.com/wp-content/uploads/2018/10/Icono-Incendio.png>
- F. 90 <https://www.ciudadaccesible.cl/wp-content/uploads/2014/09/Ficha-3-A-Estacionamientos-PcD-en-V%C3%ADa-p%C3%BAblica.pdf>
- F. 91 Canva
- F. 92 Elaboración propia
- F. 93 https://static.vecteezy.com/system/resources/previews/002/594/418/non_2x/open-door-entrance-access-isolated-design-flat-icon-free-vector.jpg
- F. 94 <https://docplayer.es/docs-images/77/74858586/images/165-0.jpg>
- F. 95 Canva
- F. 96 Canva
- F. 97 http://www.emarq.net/uploads/8/3/4/5/8345765/dise-o-medidas-rampa-recta-para-discapitados_orig.jpg
- F. 98 <https://mandua.cdn1.dattamax.com/userfiles/images/galerias/escalera-1.jpg>
- F. 99 <https://3.bp.blogspot.com/-QpfqCt2Zs84/V5LVuSSTMVIAAAAAAAAAACM/jzps7dvF7sMZg0S64QL1Xw8cLIKbv7ZDwCLcB/s1600/OTTO%2B3.png>
- F. 100 https://st.depositphotos.com/2197868/3420/v/600/depositphotos_34206935-stock-illustration-mountains-and-river.jpg
- F. 101 Canva
- F. 102 Elaboración propia
- F. 103 Elaboración propia
- F. 104 Elaboración propia
- F. 105 Elaboración propia
- F. 106 Canva
- F. 107 Canva
- F. 108 Canva
- F. 109 Canva
- F. 110 <https://i.pinimg.com/originals/52/f4/cc/52f4cc45b830ae1b161a1661d8fd460f.jpg>
- F. 111 <https://www.mintwise.com/blog/wp-content/uploads/2020/06/bright.jpg>
- F. 112 Elaboración propia
- F. 113 <https://slideplayer.es/slide/1859326/>
- F. 114 Canva
- F. 115 Elaboración propia

Bibliografía Imágenes

F. 116 https://image.freepik.com/vector-gratis/ilustracion-poder-cerebral-colores-pintura-establecidos_18591-67915.jpg

F. 117 <https://soniamasip.com/wp-content/uploads/2017/03/colores-en-el-dise%C3%B1o-de-interior-circulo-cromatico.jpg>

F. 118 Elaboración propia

F. 119 Elaboración propia

F. 120 Elaboración propia

F. 121 Elaboración propia

F. 122 Elaboración propia

F. 123 Elaboración propia

F. 124 Elaboración propia

F. 125 Elaboración propia

F. 126 Elaboración propia

F. 127 Elaboración propia

F. 128 Elaboración propia

F. 129 Facebook Aves del Paraíso

F. 130 Elaboración propia

F. 131 Elaboración propia

F. 132 Elaboración propia

F. 133 Elaboración propia

F. 134 Elaboración propia

F. 135 Elaboración propia

F. 136 Elaboración propia

F. 137 Elaboración propia

F. 138 Elaboración propia

F. 139

<https://image.wasi.co/eyJidWNrZXQiOiJzdGF0aWN3Iiwia2V5IjoiaW5tdWVibGVzXC9nMjg1ODQyMjAxOTEwMDcwMzE4MjEuanBnIiwiaWZWRpdHMiOmsibm9ybWFsaXNlljp0cnVILCJyb3RhdGUiOiJAsInJlc2l6ZSI6eyJ3aWR0aCI6OTAwLCJoZWlnaHQiOiY3NSwiZml0IjoieY29udGFpbilImJhY2tncm91bmQiOmsicili6MjU1LCJnIjoyNTUsImliOjI1NSwiYWxwaGEiOiJF9fX19>

F. 140 Elaboración propia

F. 141 <https://puravidaguide.com/facebook-events/caminata-montanas-de-heredia/>

F. 142 Elaboración propia

F. 143 Elaboración propia

F. 144 Elaboración propia

F. 145 Elaboración propia

F. 146 <http://www.nuevageneracion.ed.cr/web/instalaciones.html>

F. 147 https://ecomunicipal.co.cr/wp-content/uploads/2021/05/Municipalidad_San_Rafael_Heredia_web.jpg

F. 148

<https://www.facebook.com/PeriodicoHerediaHoy/photos/pcb.2848158495411365/2848158082078073/>

Bibliografía Imágenes

- F. 149 Elaboración propia
- F. 150 Elaboración propia
- F. 151 Elaboración propia
- F. 152 Elaboración propia
- F. 153 Elaboración propia
- F. 154 Elaboración propia
- F. 155 Elaboración propia
- F. 156 Elaboración propia
- F. 157 Elaboración propia
- F. 158 <https://i.ytimg.com/vi/Sa6xxBtSYcw/mqdefault.jpg>
- F. 159 Canva
- F. 161 Elaboración propia
- F. 162 Elaboración propia
- F. 163 Elaboración propia
- F. 164 Elaboración propia
- F. 165 Elaboración propia
- F. 166 Canva
- F. 167 <https://docs.google.com/presentation/d/1pRX-DpKleHE2gMdnE0CQQLMJFq2WunUNX2upDeXZlZQ/htmlpresent>
- F. 168 Elaboración propia
- F. 169 Elaboración propia
- F. 170 https://es.123rf.com/photo_69467514_vector-s%C3%ADmbolo-abstracto-del-r%C3%ADo-dibujo-con-acuarelas.html
- F. 171 Elaboración propia
- F. 172 Elaboración propia
- F. 173 Elaboración propia
- F. 174 Elaboración propia
- F. 175 Elaboración propia
- F. 176 Elaboración propia
- F. 177 Elaboración propia
- F. 178 Elaboración propia
- F. 179 Elaboración propia
- F. 180 Elaboración propia
- F. 181 Elaboración propia
- F. 182 Fuente: Ing. Diógenes Cubero Fernández, PhD.
- F. 183 Elaboración propia
- F. 184 Elaboración propia
- F. 185 Elaboración propia
- F. 186 Elaboración propia
- F. 187 https://st2.depositphotos.com/4230659/10499/v/950/depositphotos_104992808-stock-illustration-bikers-in-park-cycling-on.jpg

Bibliografía Imágenes

F. 188 Elaboración propia

F. 189 Elaboración propia

F. 190 Elaboración propia

F. 191 Elaboración propia

F. 192 Elaboración propia

F. 193 Elaboración propia

F. 194 Elaboración propia

F. 195 Elaboración propia

F. 196 Elaboración propia

F. 197 Elaboración propia

F. 198 Elaboración propia

F. 199 Canva

F. 200 Canva

F. 201 Canva

F. 202 Canva

F. 203 Elaboración propia

F. 204 [https://www.researchgate.net/profile/Bernardo-](https://www.researchgate.net/profile/Bernardo-Vargas/publication/260226690/figure/fig1/AS:392447763992577@1470578246178/Figura-1-Mapa-de-zonas-de-vida-en-Costa-Rica-segun-la-clasificacion-de-Holdridge.png)

Vargas/publication/260226690/figure/fig1/AS:392447763992577@1470578246178/Figura-1-Mapa-de-zonas-de-vida-en-Costa-Rica-segun-la-clasificacion-de-Holdridge.png

F. 205

https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/1/12/Zonas_de_vida_de_Holdrige.svg/1200px-Zonas_de_vida_de_Holdrige.svg.png

F. 206 Canva

F. 207 Canva

F. 208 Elaboración propia

F. 209 [https://www.google.com/url?](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fdialnet.unirioja.es%2Fdescarga%2Farticulo%2F5523341.pdf&psig=AOvVaw164Mkklrr3Jbq8s8gWIB6A&ust=1635878959142000&source=images&cd=vfe&ved=0CAwQjhqxqFwoTCNDL34vr9_MCFQAAAAAdAAAAABAD)

sa=i&url=https%3A%2F%2Fdialnet.unirioja.es%2Fdescarga%2Farticulo%2F5523341.pdf&psig=AOvVaw164Mkklrr3Jbq8s8gWIB6A&ust=1635878959142000&source=images&cd=vfe&ved=0CAwQjhqxqFwoTCNDL34vr9_MCFQAAAAAdAAAAABAD

F. 210 <http://plantas.ddinnova.net/?p=2405>

F. 211

<https://catalogofloravalleaburra.eia.edu.co/storage/images/8fd8d0c5d0bacaefb663b9da956df09e5351c20d.jpg>

F. 212 [https://1.bp.blogspot.com/-6fBdemp1Bn0/YAMiZE-](https://1.bp.blogspot.com/-6fBdemp1Bn0/YAMiZE-zRtl/AAAAAAAAI0I/UYafx7S5tzl5NOnHp496xn5yBWoXORw0QCLcBGAsYHQ/s1115/arb)

zRtl/AAAAAAAAI0I/UYafx7S5tzl5NOnHp496xn5yBWoXORw0QCLcBGAsYHQ/s1115/arb

F. 213 Elaboración propia

F. 214

[https://lh4.googleusercontent.com/proxy/QeNPLubtOaMfvkE4BdcKybTctxuhmqxpFF6CKCL1cvDVLZcmSfTYDUNSpbs1dfQMoe3Z8Q3ehb0e2Qrc8AKBG-](https://lh4.googleusercontent.com/proxy/QeNPLubtOaMfvkE4BdcKybTctxuhmqxpFF6CKCL1cvDVLZcmSfTYDUNSpbs1dfQMoe3Z8Q3ehb0e2Qrc8AKBG-8bsAirsMjvx3NbuJ5a1ucN_UBo1Ful=s0-d)

8bsAirsMjvx3NbuJ5a1ucN_UBo1Ful=s0-d

F. 215 <https://www.worldenergytrade.com/innovacion/estilo-vida/descubre-cuantos-paneles-solares-necesitas-para-alimentar-tu-casa>

Bibliografía Imágenes

F. 216 https://www.homify.com.mx/libros_de_ideas/7836758/15-razones-para-amar-a-una-ventana-corrediza

F. 217

<https://previews.123rf.com/images/narodomtavilarp/narodomtavilarp1606/narodomtavilarp160600100/60388321-concrete-floor-texture.jpg>

F. 218 <https://www.bodegondelaceramica.cr/wp-content/uploads/2021/08/madero-cedro.jpg>

F. 219

<https://us.123rf.com/450wm/olarnmeesang/olarnmeesang1709/olarnmeesang170900013/85020036-metal-de-acero-inoxidable-textura-fondo-de-reflexi%C3%B3n.jpg?ver=6>

F. 220 <https://thumbs.dreamstime.com/b/fondo-azul-claro-de-la-textura-del-vidrio-esmerilado-color-124082010.jpg>

F. 221 Elaboración propia

F. 222 Canva

F. 223 Canva

F. 224 https://www.freepik.com/free-vector/flat-mental-health-facebook-post-template_16534312.htm

F. 225 https://st.focusedcollection.com/13422768/i/140/focused_236819808-stock-photo-illustration-transparent-blue-silhouette-male.jpg

F. 226 <https://pixabay.com/es/vectors/leonardo-da-vinci-retrato-l%C3%ADnea-arte-6476535/>

F. 227 <https://w7.pngwing.com/pngs/40/130/png-transparent-vitruvian-man-mural-drawing-others-angle-poster-monochrome.png>

F. 228 Elaboración propia

F. 229 Elaboración propia

F. 230 Elaboración propia

F. 231 Elaboración propia

F. 232 Elaboración propia

F. 233 Elaboración propia

F. 234 Elaboración propia

F. 235 Elaboración propia

F. 236 Elaboración propia

F. 237 <https://www.istockphoto.com/es/vector/ilustraci%C3%B3n-vectorial-de-tratamiento-de-salud-mental-psicolog%C3%ADa-m%C3%A9dico-especialista-gm1172393292-325213684>

F. 238 Elaboración propia

F. 239 Elaboración propia

F. 240 Elaboración propia

F. 241 https://img.freepik.com/vector-gratis/icono-plano-organizacion_1262-18775.jpg?size=626&ext=jpg

F. 242 <https://thumbs.dreamstime.com/z/sistema-del-vector-del-guardia-de-seguridad-de-la-polic%C3%ADa-con-el-uniforme-blanco-y-negro-89853344.jpg>

Bibliografía Imágenes

F. 243 https://img.freepik.com/vector-gratis/empleados-empresa-que-planifican-tareas-lluvia-ideas_74855-6316.jpg?size=626&ext=jpg

F. 244 canva

F. 245 Canva

F. 246

<https://previews.123rf.com/images/yaryhee/yaryhee1506/yaryhee150600218/41798>

F. 247 - F. 341 Elaboración propia