CENTRO HOLÍSTICO

BUENOS AIRES DE PUNTARENAS, COSTA RICA

ARQUITECTURA PARA LA SALUD

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

ESCUELA DE ARQUITECTURA

PROYECTO DE GRADUACIÓN PARA OPTAR POR EL GRADO DE LICENCIATURA EN ARQUITECTURA

SUSTENTANTE: GUSTAVO BRIZUELA NAVARRO

TUTOR: ARQ. VÍCTOR H. MADRIGAL JIMÉNEZ MSC. MAP.

LECTOR: ARQ. PABLO A. MORA FALLAS MTR.

2022

DECLARACIÓN JURADA

DECLARACIÓN JURADA

Yo Gustavo Brizuela Navarro, mayor de edad, portador de la cédula de identidad número 304600065 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 Licenciatura en arquitectura, juro solemnemente que mi trabajo de investigación titulado:

Centro Holístico de Medicina Natural

_____

_____

_____, 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 nueve días del mes de junio del año dos mil veintidos.

_____

Firma del estudiante

Cédula: 304600065

CARTA TUTOR

aequos
Logistic

CARTA DEL TUTOR

San José, 13 de junio del 2022

Departamento de Registro
Universidad Hispanoamericana

Estimado señor:

El estudiante Gustavo Brizuela, cédula de identidad número 304600065, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación ¨Centro Holístico de Medicina Natural, el cual ha elaborado para optar por el grado de Licenciado en Arquitectura
En mi calidad de tutor, 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 DESARRROLLO Y PRESENTACIÓN DEL TEMA: MEDIACIÓN Y TRATAMIENTO DE LA INFORMACIÓN EN DOCUMENTO ICONOGRÁFICA Y DIAGRAMÁTICA	20%	19
b)	CUMPLIMIENTO ENTREGA AVANCES	10%	8
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%	20
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 CONTEMPLE LA REGULACIÓN CONSTRUCTIVA Y URBANA.	30%	28
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%	19
	TOTAL	100%	94%

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

Atentamente,

VICTOR HUGO MADRIGAL JIMENEZ (FIRMA)

Firmado digitalmente por VICTOR HUGO MADRIGAL JIMENEZ (FIRMA)
Fecha: 2022.06.13 13:22:50 -06'00'

Arq. Victor Madrigal Jimenez Msc. Map.
Cedula 1-857-709, Registró A-10750

CARTA DEL LECTOR

CARTA DEL LECTOR

San José, 17 de julio de 2022

Señores
Escuela de Arquitectura
Universidad Hispanoamericana

Estimados señores:

El estudiante ***Gustavo Brizuela Navarro*****,** cédula de identidad número 3-0460-0065, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación el trabajo de investigación denominado: **"Centro Holístico de Medicina Natural"*.***

En mi calidad de lector, he verificado que 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 de este.

Atentamente,

PABLO ANTONIO MORA FALLAS (FIRMA)

Firmado digitalmente por PABLO ANTONIO MORA FALLAS (FIRMA)
Fecha: 2022.07.17 21:11:04 -06'00'

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

CARTA DEL FILÓLOGO

CARTA DEL FILÓLOGO

San José, 6 de enero del 2023

Sres:
Departamento de Registro
UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA
Escuela de Arquitectura

Estimados Señores:

Por medio de la presente hacemos constar que hemos revisado el Proyecto Final de Graduación presentado ante la Facultad de Arquitectura, para optar por el grado académico de Licenciatura en Arquitectura, Titulado: **"Centro Holístico de Medicina Natural"**, presentado por el sustentante Gustavo Brizuela Navarro, con cédula No 3 0460 0065, en el cual hemos corregido los errores de redacción, estructura, gramática, estilo y puntuación.

Así mismo hacemos constar que la investigación es portadora de los siguientes valores:

-Originalidad y autenticidad en la propuesta.
-Manejo excepcional del espacio arquitectónico y el entorno natural.
-Alto rigor científico de principio a fin.

Cordialmente:

Licda: Grace Castro Jiménez
Cédula: 1 0835 0341
Colegiatura COLYPRO 060860

Eric González Conde
Lic. en Filología Universidad Central, Cuba.
Lector Externo del Consejo Editor de la EUNED
Ha publicado su obra en seis países
Carné 1855 cédula 119200332703

CARTA DE AUTORIZACIÓN PARA LICENCIA DE TFG

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA
CENTRO DE INFORMACION TECNOLOGICO (CENIT)
CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA REPRODUCCION PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACION

San José, __6 de enero del 2023

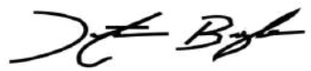
Señores:
Universidad Hispanoamericana
Centro de Información Tecnológico (CENIT)

Estimados Señores:

El suscrito (a) __Gustavo Brizuela Navarro____ con número de identificación 3 0460 0065 autor (a) del trabajo de graduación titulado _"Centro Holístico de Medicina Natural en Buenos Aires de Puntarenas Costa Rica" presentado y aprobado en el año__2022__ como requisito para optar por el título de __Licenciatura en Arquitectura_____; (SI) autorizo al Centro de Información Tecnológico (CENIT) 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,



_Gustavo Brizuela Navarro 3 0460 0065

Firma y Documento de Identidad

TABLA DE CONTENIDO

1 CAPÍTULO ANTECEDENTES GENERALES

1.1ANTECEDENTES DEL PROBLEMA 9-16
1.2 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN 17
1.3 JUSTIFICACIÓN 18
1.4 DELIMITACIONES 19
1.5 VIABILIDAD 20-22
1.6 OBJETIVOS 23
1.8 ANTECEDENTE HISTÓRICO 24-30
1.9 CASOS DE ESTUDIO 30-36
1.10 MARCO TEÓRICO 37–68
1.11 TEORÍAS RELACIONADAS 69–71
1.12 MARCO NORMATIVO 72–77
1.13 MARCO REFERENCIA 78–87
1.14 METODOLOGÍA 88–91

2 CAPÍTULO INVOLUCRADOS

2.1 INVOLUCRADOS 92–99
2.1.1 USUARIO 93
2.1.2 PERFIL DE USUARIOS 94-99
2.2 ACTIVIDADES 100-110
2.2.1 ACTIVIDADES MEDICAS- HOLÍSTICAS 102–110
2.3 NECESIDADES DEL ESPACIO 111–119
2.3.1 DISTRIBUCIÓN DEL ESPACIO 112–119
2.4 REQUISITOS TÉCNICOS DE ÁREAS 120–136

3 CAPÍTULO SITIO

3.1 UBICACIÓN GEOGRÁFICA 137–141
3.2 CARACTERÍSTICAS FÍSICO ESPACIALES 142–144
3.3 RIESGOS Y AMENAZAS DE DESASTRES NATURALES 145
3.4 COMPONENTES DE DISEÑO URBANO 146
3.5 USO DE SUELOS 147–148
3.6 SENDAS Y FLUJOS VEHICULARES 150 149
3.7 TIPOLOGÍA ARQUITECTÓNICA 150–151
3.8 COMPONEN TES DE DISEÑO URBANO 152
3.9 ZONA DE VIDA 153
3.10 VEGETACIÓN EXISTENTE 154–155
3.11 FAUNA EXISTENTE 156
3.12 CARACTERÍSTICAS FÍSICO ESPACIALES terreno 157–159
3.13 ENTORNO INMEDIATO 160
3.14 ANÁLISIS AMBIENTAL terreno 161–165

4 CAPÍTULO ANTEPROYECTO

4.1 CONCEPTUALIZACIÓN 166–171
4.1.1 CONCEPTO 168–169
4.1.2 DESCOMPOSICIÓN DE LA FORMA 170–171
4.2 ESTRUCTURA DE CAMPO 172
4.2.1 DESARROLLO DE LA FORMA 173
4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO 174–192
4.4 DIAGRAMA DE RELACIONES 193–196
4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA 197–220
4.5.1 PLANTA DE CONJUNTO 197–199
4.5.2 PLANTAS ARQUITECTÓNICAS 200–211
4.5.3 RUTAS DE EVACUACIÓN 212–220
4.5.4 VISTAS INTERNAS 221–227
4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL 228–240
4.5.6 FACHADAS 241–242
4.5.7 CORTES 243–246
4.5.7 CORTES DE SECCIÓN 247–250
4.5.8 VISTAS EXTERNAS 251–264
4.5.9 PROPUESTA DE VEGETACIÓN 265-266
4.5.10 ANÁLISIS CLIMÁTICO 267
4.6 VALORACIONES 268-277
4.7 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 278-281
4.8 REFERENCIA DE FIGURAS 282-304
4.9 MARCO CONCEPTUAL 305-311

F2.

INTRODUCCIÓN

Ante la situación actual que se vive en el país, el surgimiento de nuevos padecimientos ligados a un estilo de vida, cada vez son más notables. Esto lleva al deterioro de la salud, y afecta gravemente a la sociedad. La demanda por atención y mejoras en el servicio de salud, se incrementa drásticamente, y requiere de un espacio que logre brindar e integrar diferentes medicinas para la prevención y el tratamiento de diferentes enfermedades.

Sin embargo, se ha dejado de lado principios naturales, y la búsqueda de la medicina alternativa con un enfoque holístico, la cual se basa en sanar y equilibrar el cuerpo humano con lo físico, lo mental y lo espiritual. La salud holística es un tema que ha ido evolucionando, y continúa siendo de gran interés para aquellos que buscan el bienestar. No obstante, actualmente se desarrolla este enfoque holístico en espacios poco óptimos, limitados al alcance de la población.

Por otro lado, el diseño hospitalario ha sido enfocado en espacios para el uso de máquinas, dejando de lado, parámetros que influyan a través de los sentidos para el confort de los usuarios. Los centros de salud son un tanto intimidantes, y en algunos casos deshumanizados, incrementado el temor, y el estrés de los pacientes.

Ante esto, un Centro Holístico de medicina natural, podría ser el comienzo para integrar diferentes medicinas, tratamientos, y terapias en un mismo lugar. Apostando por espacios, que estimulen los sentidos, integrando elementos decorativos, y naturales que influyan a la recuperación y al confort de las personas.

ANTECEDENTES GENERALES



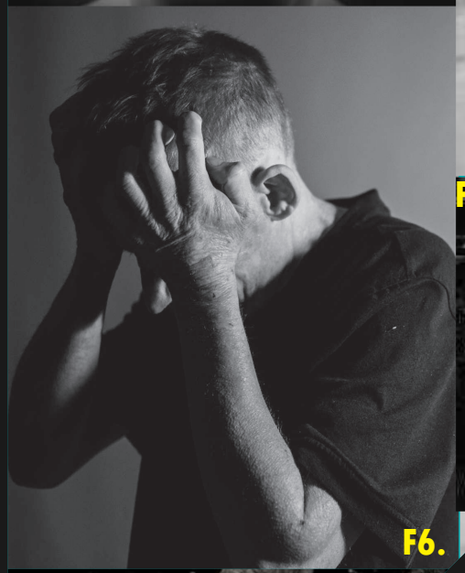
F3.



F4.



F5.



F6.



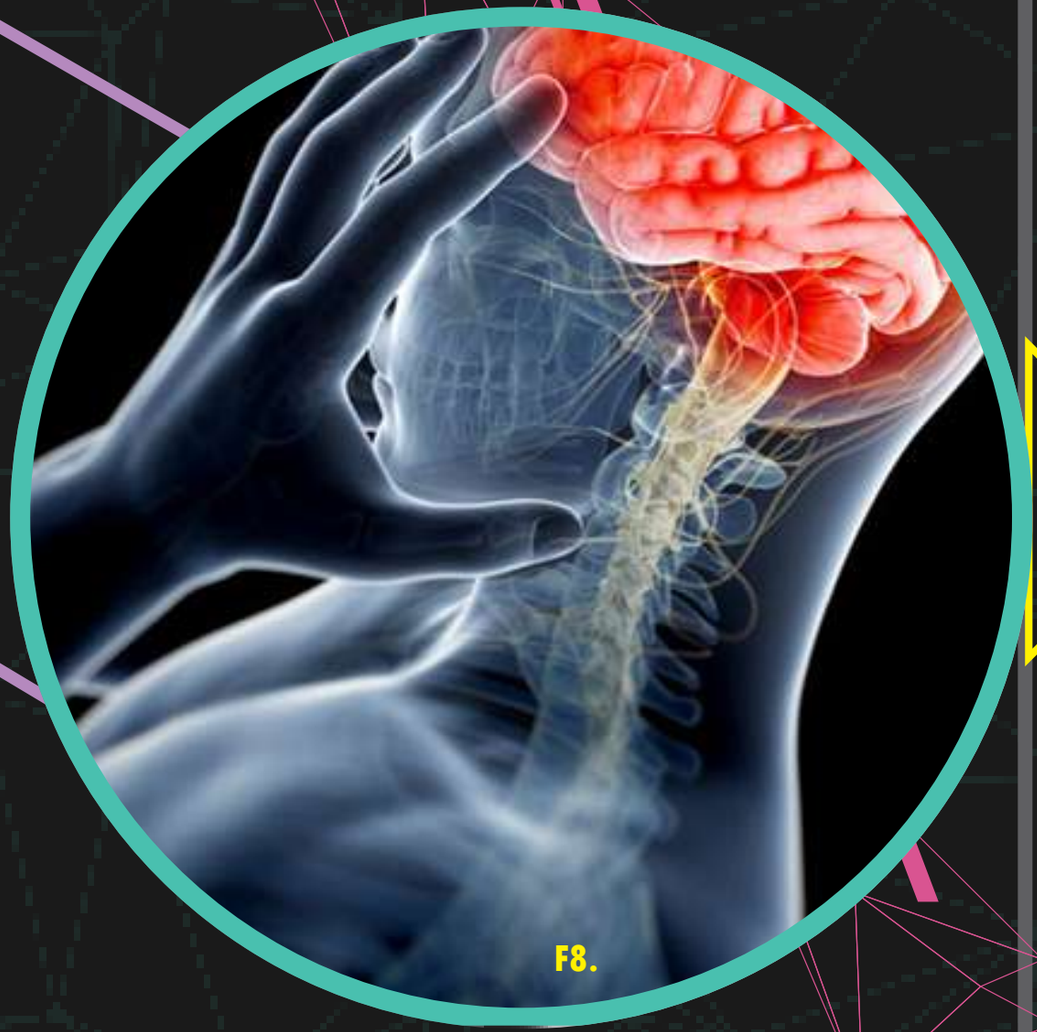
F7.

CAPÍTULO

“ Si fallamos en nutrir nuestras almas estas se marchitan y sin alma la vida deja de tener significado.”

Woodman

1.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA



F8.

Conforme, el Ministerio de Salud (2012), las capacidades físicas y mentales se vuelven insuficientes y surgen factores internos y externos, influyendo a una vida sedentaria que al final lleva a un deterioro mayor, enfermedades cardiovasculares o determinantes Biológicos como los trastornos bipolares, alzheimer, y esquizofrenia. Así mismo, los determinantes sociales, económicos y culturales alteran la salud mental. El estrés social es influenciado por un estilo de vida basado en los ingresos económicos, nivel educativo, abuso de drogas, empleo, prácticas religiosas en las que se desenvuelven las personas. En lo que cabe mencionar, el acceso adecuado a los sistemas de salud mental son limitados. Muchas personas carecen por completo de acceso a la atención psicosocial. A menudo las personas son tratadas únicamente con medicamentos, que al fin al cabo deterioran la salud a lo largo de sus vidas.



Existe un buen número de enfermedades en que la medicina alopática solo puede actuar con tratamientos de los síntomas por periodos prolongados, con medicamentos que frecuentemente provocan efectos secundarios graves y abarrotan los consultorios médicos de la caja y de la medicina privada. (Vargas González, 2015, pág. 74)



F9.

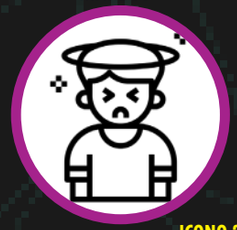
EFECTOS SECUNDARIOS

ALERGIAS



ICONO 1.

MAREOS



ICONO 2.

HUMOR



ICONO 3.

ESTOMACAL



ICONO 4.

Los hospitales y clínicas no abordan todas las causas ni logran curar la enfermedades en su totalidad ya que usan tratamientos alópatas (fármacos convencionales) y en muchos casos invasivos como en el caso de la hipertensión o la gastritis que son controladas con tratamientos paliativos, medicamentos que se deben tomar de por vida y que a la larga afectan otras partes de nuestro cuerpo o generan efectos secundarios. (Pérez, 2018, p. 4).

Es necesario recalcar que al tratarse las enfermedades, los centros hospitalarios no curan en su totalidad todas las enfermedades a las que se enfrenta la población, ya que utilizan medicina tradicional, que al fin al cabo tienen efectos secundarios que deterioran la salud con el paso del tiempo.

Además, es importante mencionar que los centros médicos no toman en cuenta e ignoran atender las necesidades psicológicas, pasando por alto técnicas antiguas de intervención de la medicina alternativa y natural. Dejando de lado la esencia del existir y trascender a un plano espiritual que conlleva a auto sanar el cuerpo, la mente y el alma.

Pérez, (2018), en su trabajo de tesis, propuso integrar un centro especializado de medicina holística que incorporara todas las terapias y tratamientos naturales, para la sanación de enfermedades. Esto mediante la investigación de la medicina holística, ejemplos de centros holísticos y centros médicos convencionales para conocer los requerimientos espaciales, funcionales y ambientales de las actividades y terapias holísticas y así fomentar el conocimiento de la psicología en la arquitectura, y de como el ser humano percibe la arquitectura con los cinco sentidos y como influye en los pensamientos.

MEDICINA ALOPÁTICA

Los psicofármacos son sustancias psicoactivas que afectan diversas áreas de la actividad mental, modificando de manera importante la afectividad, la capacidad motriz, los estados de consciencia, la capacidad sensorial y perceptiva y el comportamiento en general. Como sucede con los medicamentos en general, estas sustancias logran afectar otros órganos y sistemas del cuerpo en un grado variable según el tipo de sustancia, la dosis utilizada y el tiempo de consumo; razones por las cuales, la mayoría son medicamentos de prescripción y uso controlado. No obstante, algunos de estos y otros preparados similares, aunque no se encuentran disponibles para la población como productos de venta libre, existe la práctica de la auto medicación, para la cual los beneficios son inexistentes.

(Heineck, 1998 como se sito en Consumo de Medicamentos 2012).

1.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA



F10.

Ante la emergencia suscitada actual que enfrenta la humanidad y que se vive en el país, se ha tomado medidas necesarias ante la crisis, afectando gravemente a la sociedad costarricense originando problemas socio económicos y psicológicos.

La sociedad actual presenta una crisis epidemiológica de Covid-19, trayendo consigo consecuencias en el sistema de salud, saturando los centros hospitalarios, privando espacios adecuados para el trato de diferentes enfermedades. Esto ha obligado a que nuevas infraestructuras hospitalarias sean elaboradas, dejando de lado el interés de una arquitectura que influya a la psicología del bienestar.

Sin embargo, el desinterés en estos espacios hospitalarios no vienen a causa de la crisis, sino que ya se viene observando desde años atrás. Campos (2018), en su trabajo de investigación hace énfasis a este dato.

> Lamentablemente en el país, la mayoría de estructuras hospitalarias están obsoletas, porque fueron creadas hace muchos años, algunos más de 100 años, y conforme el tiempo ha pasado y la demanda de la población ha crecido, se han tenido que realizar re-diseños en las estructuras, y el Hospital Carlos Luis Valverde Vega, no es la excepción. Con sus 61 años de funcionamiento, actualmente el hospital es una amalgama de añadidos, que en busca de mejoras y actualizaciones en el servicio, junto con la gran cantidad de usuarios atendidos, colapsan el funcionamiento. Por razones como esta, se evidencia que la estructura física influye en la calidad del servicio, al estar desactualizada en cuanto a cantidad y calidad espacial. (pág. 5-6)

En otras palabras, Campos menciona que los hospitales, son totalmente deshumanizados, por lo cual los usuarios deben adaptarse a estos espacios limitando la efectividad de terapias y curaciones alternativas. Se describe que existe una afectación en la infraestructura hospitalaria, los espacios y funciones, parecen no responder a un plan previo, a evidencia de recorridos y tramites que el usuario debe realizar en el uso de las instalaciones, ya que los procedimientos a la compresión de los espacios son ilegibles y no beneficia la comunicación. Para poder llegar a una respuesta a estas infraestructura. Campos, determinó que los espacios de espera y a la atención en salud debía ser analizados desde el bienestar, mejorarlos desde un punto de vista físico- psicológico de los usuarios y trabajadores, con el fin de mejorar los procesos y la toma de decisiones previas a un re-diseño o la creación de nuevos espacios para la atención medica.

LUZ



F11.

COLOR



F12.

Si bien se comprende, en el pasado , el diseño de hospitales se centraba más en los equipos de atención que al paciente como tal. En muchos casos, las instalaciones mal diseñadas pueden ser estresantes y hasta tristes para alguien en un estado de vulnerabilidad.

La arquitectura para la salud, debe estar enfocada en otorgar experiencias saludables, como la creación de espacios orientados a un entorno relajante. Como lo es la vista a la naturaleza, luz natural, uso de materiales naturales y colores que influyan para una recuperación acelerada.

MATERIAL



F13.

NATURALEZA



F14.

HOSPITALES

AISLAMIENTO

Por otra parte, la sociedad debe enfrentarse al aislamiento obligatorio. Limitando la interacción social deteriorando en consecuencia su salud física, emocional y psicológica. Así mismo el desempleo y el temor al contagio son otras causas graves que llevan a trastornos mentales. Según el Ministerio de Salud, 2021, (párr.1) en su investigación a nivel nacional se menciona que:

La vulnerabilidad socioeconómica que enfrentan diferentes poblaciones en Costa Rica como consecuencia de la pandemia del COVID-19 ejerce una notable incidencia en la salud mental de las personas, que ya se ven afectadas por el temor a contraer la enfermedad, indicó una investigación realizada por la Universidad Estatal a Distancia (UNED) y la Universidad Nacional (UNA).

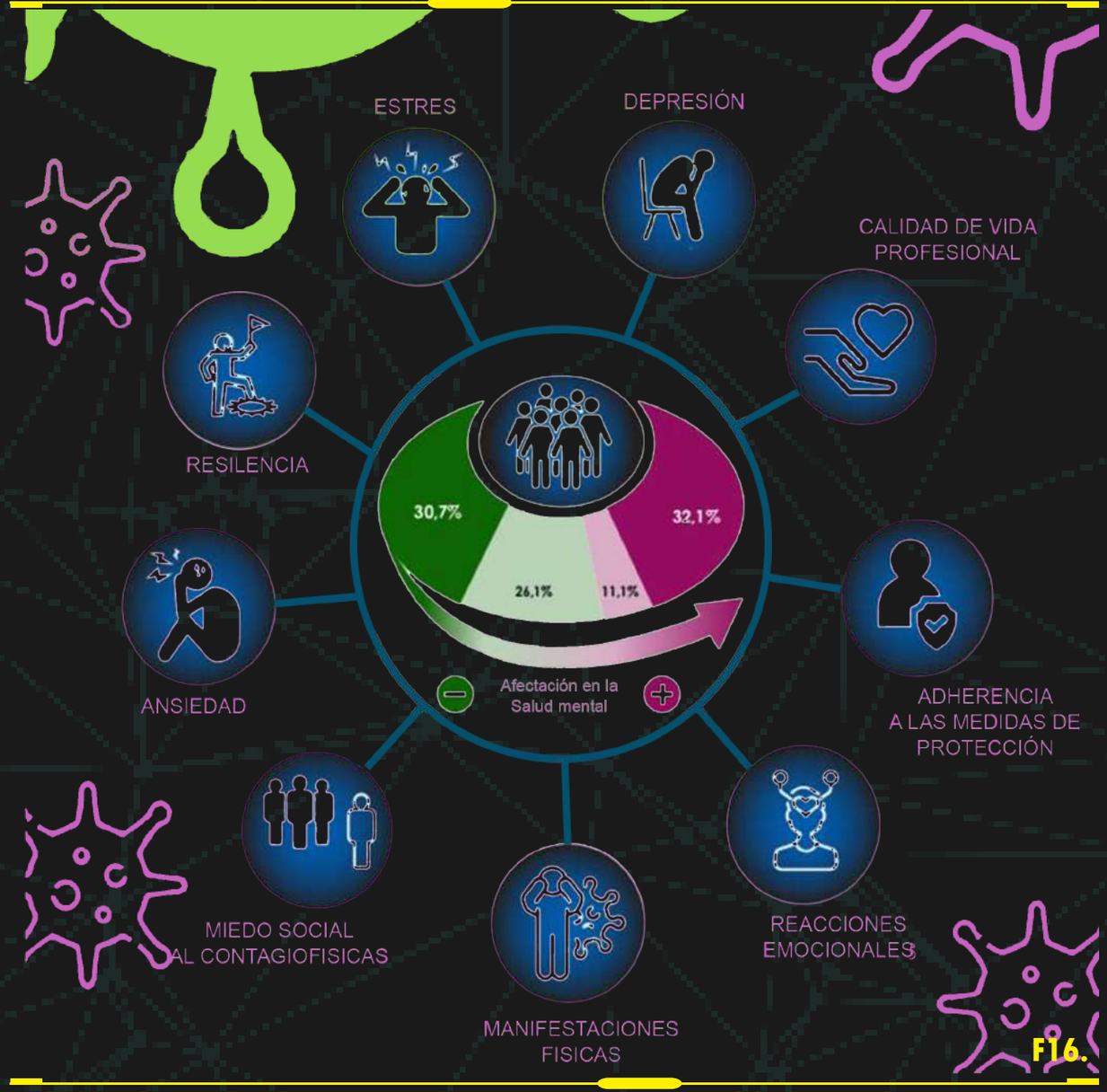
Especialistas recomiendan la búsqueda de soluciones colectivas, en el marco de redes de colaboración comunitarias frente a los malestares y afectaciones generadas por el COVID-19.

Ministerio de Salud. (2021). Vulnerabilidad socioeconómica incide en la salud mental de la población de Costa Rica.

- Depresión y ansiedad afectan más a las personas que laboran en la empresa privada o no tienen empleo a raíz de la pandemia.
- El 70.1% de las personas que se han quedado sin empleo por el COVID-19 presenta rasgos de depresión y el 64.8% de quienes trabajan tiempo parcial también presenta dicha condición.
- En cuanto al número de personas en el hogar, quienes conviven en grupos de tres tienen una depresión menor, con respecto a quienes conviven en grupos de seis personas o más.



F15.



F16.

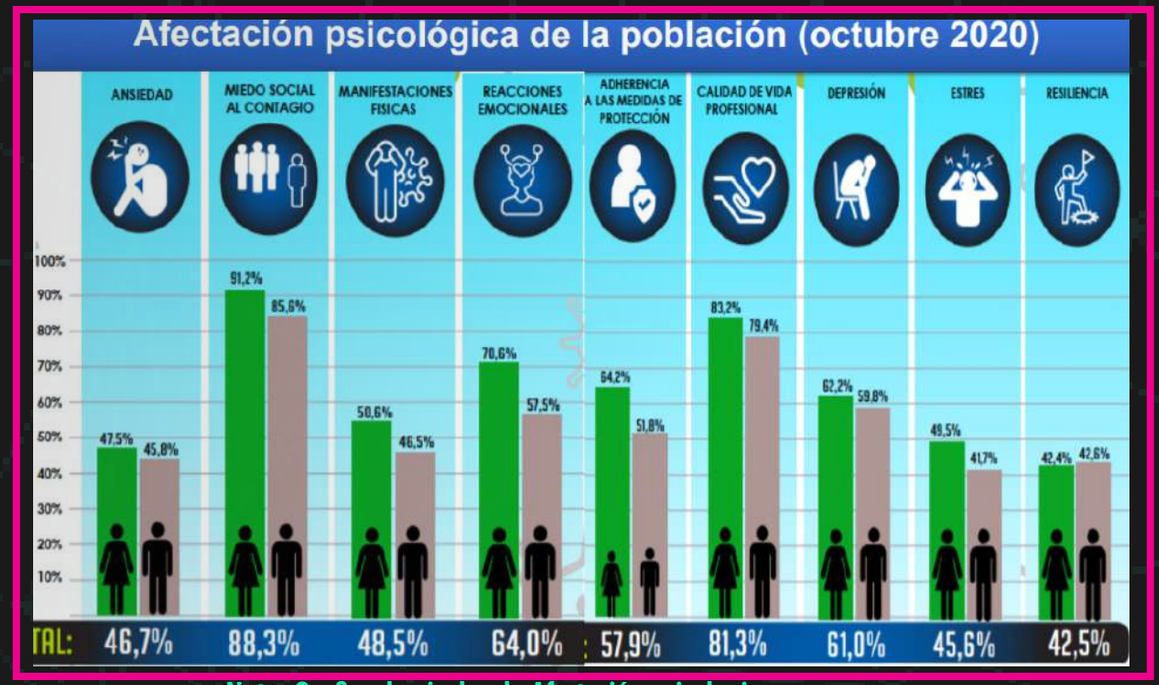
Nota: Afectación en la Salud mental.
Fuente: https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/comunicados/salud_mental_covid_19_29012021.pdf

1.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA



F17.

Asimismo, de los problemas graves de salud que implica el virus de Covid-19, se ha revelado según el Ministerio de Salud Costa Rica, que, las alteraciones más habituales de los efectos psicológicos entre la población costarricense, han sido la depresión, fatiga, ansiedad, síntomas de estrés, insomnio, y la percepción de soledad.



Nota: Grafica de niveles de Afectación psicologica.
Fuente: https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/comunicados/salud_mental_covid_19_29012021.pdf

F18.

ESTRÉS

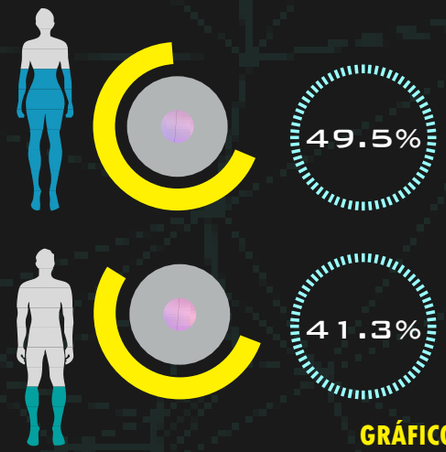


GRÁFICO 1.

Analizando la tabla de Afectación psicológica de la población (octubre 2020), se observa que el miedo social al contagio es el más alto con un 91.2% en mujeres y un 85.6% en hombres, lleva a la población a un aislamiento necesario para evitar la enfermedad, el cual conlleva afectar psicológicamente la calidad de vida en lo profesional, causando la depresión, estrés y ansiedad.

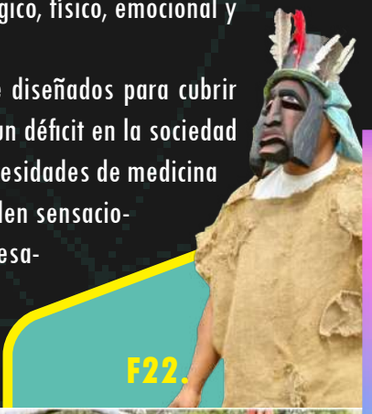
PROBLEMAS SOCIOECONÓMICOS-PUEBLO BORUCA

Sin lugar a duda, la pandemia ha significado un enorme reto para todos los cantones de nuestro país, donde podemos observar que los impactos más serios lo sufren la población con un alto índice de pobreza, ejerciendo una incidencia en la salud mental de las personas ya que no tienen un ingreso estable y suficiente. Tomando en cuenta estos rasgos que afectan a Costa Rica, Boruca en Buenos Aires de Puntarenas, es uno de los Distritos más afectados por esta crisis, alterando el diario vivir de esta comunidad principalmente el pueblo indígena.

Del mismo modo, la pandemia ha exacerbado negativamente este territorio ya que depende del turismo para la venta artesanal como lo son sus decorativas máscaras, sus detallados tejidos, celebraciones y actividades, ocasionando que los ingresos disminuyan, llevando a la población a recurrir al cultivo para el auto consumo. Así lo enfatizó Fernando Maroto, indígena y líder de la comunidad Boruca.

Además, hay que hacer hincapié que Buenos Aires se encuentra limitado por las pocas infraestructuras para la medicina de carácter natural. No hay un centro especializado en medicina holística que integre todas las terapias necesarias para la sanación y equilibrio espiritual. Adicionalmente, se presenta una carencia espacial que logre solventar un adecuado desenvolvimiento turístico y cultural. Tomando en cuenta la implementación de espacios y actividades en busca de un crecimiento psicológico, físico, emocional y espiritual.

La falta de espacios suficientes y realmente diseñados para cubrir estas necesidades entre la población es producto de un déficit en la sociedad actual. La escasez de un ambiente destinado a las necesidades de medicina holística, de la mano con espacios naturales que brinden sensaciones agradables, son de suma importancia para el desarrollo del ser humano, tanto para la convivencia como para la interacción entre personas de todas las edades.



F22.

El impacto del COVID-19 fue fuerte, vino a alterar el diario vivir y a nosotros como comunidad por tener afinidad con el sector turismo nos afectó directamente, se dejaron de vender las máscaras, los tejidos, no entraron más turistas y tuvimos que buscar otras alternativas, como vender por internet y hacer rifas para ir superando poco a poco, mes con mes, el impacto del COVID-19. También nos dio para buscar la manera de volver a sembrar los productos básicos, como frijol, arroz, yuca, todo ese tipo de cosas que se sembraban muy poco y con todo esto que pasó nos llevó a retomar esa actividad para auto consumo.

Gutiérrez, 2021, (párr. 2)



F19.



F20.

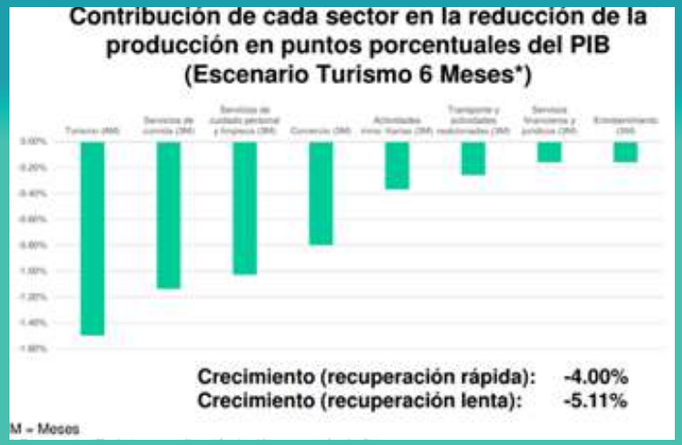


F21.

Resumen del PROBLEMA

Ante la crisis mundial del virus COVID-19, se ha notado, una afectación tanto económica como psicológica. La vulnerabilidad socioeconómica ha afectado notablemente la población más vulnerable del país incluyendo a los pueblos indígenas. La necesidad de recurrir a alternativas de sustento para sobrevivir, han creado miedo, incertidumbre, depresión, estrés y ansiedad. Es importante resaltar, que el pueblo de Boruca no escapa de esta problemática nacional, para ellos es aún más difícil llevar el sustento a los hogares. La disminución de turismo en el Distrito ha causado un gran impacto, debido a que el turismo cultural y actividades turísticas, forman parte de la economía principal de todo el Cantón.

F23.



> Las autoridades de la Caja Costarricense de Salud (CCSS) pusieron de conocimiento al Presidente de la República, al Ministro de Salud y presidente de la Comisión Nacional de Emergencias, la condición crítica de saturación hospitalaria frente al explosivo aumento de casos covid diarios que presionan los servicios de consulta y de hospitalizaciones que sobrepasa la capacidad instalada óptima, informó don Román Macaya Hayes, presidente ejecutivo. (Castillo, 2021, párr.1)

No obstante, otros aspectos a contemplar, son los factores ambientales en los servicios de salud, pues el número de internamiento a causa del virus se incrementan, sumando inquietudes a la población, a causa de saturaciones en los centros hospitalarios, privando espacios adecuados para tratar diferentes enfermedades.



F24.

¿Cómo afecta los hospitales en la salud mental?

La mayoría de los hospitales estatales se encuentran en áreas urbanas densas, sin un diseño estético, carente de vegetación. Las instalaciones, parten de un diseño deshumanizado que puede ser intimidante y provocar sensaciones de miedo en la población, alterando los niveles de ansiedad y estrés. Los seres humanos somos influenciados fácilmente por el ambiente que nos rodea, por esto, es indispensable la creación de espacios que estimulen el bienestar y la recuperación física, emocional y espiritual. Es de ahí que surge la tendencia de brindar un espacio que rompa con lo convencional, una arquitectura que cautive los cinco sentidos de los usuarios con la intención de causar reacciones que estimulen la mente, el cuerpo y el alma.

¿Por qué un Centro Holístico?

En los últimos años la medicina natural ha ido tomando más valor en Costa Rica, generando nuevas costumbres para el crecimiento personal. Se han implementado terapias, medicina natural, el yoga, masoterapia y hasta retiros espirituales. Los centros hospitalarios no logran curar ciertas enfermedades, que a lo largo de la vida afectan rasgos psicológicos, emociones o un estilo de vida saludable.

ICONO 5

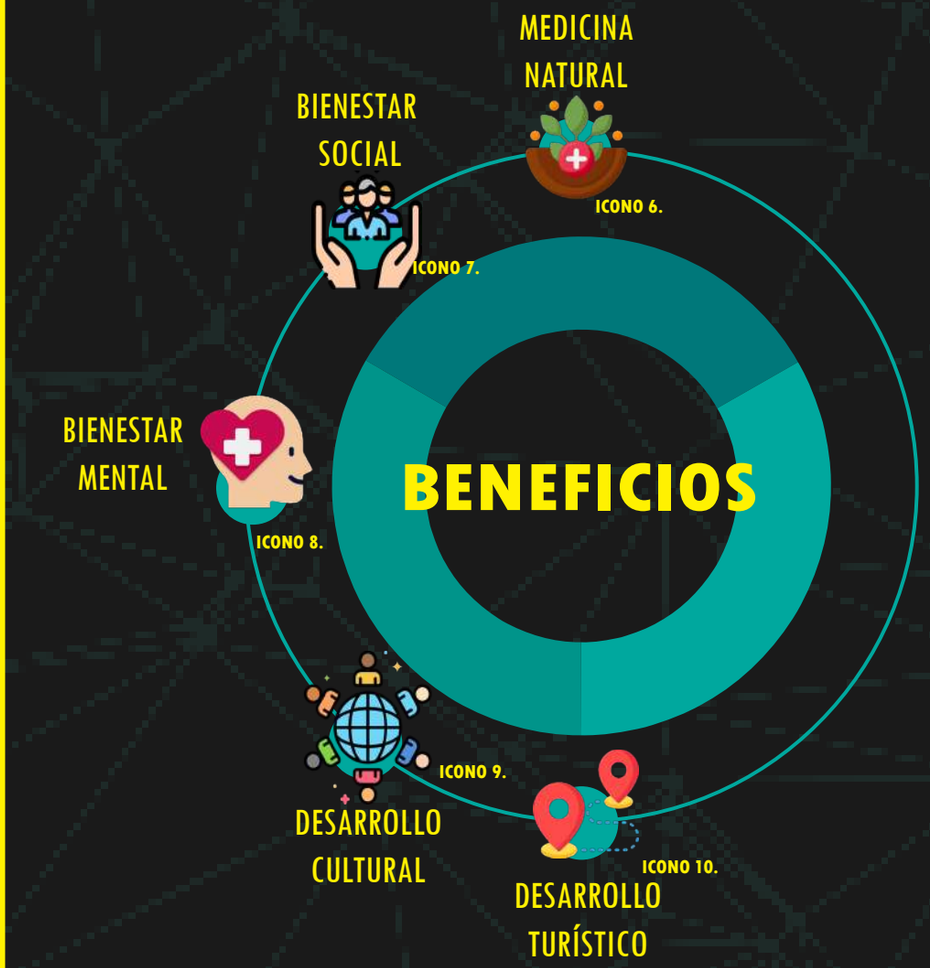
1.2 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN



¿Cuáles son los requerimientos espaciales idóneos que debe contar una propuesta arquitectónica de un Centro Holístico de Medicina Natural que estimule el desarrollo de la sanación física, la salud mental y equilibrio espiritual?



F25.



Nota: Beneficios de un Centro Holístico en Buenos Aires de Puntarenas.
Fuente: Elaboración propia.

1.3 JUSTIFICACIÓN

¿PARA QUÉ SIRVE LA INVESTIGACIÓN?

La presente investigación pretende generar conciencia de la necesidad de mejorar la salud mediante el diseño de un Centro de Medicina Holística que concentre varias terapias alternativas, promoviendo un estilo de vida más saludable, permitiendo un fácil acceso y abastecer las necesidades durante acontecimientos que conlleven al deterioro o el desequilibrio de la salud física, mental y espiritual, y llevar una vida llena de vitalidad.

RELEVANCIA SOCIAL

La tendencia de un Centro holístico, parte de la idea de sensibilizar los espacios, aprovechando el uso de recursos naturales tales como la ventilación e iluminación, materiales cálidos y colores suaves que estimulen el bienestar. La disciplina se centra completamente en el ser humano, generando ambientes propicios para la reflexión, la introspección y la sanación. Un centro en constante contacto con la naturaleza, ya que busca satisfacer las necesidades físicas, psicológicas y espirituales de la población. Concentrando varias terapias alternas en un mismo centro, permite un fácil acceso a tratamientos como la meditación, medicina quiropráctica, medicina herbal, acupuntura, aromaterapia, yoga, etc.



ICONO 12.

Entre los beneficiarios del Centro Holístico en la comunidad de Buenos Aires de Puntarenas, se pueden encontrar dos, los directos e indirectos. Los directos serán los habitantes del distrito de Buenos Aires de Puntarenas, logrando aportar beneficios de salud, un incremento razonable tanto turístico como cultural atrayendo un beneficio socioeconómico a la comunidad, el intercambio de culturas y medicinas naturales entre el pueblo indígena y el pueblo costarricense, con el fin de otorgar oportunidades laborales, crecimiento y desarrollo personal. Los indirectos serán todos los habitantes nacionales e internacionales que necesiten separarse de la ciudad para curarse, mediante la medicina alternativa para alcanzar una salud holística.



ICONO 11.



F27.



F26.

IMPLICACIONES PRÁCTICAS

El desarrollo espiritual no tiene un límite de edad y su importancia radica en la cantidad de personas interesadas que adopten la práctica. Es indispensable pensar más allá de la medicina tradicional, la búsqueda de la trascendencia y un acercamiento a la salud espiritual es preciso para llevar el cuerpo a un estado sano con lo sublime y lo celestial.

Por eso el Centro Holístico buscará brindar a los usuarios paz interna, conexión, fortaleza, medicina natural, entornos naturales y saludables, y ayudar a las personas a incorporarse en el diario vivir sin limitaciones, igualmente llevar una vida más larga y plena. Por otro lado, se pretende generar un conjunto de oportunidades que puedan resolver satisfactoriamente los problemas de la salud física, psicológica y problemas socioeconómicos de la sociedad costarricense durante futuras crisis o situaciones que puedan alterar la vida cotidiana de la población.

1.4 DELIMITACIONES



ICONO 13.

UBICACIÓN



CENTRO AMÉRICA

MAPA 1.



COSTA RICA

MAPA 2.



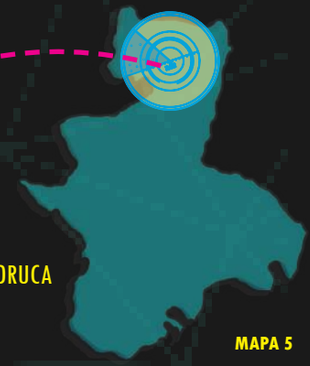
PUNTARENAS

MAPA 3.



BUENOS AIRES

MAPA 4



BORUCA

MAPA 5



1.4.1DELIMITACIÓN SOCIAL

ICONO 14.

El proyecto va dirigido a la población nacional e internacional en busca de sanación tanto física, mental y espiritual.

1.4.2DELIMITACIÓN FÍSICA

ICONO 15.

Macro: Costa Rica
Micro: Provincia: Puntarenas
Cantón #3: Buenos Aires
Distrito #4: Boruca

1.4.3 DELIMITACIÓN DISCIPLINARIAS

ICONO 16.

El Proyecto se realizará en el ámbito de la arquitectura con acompañamiento de diferentes profesionales en el campo terapéutico, terapistas físicos, instructores de yoga, sanación espiritual, chamanes, guías y lideres espirituales, medicina holística, medicina bioenergética, nutrición, médicos neuropáticos, y otros entes de personal médico en psicología. Peones forestales, paisajistas, jardineros, botánicos, investigadores agrícolas, horticultores, científicos hortícolas y silvicultores.

1.5 VIABILIDAD

El proyecto es iniciativa por parte de la Organización sin fines de lucro, Misión Girasol. Que parte de una ideología de equilibrar la salud, cultura, y el turismo en la zona de Boruca, con el fin de dar un aporte a la comunidad. Así mismo, contará con el apoyo de entidades Internacionales, como la Fundación Carlos Slim, programa de gran impacto en el ámbito del desarrollo de la salud, desarrollo económico, medio ambiente y cultural. Por otro lado, la Universidad de la Divina Misericordia, el instituto para las Ciencias Psicológicas de Virginia de Estados Unidos, se une al desarrollo del proyecto, en busca de brindar salud mental con fundamentos como la Teología, la Filosofía y la Psicología.

En cuanto a locales, se encuentra la Municipalidad de Buenos Aires que pone su interés en el proyecto, debido a que existe una fuerte necesidad de crear un centro que impulse la economía, atrayendo el turismo nacional e internacional en el distrito de Boruca, mediante un centro de sanación natural.



F27.



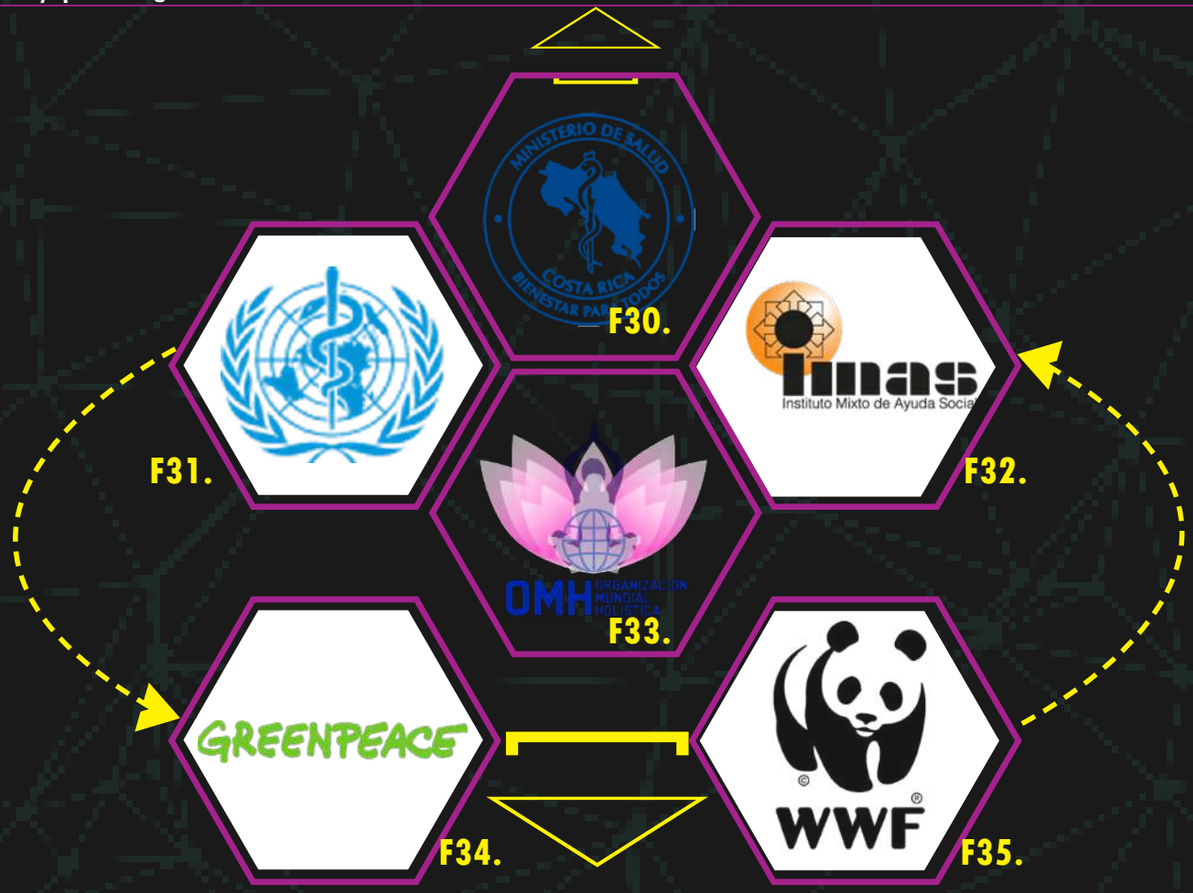
F28.



F29.

1.5 VIABILIDAD

Por otra parte, el Ministerio de Salud, Instituto Mixto de Ayuda Social, Organización Mundial de La salud, Organización Mundial Holística, se verán beneficiados ya que estos centros buscan métodos alternativos que fomente la sociedad civil y atención comunitaria para el desarrollo de la salud en circunstancias de crisis, como la que se vive actualmente en el mundo a causa del virus COVID-19, donde se busca contrarrestar los problemas socioeconómicos y psicológicos en la sociedad.



No óbstate, entidades como World Wildlife Fund y Greenpeace al ser Organizaciones No Gubernamentales, entidades que incentivan el desarrollo y la conservación del medio ambiente, se verán beneficiadas, mediante el aporte de una infraestructura sustentable, que pone en primer lugar la salud y la de vida natural para la sanación, desarrollándose con todo el equipamiento, y espacios adecuados, fomentando la naturaleza mediante forestación y el cuidado del planeta con estrategias pasivas.

1.5 VIABILIDAD

01



100%

F27.

- Proveedor Financiero
- Aliado
- Colaborador
- Desarrollo Humano
- Proveedor de Servicios de salud

ONG
MISIÓN GIRASOL

02



100%

F36.

- Proveedor Financiero
- Aliado
- Colaborador
- Desarrollo Humano
- Aporte Cultural

ONG
FUNDACIÓN CARLOS SLIM

03



100%

F37.

- Proveedor Financiero
- Aliado
- Colaborador
- Desarrollo Humano
- Proveedor de Servicios de salud

INSTITUCIÓN MUNICIPALIDAD DE BUENOS AIRES DE PUNTARENAs

04



80%

F28.

- Proveedor Financiero
- Aliado
- Colaborador
- Aporte Cultural

INSTITUCIÓN
UNIV. LA DIVINA MISERICORDIA

05



90%

F31.

- Proveedor Financiero
- Aliado
- Colaborador
- Aporte Cultural

INSTITUCIÓN
ORG. MUNDIAL DE LA SALUD

06



60%

F30.

- Colaborador
- Desarrollo Humano
- Proveedor de Servicios de salud

INSTITUCIÓN
MINISTERIO DE LA SALUD COSTA RICA

07



60%

F33.

- Colaborador
- Desarrollo Humano
- Proveedor de Servicios de salud

INSTITUCIÓN
ORG. MUNDIAL HOLÍSTICA

08



60%

F32.

- Colaborador
- Desarrollo Humano
- Proveedor de Servicios de salud

INSTITUCIÓN
INSTITUTO MIXTO DE AYUDA SOCIAL

09



40%

F34.

- Colaborador
- Desarrollo Humano

ONG
GREENPEACE

10



40%

F35.

- Colaborador
- Desarrollo Humano

ONG
WORLD WILDLIFE FOUNDATION

1.6 OBJETIVOS

1.6.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS



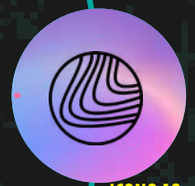
ICONO 17.

1. 

ICONO 18.

- Identificar las necesidades del espacio físico en cuanto a servicios de sanación física, mental y espiritual que permita el desarrollo de actividades de manera plena en una infraestructura adecuada.

Desarrollar un Centro Holístico, en Buenos Aires de Puntarenas, mediante una propuesta arquitectónica de servicios de salud en respuesta a la atención física, mental y espiritual para el confort del ser humano.

2. 

ICONO 19.

- Analizar las características del sitio a nivel físico, espacial y climático para la integración del proyecto en su entorno.

1.6.1 OBJETIVO GENERAL

3. 

ICONO 20.

- Diseñar a nivel de anteproyecto arquitectónico la propuesta del “Centro Holístico de medicina, sanación y retiro espiritual” para el bienestar y el equilibrio de la salud.

1.8 ANTECEDENTE HISTÓRICO

1.8.1 BORUCA & TÉRRABA

De acuerdo con los registros, Chacón, (1986), señala que la cita documental más antigua sobre Boruca es de 1563, cuando Juan Vázquez de Coronado menciona este pueblo en una de sus cartas al Rey, informando sobre la delimitación territorial. Durante la época de conquista, la provincia de Boruca se situaba sobre la costa pacífica, entre los indios de Quepos y el río Chiriquí Viejo.

Así mismo, estos informes hacen mención que el pueblo primitivo de Boruca, pudo haberse fundado en 1629 cuando Celidón de Morales redujo a los naturales, situados al norte de la actual villa, cerca de la Sabana Mano de Tigre y a mediados del siglo XVII fueron trasladados al sitio donde hoy se encuentra, por orden del gobernador Juan Fernández de Salinas.

Durante la época XVII los Indios Cotos fueron incluidos dentro de Boruca y posteriormente a mediados del siglo XVII lo hicieron con los Quepos que había. Sin embargo, en aquellos tiempos, fue Boruca la que, por su posición, logró sobrevivir a los otros pueblos y palenques. A partir de 1680, se comisionó al soldado español Juan Álvarez de Ulate, para que reconociera la zona entre Boruca y Quepo, y aconsejara medios para su reducción.
Entre la segunda mitad del siglo XVII y el primer tercio del XVII, Boruca tuvo una gran actividad, por los constantes viajes de los comerciantes que hacían su recorrido hacia Panamá, donde en ese entonces se desarrollaban operaciones mercantiles entre Europa e indios. A pesar de ello, el comercio empezó a disminuir en 1739 por las suprimidas ferias de Portobelo . Boruca se sumió por el resto de la época colonial, en el olvido.

Al finalizar el siglo XVII, Fray Pablo de Rebullida trajo indios Térrabas que habitaban en aquel tiempo en la vertiente Atlántica, a establecerse cerca de Boruca, a un nuevo sitio el cual nombró San Francisco de Térraba. Desde la fundación de Térraba, Boruca y este fueron administrados por los frailes misioneros.

Antes del Siglo XVII, fue Boruca el único centro importante el que tuvo jurisdicción sobre todas aquellas tierras. No obstante, después de 1700, con la fundación de San Francisco de Térraba, las llanuras de Buenos Aires se incluyeron también bajo la jurisdicción de Térraba, en forma natural sin legislación alguna por estar más próximas al este que a Boruca.



F38.

1.8 ANTECEDENTE HISTÓRICO

1.8.2HATO VIEJO O BUENOS AIRES

En la segunda mitad del siglo XVIII, los colonizadores llegaron a las sábanas de Hato Viejo a lo que hoy día se le conoce como Buenos Aires. Se le conocía como este nombre porque ya había transcurrido muchos años desde que pasó de manos de los frailes a los indígenas. Era entonces el Hato viejo de la misión.

Al independizarse Costa Rica de España, no hubo cambios fundamentales en los pueblos de Boruca y Térraba, sin ninguna participación en aquellos tiempos. No fue hasta 1823 que su intervención se manifestó, con la ocasión del Primer Congreso Provisional, donde Don Ramon Fernández fue elegido su representante.

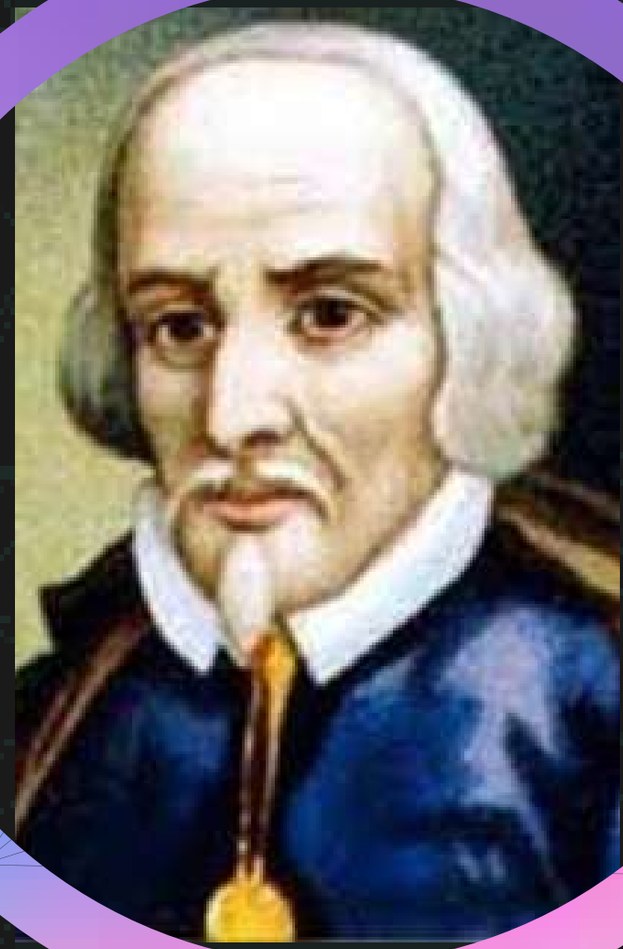
Fue para el decreto número 122 de 4 de abril de 1827, que mandaban a celebrar fiestas cívicas anuales en Térraba, atendiendo a su situación limítrofe. En 1829 se pidió permiso para reedificar la iglesia y eran los mismos frailes los que velaban por la educación y la salubridad. Desde 1821, con la apertura o descubrimiento de una vereda hacia el río San Juan, se iniciaron una serie de hechos, que culminaron con la creación de la Sociedad Económica Itinerario el 25 de noviembre de 1843, la cual tenía entre sus obligaciones la de conservar, mejorar y construir caminos generales a los puertos, especialmente al de Puntarenas.

Los cambios operados en el aspecto de Buenos Aires fueron a partir de 1870, año en que se estableció en el Pedro Calderón con su familia, basada en relaciones de visitas hechas por diferentes personas. A partir de mayo de 1881, Buenos Aires ya contaba con 12 familias del interior y 50 indios, siendo Pedro Calderón el alcalde del pueblo. El 25 de mayo de 1881, el Obispo Bernardo Augusto Thiel, en visita que realizo a Buenos Aires, señaló el sitio para una capilla, autorizando su construcción y declarando a San Pedro como patrono. Hasta Finales del siglo se le conoció al pueblo como San Pedro de Buenos Aires. Fue entonces que para 1884 los pobladores de Buenos Aires contaban con Cementerio cerrado de Piedra, cruz alta y tenían preparada la teja, madera para la construir la ermita.

Para 1907, Buenos Aires contaban con 104 casas y 565 habitantes. Se comerciaba con los nativos de Ujarrás, intercambiando dulce, arroz a cambio de café que empezaba a florecer el cultivo en las vegas del Ceibo. Ya para 1908, la Comarca de Puntarenas contaba con los distritos de Chomes, Miramar, Abangares, Paquera, Buenos Aires, Térraba, Boruca y Golfo dulce.

El 12 de junio de 1914, el diputado Francisco de Paula Amador Salcedo, propuso que Buenos aires fuera la villa cabecera del cantón de Osa, la misma atraería al turismo nacional e internacional y se refirió a la descentralización administrativa de los pueblos. El 26 de junio de 1914, se dio la ejecución del decreto número 32, recayendo como cabecera a Buenos Aires, pasando a la categoría de Villa. No fue para el 1 de enero de 1915 que sería inaugurado como el nuevo cantón.

En enero de 1916, la Municipalidad de Puntarenas señaló los límites del cantón de Osa con mayor precisión, formándose con las poblaciones de El General, Buenos Aires, Térraba, Boruca, Cabagra y Golfo Dulce.



F39.

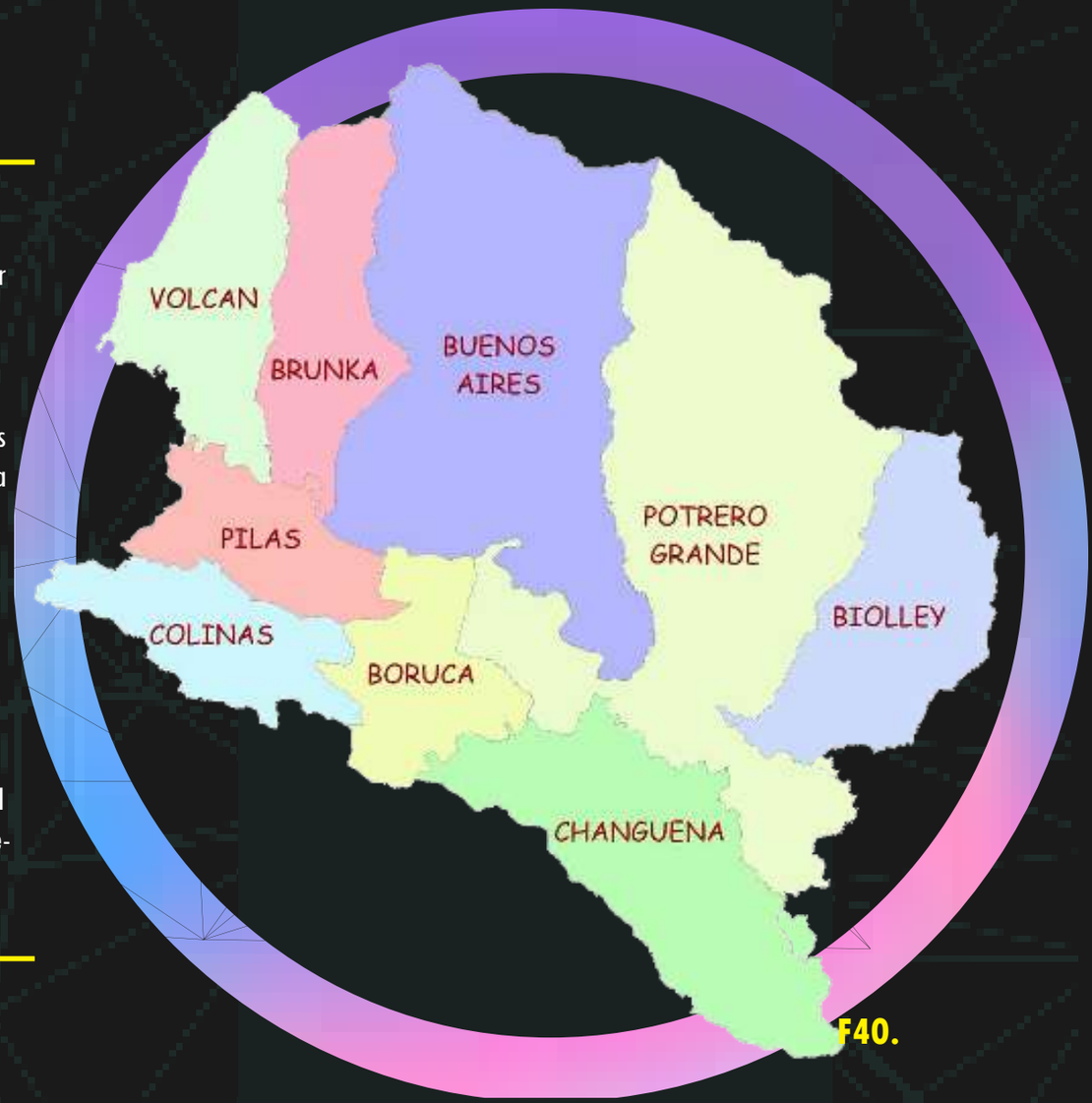
1.8 ANTECEDENTE HISTÓRICO

1.8.3EL CANTÓN EN LA ACTUALIDAD

El cantón de Osa, que comprendía todo el territorio que hoy ocupan los cantones de Osa, Buenos Aires, Golfito, Coto Brus y Corredores, era una enorme extensión unida a la falta casi total de sus caminos, y de medios de comunicación. Por el retardado envio de asuntos tanto privados como públicos, los vecinos solicitaron trasladar la villa a El Pozo por la problemática en comunicación y para el 1922 en Golfo Dulce se hicieron gestiones para segregarse de Buenos Aires y anexarse al Cantón Central por la difícil conexión a este.

Fue para 1940, que los legisladores percibieron la difícil situación en el cantón sureste, que se llevó al seno de la Asamblea el proyecto de ley para dividir el Cantón de Osa en dos, cuyas cabeceras serían Buenos Aires y Puerto Jiménez. Sin mayores tramites, el 29 de julio de 1940 se dio ejecútese al decreto numero 185 que dividía el Cantón de Osa en dos, Buenos Aires la tercera de la provincia de Puntarenas y Osa, el quinto. Buenos Aires se formaría por cinco distritos, Buenos Aires, Volcán, San Pedro, Potrero Grande y Boruca. En 1962, la municipalidad de Buenos Aires favoreció un acuerdo con Golfito para formar con los cantones del sur la octava provincia. Sin embargo, para marzo de 1965, las gestiones no tuvieron suerte y los cantones continuaron desvinculados de la cabecera de la provincia.

Al presente, Buenos Aires cuenta con los presentes distritos. Primero, la ciudad de Buenos Aires; segundo, la Villa de Volcán; tercero, Villa de Potrero Grande; cuarto, Villa de Boruca; quinto, Villa de Pilas y sexta, Villa Colinas. Para el 28 de enero de 1988 por medio del acuerdo 28, Chánguena fue creado como el séptimo distrito. El 7 de noviembre de 1995 por medio del Decreto Ejecutivo 24470-G, Biolley comienza a ser el octavo distrito de Buenos Aires. Ya para el año 2000, el 18 de agosto para ser exactos, Brunka se une a ser el noveno y ultimo distrito del cantón por medio del acuerdo 719-MSP.



F40.

1.8 ANTECEDENTE HISTÓRICO

1.8.4 ANTECEDENTES HISTÓRICOS LÍNEA DE TIEMPO



F41.

1561

Pero Afán de Ribera y Gómez, estableció el 6 de mayo de 1561 la ciudad del Nombre de Jesús, al sur del Río Coto (hoy conocido como Térraba).

EcuRed (s.f)



F42.

1563

Soldados de Juan Vázquez de Coronado asaltaron el Reino de Coctú, los amerindios ubicada en el área entre el río Coto Brus y la quebrada Guácimo.

EcuRed (s.f)



F43.

1563

El capitán portugués Antonio Álvarez Pereyra, a finales de 1563 se pone al servicio de Juan Vázquez de Coronado, y fundó en las sabanas y llanuras de la comunidad indígena de Cía.

EcuRed (s.f)



F44.

1700

Los franciscanos recoletos Pablo de Rebudilla y Antonio de Andrade, fundaron el poblado indígena de San Francisco de Térraba con amerindios Terbis de Talamanca.

EcuRed (s.f)



F45.

1712

Los frailes establecieron en las sabanas de la región un hato de ganado vacuno; a partir de entonces y durante el resto de la colonia, se conoció la zona con el nombre de “Hato de los Misioneros de Térraba”.

EcuRed (s.f)



F46.

1744

Se creo el poblado de Cabagra, también con pobladores de Terbis.

EcuRed (s.f)



F47.

1860

Don Pedro Calderón abre camino comunicando Cartago con los pueblos Térraba y Boruca.

EcuRed (s.f)

1.8 ANTECEDENTE HISTÓRICO

1.8.4 ANTECEDENTES HISTÓRICOS LÍNEA DE TIEMPO



F48.

1862

Se aprueba la LEY NO. 22 el 4 de noviembre de 1862 , los pueblos de Térraba y Boruca, la población de Dulce, se constituyen como distritos del cantón de la Comarca de Puntarenas.

EcuRed (s.f)



F49.

1868

Pedro Calderón, basándose en un contrato que suscribió con el gobierno de la República, abrió vereda y construyó un camino desde el caserío conocido como “La Estrella” (situado al sur del actual cantón El Guarco).

EcuRed (s.f)



F50.

1870

Para el año 1870 Pedro Calderón se había establecido con su familia en lo que hoy es Buenos Aires, de Puntarenas.

EcuRed (s.f)



F51.

1881

Para entonces ya se encontraba poblado por doce familias y cincuenta indígenas.

EcuRed (s.f)



F52.

1890

Se establece la primera escuela en Buenos Aires, bajo la administración de José Joaquín Rodríguez Zeledón.

EcuRed (s.f)



F53.

1891

En 1891 había alrededor de treinta familias, representando un población de Buenos Aires de 70 a 180 habitantes.

EcuRed (s.f)



F54.

1902

Se construye la primera ermita en Térraba.

EcuRed (s.f)

1.8 ANTECEDENTE HISTÓRICO

1.8.4 ANTECEDENTES HISTÓRICOS LÍNEA DE TIEMPO



F55.

1905

Se construye la Iglesia dedicada a San Pedro Apóstol.

EcuRed (s.f)



F56.

1935

Se inaugura el alumbrado eléctrico bajo la administración de Ricardo Jiménez Oreamuno.

EcuRed (s.f)



F57.

1940

Bajo la LEY NO. 185 del 29 de julio de 1940, se divide el Municipio de Osa en dos , Municipio con cabecera en la población de Buenos Aires, con 5 distritos, y otro Municipio en Puerto Cortés con 6 distritos.

EcuRed (s.f)



F58.

1940

El 13 de agosto del mismo año se aprueba la LEY No. 227 que el tercer Municipio llevara el Nombre de Buenos Aires y el quinto Municipio llevara el nombre de Cantón de de Osa.

EcuRed (s.f)

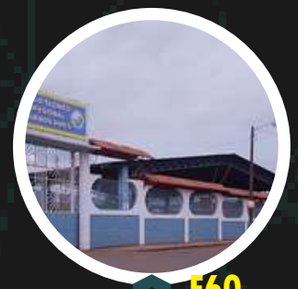


F59.

1961

Se Apertura la carretera Interamericana Sur entre las ciudades de San Isidro del El General y Buenos Aires.

EcuRed (s.f)



F60.

1971

Se inaugura en Buenos Aires, el Colegio Técnico Profesional bajo la administración de José Figueres Ferrer.

EcuRed (s.f)



F61.

1982

Se construye la primera parroquia durante el arzobispado de Monseñor Román Arrieta Villalobos

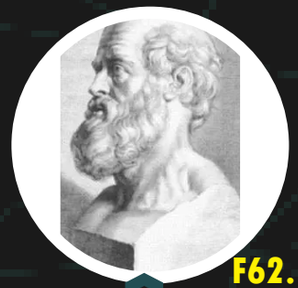
EcuRed (s.f)

1.8 ANTECEDENTE HISTÓRICO

1.8.5 HISTORIA HOLÍSTICA

460a.c-1978

ICONO 21.



F62.

460 a.C

Hipócrates (460a.C.-370a.C.).
Padre de la medicina. Pionero de la Autosanación

Nuñez (s.f)

Curación por el Tacto Siglo XVIII
Franz Anton Mesmer - Intercambio de energia por el tacto. Descubrió que el agua tambien, podía trasmitir energía para sanar.

Vera (s.f)

1700

F63.



Se populariza el yoga Herramienta terapéutica valiosa para el tratamiento patológico

Vera (s.f)



F64.

1800

El Dr. Christian Friedrich Samuel Hahnemann, instituye la Medicina Homeopática XIX Sistema Terapéutico que busca recuperar, prevenir y conservar la salud.

Vera (s.f)

1890

F65.



Medicina Tradicional China.
Segunda mitad del sigo XX.

Se establece los pilares basicos de la MTC, con la teoria del Yin y el Yang, Teoria de los Cinco Elementos. Basados en la filosofia tradicional Taosta. Escuela de Pensamiento más antiguo.

Vera (s.f)



F66 .

1950

Fundación **Asociación Médica Holística**

Vera (s.f)

1978

F67.

Fundación Salud Holistic

1.9 CASOS DE ESTUDIO

1.9.1 NIVEL NACIONAL

FICHA TÉCNICA

ARQUITECTOS: n/a

UBICACIÓN: Pérez Zeledón, Costa Rica

AÑO: 2018

TIPO: Glamping Ecológico

ÁREA M2: n/a-Terreno de 320 hectáreas

SOLUCIONES PASIVAS

- REGENERACIÓN Y REFORESTACIÓN
- ENERGÍA SOLAR

MATERIALES

- TELA
- MADERA
- CUBIERTAS CON VEGETACIÓN SECA(PAJA)



F68.



F69.

APORTE ESPIRITUAL

Un santuario de retiro natural espiritual que fomenta el sueño, la sanación y restauración para los usuarios. Impulsando una conexión, aprovechando la sabiduría del conocimiento antiguo de la naturaleza para ofrecer una estadía estimulante, sumergiéndose en los bosques, brindando actividades diarias como recorridos naturales hacia aguas termales, nutrición, meditación y yoga con el fin de estimular los sentidos y poder reconectar con un entorno natural.
(kinkara luxury retreat, s.f)



F70.

ANÁLISIS ARQUITECTÓNICO

Kinkara es un proyecto sostenible que se creó como espacio abierto privado para los usuarios con un fin de disfrute al aire libre y de descanso. Un diseño orgánico donde incorpora una edificación central circular de madera, rodeado de jardines y huertas diseñados con una geometría sagrada, asemejando una mándala donde permiten a sus huéspedes aprender sobre la permacultura. En su alrededor se sientan 31 tiendas de carpa que incorporan madera artesanal local. Las puertas, ventanas y mobiliario fueron elaborados por artesanos locales, con una ventilación natural por medio de rejas de madera en sus ventanas. Los recorridos permiten dar al usuario una conexión más directa con la naturaleza, un diseño simple de piedra hacia las múltiples atracciones naturales.

- **F** Bajo costo y soluciones pasivas
- **O** Oportunidades turísticas y de conexión con la naturaleza
- **D** Recorridos entre edificaciones sin protección
- **A** Clima

1.9 CASOS DE ESTUDIO

1.9.1 NIVEL NACIONAL

FICHA TÉCNICA

ARQUITECTOS: n/a

UBICACIÓN: Nicoya, Guanacaste Costa Rica

AÑO: 1999

TIPO: Retiro Comunidad ecológica

ÁREA M2: n/a-Terreno de 700 hectáreas

SOLUCIONES PASIVAS

- REFORESTACIÓN
- REDUCCIÓN DE DESECHOS
- INODOROS DE COMPUESTO
- RECOLECCIÓN DE AGUA

MATERIALES

- MADERA
- CONCRETO
- CUBIERTAS DE TEJA ASFÁLTICA



F71.



F72.



F73.

APORTE ESPIRITUAL

PachaMana es un santuario ecológico, donde permite la realización de retiros en un centro energético, de transformación, limpieza y retiro espiritual entre el bosque. Es un lugar de encuentro comunitario que permite realizar talleres, ceremonias, retiros, yoga, meditación. (PachaMama, s.f)

ANÁLISIS ARQUITECTÓNICO

Comunidad ecológica elaborado por una carpintería local por los pioneros y miembros de la comunidad. Una carpintería que se integra con el bosque, respetando la naturaleza y el uso de energías limpias. La mayor parte de las edificaciones son construidas con madera dura, de arboles caídos. La edificación principal llamado Osho hall, es una edificación circular entre el bosque, respetando los árboles locales, con pilares y columnas de madera sosteniendo los techos. Cerchas artesanales curvas que permiten elevar un techo circular principal apoyados entre si mediante columnas circulares de concreto, permitiendo sostener un techo secundario con aberturas entre ellos facilitando la luz natural pueda acceder directamente y permitiendo una ventilación cruzada en toda la edificación.

- **F** Uso eficiente de recursos naturales
- **O** Incorporación de culturas
- **D** Pocos espacios de hospedaje
- **A** Distancia a servicios

1.9 CASOS DE ESTUDIO

1.9.1 NIVEL NACIONAL

FICHA TÉCNICA

ARQUITECTOS:
Arq. Benjamín García Saxe.

UBICACIÓN:
Alajuela, Costa Rica

AÑO: 2017

TIPO: Espacio Holístico

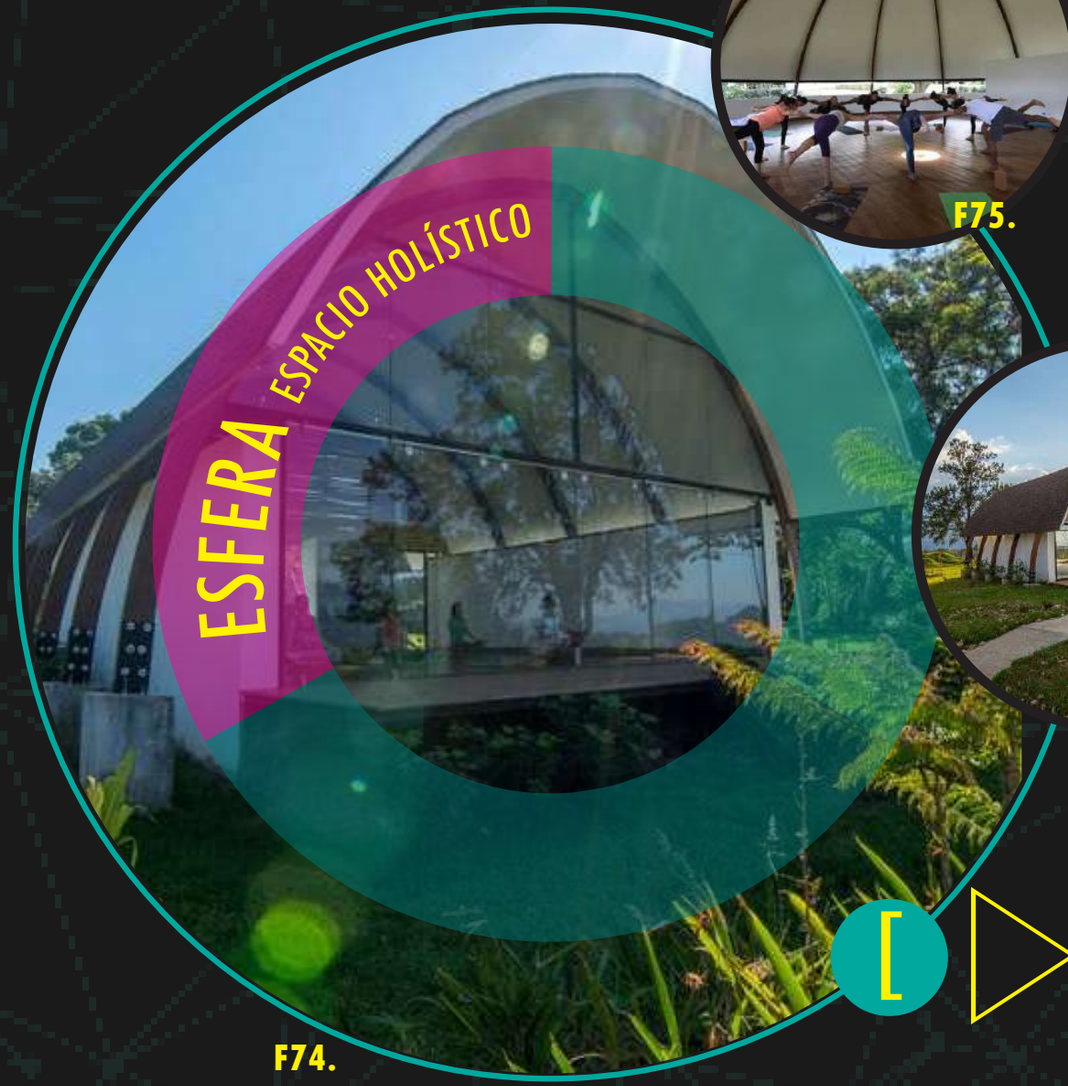
ÁREA M2: n/a-Terreno de1 Hectárea

SOLUCIONES PASIVAS

- VENTILACIÓN CRUZADA
- LUZ NATURAL

MATERIALES

- MADERA
- CONCRETO



F74.



F75.



F76.

APORTE ESPIRITUAL

Esfera Espacio holístico, es un espacio dedicado al desarrollo integral de la salud. A primera instancia, las infraestructuras son destinadas a diferentes actividades durante el día, donde permite la realización de meditaciones, masajes, talleres y actividades grupales como bodas y yoga. Sin embargo, el centro permite alojamiento en habitaciones privadas y compartidas con fin de brindar una experiencia más amena con el lugar. (Numundo, s.f)

ANÁLISIS ARQUITECTÓNICO

El proyecto tiene, como función, lograr una conexión con la naturaleza mediante elementos arquitectónicos importantes. Un diseño estructural de madera, con techo curvos, con vigas en arco sostenidas por pedestales de concreto y el uso de pernos. Se distingue por una planta arquitectónica abierta sin columnas en su interior, permitiendo la realización de múltiples actividades, dejando acceder la luz natural como recurso primordial mediante una fachada de vidrio. La ubicación de cada módulo, en el sitio es estratégicamente para la conexión directa con sus paisajes. Las esferas, por otro lado, asemejan una arquitectura orgánica, un diseño de cúpulas mediante una estructura principal en madera curva y un revestimiento en concreto, una planta libre de columnas, y pisos de madera permite la realización de eventos en su interior. La materialidad fue pensada para ser estética, limpia y duradera haciendo contraste con la naturaleza del lugar para una conexión espiritual.

- **F** Arquitectura orgánica
- **O** Recolección de recursos naturales
- **D** Poco diseño paisajista
- **A** Clima lluvioso

1.9 CASOS DE ESTUDIO

1.9.2 NIVEL INTERNACIONAL

FICHA TÉCNICA

ARQUITECTOS: n/a

UBICACIÓN: Bangalore, sur de India

AÑO: 2012

TIPO: Centro Holístico

ÁREA M2: n/a-Terreno de 12 hectáreas

SOLUCIONES PASIVAS

- BAJO CONSUMO ELÉCTRICO
- RECOLECCIÓN DE AGUA
- IRRIGACIÓN POR GOTEO
- VENTILACIÓN E ILUMINACIÓN NATURAL

MATERIALES

- MADERA
- LADRILLO
- BARRO
- BAMBÚ
- PAJA
- TEJA DE BARRO



F77.



F78.



F79.

APORTE ESPIRITUAL

El centro Soukya está especializado para el tratamiento personal del cuerpo conectando la mente y espíritu, integrando diferentes sistemas naturales de medicina como Homeopatía Naturopatía, Yoga, medicina Ayurveda y terapias complementarias. El enfoque de los programas es la intervención temprana y el tratamiento de enfermedades estimulando un estilo de vida saludable mediante un conocimiento de nutrición y experiencias de sus granjas orgánicas de mas de 12 hectáreas. (Grille, 2018).

ANÁLISIS ARQUITECTÓNICO

Este proyecto tiene, como función principal, el brindar a los usuarios una conexión directa con la tierra. Su acceso principal genera un eje lineal a una fuente que distribuye dos edificios principales, desarrollados a un solo nivel con el fin de brindar una sensación de energía hacia la tierra. Sus estructuras asemejan materiales terracota y arquitectura tradicional, originarios del sur de la India. Sus edificios principales implementan el uso de columnas de ladrillo, fachadas de piedra y vigas de madera con techos cubiertos de tejas. El edificio de meditación de yoga mantiene una arquitectura simple centrada en seis columnas de ladrillo en su alrededor sosteniendo una cubierta cónica de bambú y techo de paja, con un piso de madera abierto al exterior permitiendo una ventilación e iluminación natural durante las meditaciones de yoga. Los espacios habitaciones son de muros de barro, manteniendo una decoración interior simple y calidad permitiendo una sensación de relajación a simple vista. Los recorridos naturales de vegetación de diversos colores fueron diseñados junto con fuentes y estanques de peces, además de estimular y brindar la sensación de calma, brindan una ventilación fresca que recorre las instalaciones.

- **F** Una arquitectura y diseño paisajista que estimula el mejoramiento
- **O** Diseño paisajista
- **D** Poco mobiliario urbano y espacios abiertos sin diseño
- **A** Recorridos largos sin protección solar

1.9 CASOS DE ESTUDIO

1.9.2 NIVEL INTERNACIONAL

FICHA TÉCNICA

ARQUITECTOS: Oficina Dio Sustentable

UBICACIÓN: Putaendo, Chile

AÑO: 2009-2011

TIPO: Centro Holístico

ÁREA M2: 2.561 m2 construidos/ terreno 44.920m2

SOLUCIONES PASIVAS

- RECOLECCIÓN DE AGUAS
- PANELES FOTOVOLTAICOS
- MATERIALES ECOLÓGICOS

MATERIALES

- MADERA
- PAJA
- ADOBE



F80.



F81.

APORTE ESPIRITUAL

Los edificios fueron pensados para tener una profunda influencia en la salud y en el estado psíquico y espiritual del ser-yin. La armonía y el equilibrio, la luz y el color, la relación con el paisaje, el cuidado con el entorno, la eficiencia energética y la forma geométrica son elementos fundamentales para tomar en consideración en construcciones que aspiran a potenciar nuestra energía. Fundación Punto Zero, 2019, (párr.1).



F82.

ANÁLISIS ARQUITECTÓNICO

El Centro Holístico plantea objetivos fundamentes de una geometría sagrada y en el estudio de moléculas del agua de Masaru Emoto, (Franco, 2018). La planta arquitectónica fue pensada en una armonía con el medio ambiente donde incita al usuario a tener recorridos con diferentes sensaciones. La edificación fue construida con materiales ecológicos. El uso de la madera fue indispensable para la elaboración de las estructuras principales, paredes y techos. El desarrollo climático fue indispensable para brindar soluciones pasivas, mediante largos aleros sostenidos por columnas de madera con salientes de arcos apoyadas en pedestales de concreto y anclajes de pernos. Adicional, el uso de paredes inclinadas fueron otras soluciones que disminuyeron el impacto directo de la radiación solar hacia el edificio.

- **F** Materiales y soluciones ecológicas
- **O** La posibilidad de expandirse mediante la misma geometría
- **D** Poco mobiliario urbano
- **A** Clima seco

1.9 CASOS DE ESTUDIO



F83.

Según Franco, (2018), las habitaciones se resuelven mediante un invernadero que actúa como muro trombe sumando un sistema pasivo de cubierta ventilada y un sistema constructivo basado en una estructura de madera modulada que en su interior son revestidas con adobe para inercia térmica y fardo de paja para aislación. Cabe destacar, como parte integral del proyecto paisajístico basado en permacultura se incorporaron árboles frutales y vegetales. Además, se implementó un sistema para reciclar las aguas servidas del proyecto para el uso del riego en estos jardines.

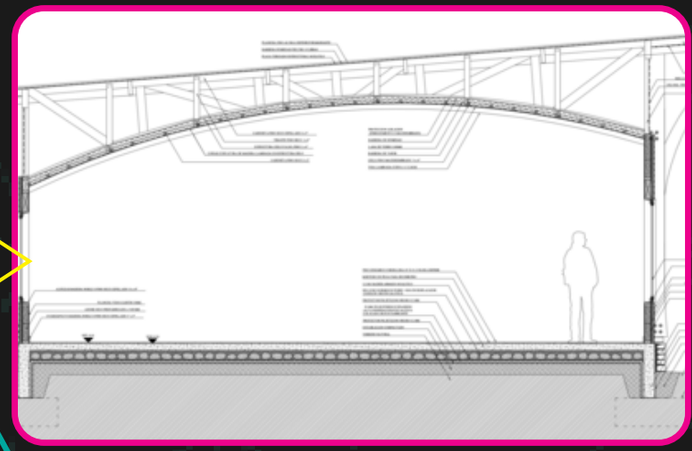


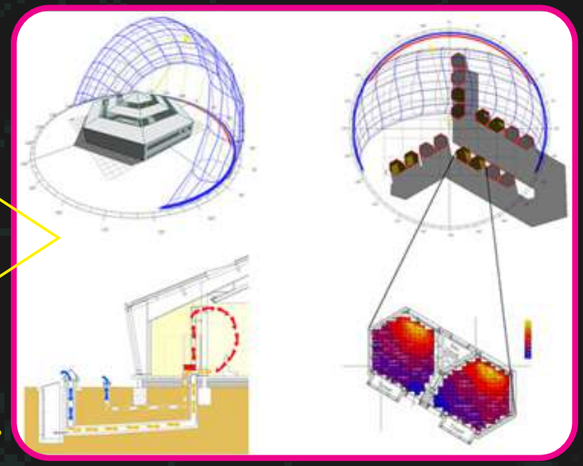
F84.



F85.

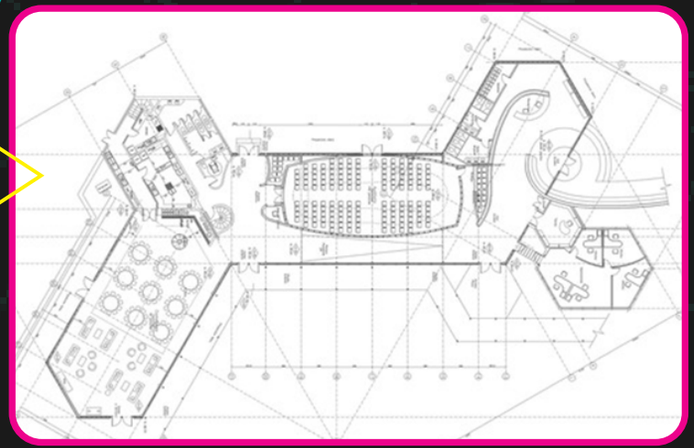
F86.





F87.

F88.



1.10 MARCO TEÓRICO

1.10.1 COMPONENTES BÁSICOS DE LA MEDICINA HOLÍSTICA

ICONO 28.

SALUD

La (OMS) define la salud como una condición plena de bienestar físico, mental y social, en contraposición a la ausencia de enfermedad o padecimiento.

La salud es el medio el cual brinda a cualquier individuo la oportunidad de desarrollarse plenamente y poder satisfacer cualquier necesidad de bienestar y felicidad en equilibrio con la mente, el cuerpo y lo social. En otras palabras, la salud es un bien que toda persona merece para vivir en plenitud consigo mismo y el entorno que lo rodea. Es por eso por lo que no basta en solo tener un cuerpo sano, es preciso vivir saludable, en plenitud y en equilibrio con las dimensiones de su existencia.

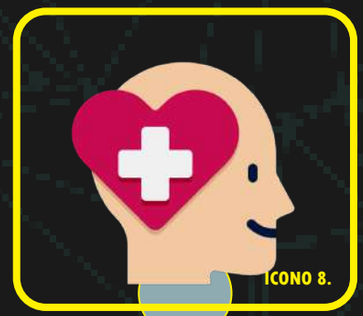
Para comprender, que es un Centro Holístico, es oportuno mencionar componentes que desenvuelven a la Salud, tales como conceptos básicos de la Salud Holística, la conexión con la naturaleza y la estimulación sensorial para la sanación tanto física, como mental y espiritual.



ICONO 29.

SALUD FÍSICA

La salud física se describe como el estado del cuerpo, tomando en consideración todos los elementos que van desde la ausencia de enfermedad hasta el estado físico. (Eupati, S.f).



ICONO 8.

SALUD MENTAL

El bienestar emocional, psicológico y social contribuyen a nuestra salud mental. Influye en cómo pensamos, sentimos y actuamos frente a la adversidad.
(MedlinePlus, 2021)



ICONO 7.

SALUD SOCIAL

La capacidad de adaptación y auto gestión frente a los cambios y dificultades del entorno, así como la capacidad de establecer vínculos satisfactorios con los demás, son indicadores de salud social.
(Universidad de Valencia, 2018)

MODELOS DE SALUD.
Fuente: Elaboración propia.

El constante estrés en la población, a través del tiempo, ha venido deteriorando la salud física y psicológica del ser humano, con múltiples padecimientos ligados con el estilo de vida , que a la larga necesitan de intervenciones de manera inmediata, incrementando la demanda por la atención y mejoras en el servicio de salud.

Sumando a la vulnerabilidad psicológica que afecta a la población, sobresalen las determinaciones ambientales, eventos naturales, las altas demandas de trabajo y el poco descanso, las rutinas aceleradas, la alta contaminación visual, lumínica, sónica y excesivas horas de tráfico pesado agotan y disminuyen la capacidad mental del ser humano. Estas circunstancias juegan en contra acelerando el envejecimiento prematuro en la población destacado por el exhaustivo estrés de la vida cotidiana.

AMBIENTALES

Espacio donde vive una persona o grupo humano que incluye elementos naturales, materiales e instituciones.

BIOLÓGICOS

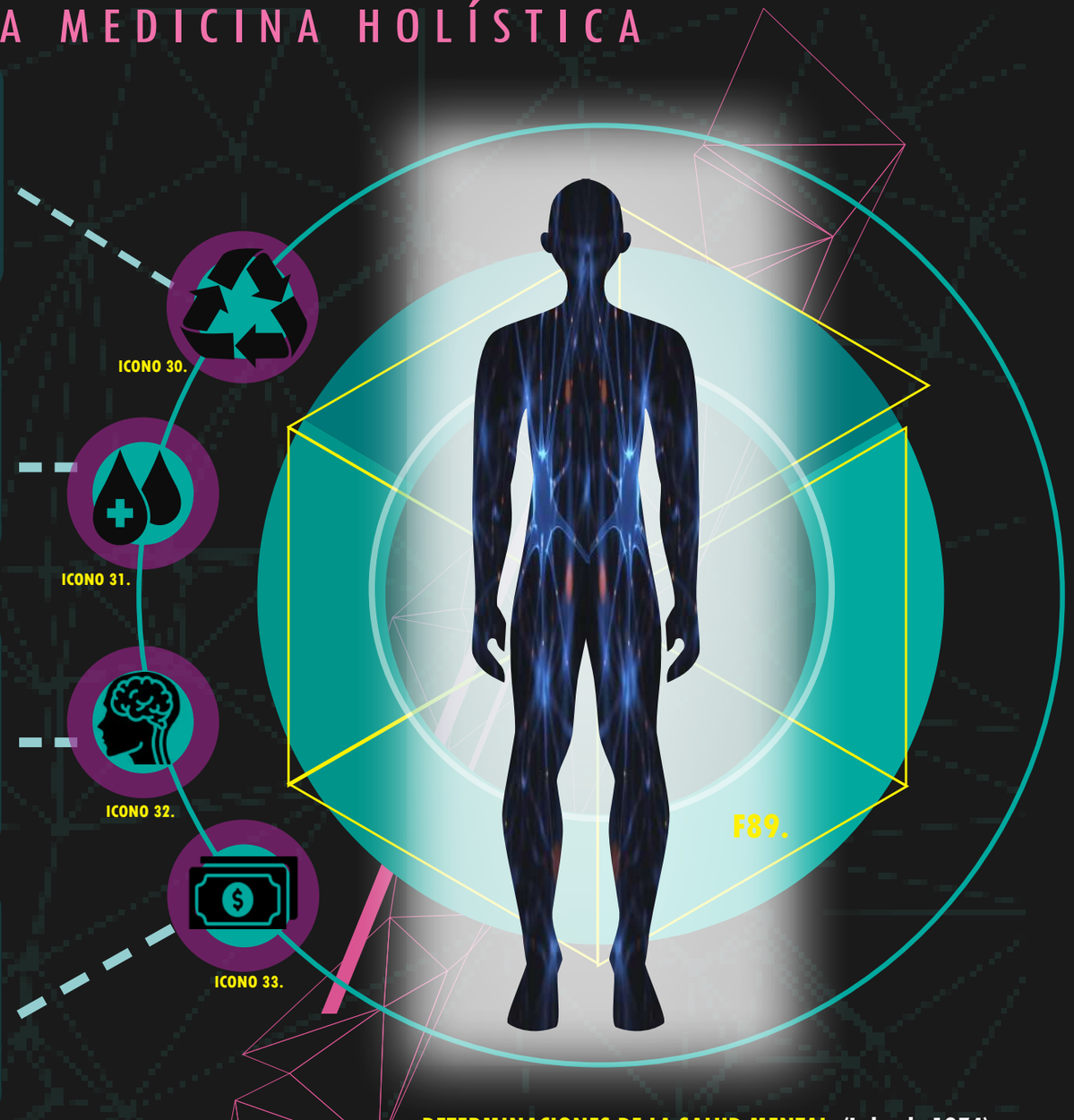
Cargas energéticas
Sistemas internos del organismo
Estructura poblacional

SISTEMA Y SERVICIOS DE SALUD

Acceso, equidad, cobertura de atención a la salud mental

SOCIO ECONÓMICOS

Estilo de vida
Hábitos alimenticios
Niveles sociales
Ingreso económico

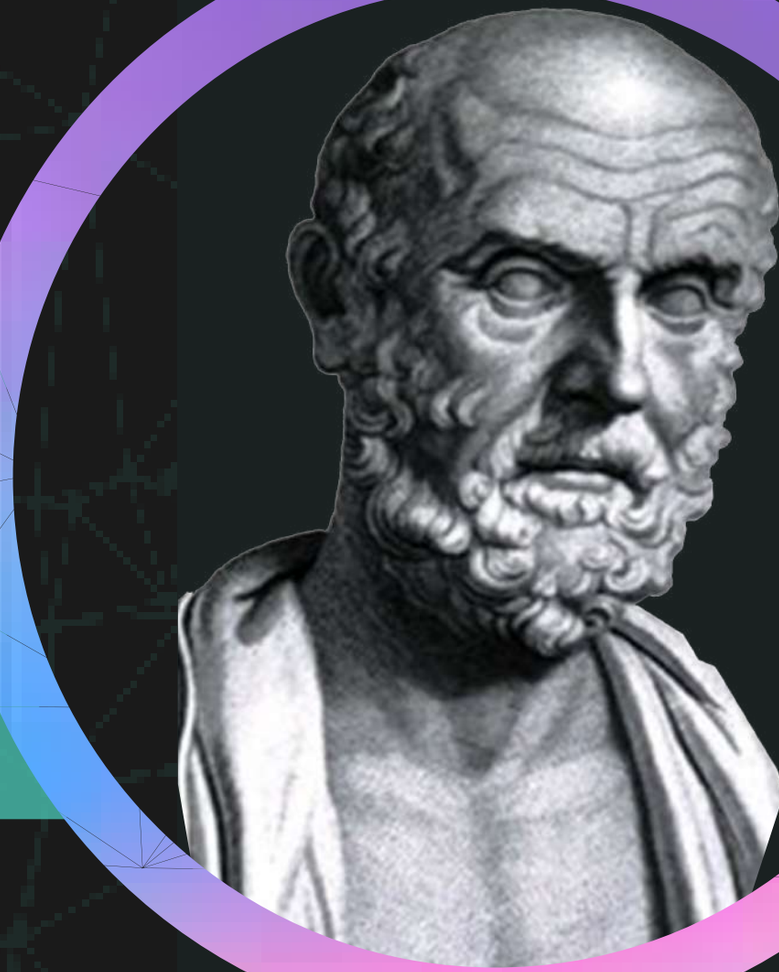


DETERMINACIONES DE LA SALUD MENTAL. (Lalonde,1974).
Fuente: Elaboración propia.

FACTORES ESTRESANTES EN LA SALUD

MEDICINA ALTERNATIVA

"Hipócrates es considerado el padre de la medicina alternativa, y defendía la capacidad intrínseca del cuerpo para sanarse. Él diseñó la teoría de los cuatro humores, que consideraba que, si la sangre, la bilis, la linfa y la atrabilis se encontraban en equilibrio, la persona también tendría salud. El desequilibrio de estos elementos produce la apocrisis, es decir, la enfermedad. Hipócrates consideraba que las principales causas de las enfermedades eran dietéticas o psicoemocionales, de modo que los tratamientos se centraban en la alimentación." (Veigler, 2020, párr.1)



F90.

1.10 MARCO TEÓRICO

1.10.1 COMPONENTES BÁSICOS DE LA MEDICINA HOLÍSTICA

Según Biblioteca del Congreso Argentina, (s.f.), el descubrimiento de esta teoría tiene origen en (460a.c-377a.c), adoptada por el filósofo Hipócrates, médico de la antigua Grecia, donde propone que el cuerpo humano está compuesto de cuatro sustancias liquidas, (la sangre, la flema, la bilis amarilla y la bilis negra) y que estas son alteradas o influenciados fácilmente por la dieta y actividad de cada individuo generando diferente temperamentos o desequilibrios emocionales. Según la teoría, el temperamento humano se basa en un porcentaje de cada líquido, estos líquidos pueden ser afectados por nuestro diario vivir e ir incrementando según la edad. El predominio de uno de estos líquidos predisponía el tipo de temperamento que una persona podría mostrar. Es decir, la sangre: Temperamento Sanguíneo de ira y enojo. La Flema: Temperamento flemático, de tranquilidad o serenidad. La bilis amarilla: Temperamento colérico, sensaciones de enfado y La bilis negra: Estado melancólico, hacia la tristeza o un sufrimiento.

Como bien se mencionó, el tipo de temperamento en una persona es fácilmente influenciado por sus hábitos. Básicamente, el humor de una persona constituye a la reacción ante el ambiente que lo rodea. Desde la niñez hasta la vejes el ser humano puede ser afectado por múltiples variables, alterando sus emociones mentales. En la sociedad actual, el constante estrés, las preocupaciones, los espacios caóticos y la mala alimentación conducen a un sin fin de enfermedades, obligando a las personas a recurrir a medicinas alopáticas, que al fin al cambo cobran otras enfermedades. Cabe mencionar, que la capacidad de una dieta baja en carbohidratos y alta en grasas crean un vínculo contra la salud mental. La escasez de nutrientes adecuados que el cuerpo necesita puede conllevar a efectos secundarios como la ansiedad, la falta de memoria y trastornos de fatiga.

Hemos encontrado que existe una creciente evidencia de un vínculo entre una dieta pobre y el empeoramiento de los trastornos del estado de ánimo, incluida la ansiedad y la depresión.
(Rodríguez, 2020 párr.1), National Geographic. Cómo afecta la dieta a la salud mental.

La dependencia del ser humano por un ambiente sano es indispensable y propicio para una buena salud psicológica. Por esto se vuelve vital identificar las características que tendría un entorno saludable y como estas puedan ser aplicadas a la teoría de los cuatro humores en la cotidianeidad, un sistema integrando la nutrición sana y hasta espacios adecuados en la naturaleza e infraestructuras donde influya la luz, el color, el olor, y el sonido, siempre con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas.

El entorno influye más allá de lo que podemos creer. Los hábitos alimenticios y el ambiente en general modifican el estado de la salud de las personas. Así mismo, como un buen ambiente puede nutrirnos al brindar salud mental, confort, estabilidad y calidez este puede perjudicarnos drásticamente, influyendo el estado de ánimo y hasta la personalidad. Haciendo un repaso rápido del entorno en la sociedad, partiendo de un evento que implique trasladarse fuera del hogar, desde el modo de transporte que elijamos hacia nuestro destino, el transcurso del viaje, y el destino final ejercen una notable influencia en nuestro cerebro. Las actividades diarias desempeñan de manera inconsciente nuestro temperamento a lo largo de la vida. Las sensaciones que son percibidas, la adyacencia y cercanía de objetos en un espacio físico, geográfico o el espacio exterior son recibidas en la corteza cerebral e impregnadas en nuestro inconsciente para luego determinar un estado de emoción.

1.10 MARCO TEÓRICO

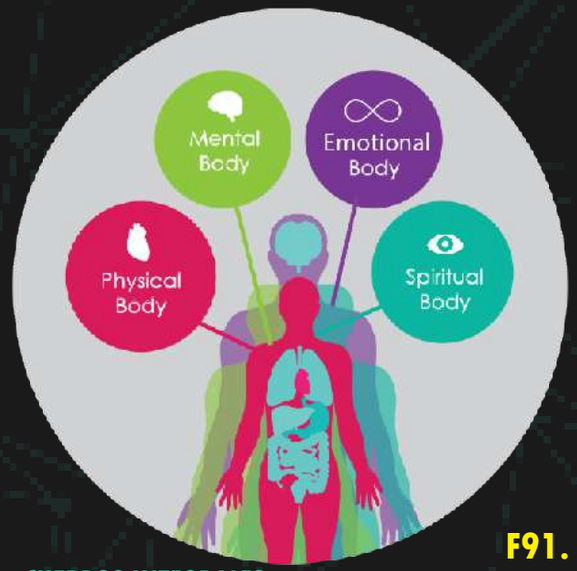
1.10.1 COMPONENTES BÁSICOS DE LA MEDICINA HOLÍSTICA

ICONO 34.

MEDICINA ALTERNATIVA

Según la (OMS), los términos medicina “complementaria” o “alternativa” se refieren a una amplia gama de tratamientos de salud que no forman parte de la cultura de un país o no están incorporados en su sistema de salud actual.

Es imposible comprender la naturaleza de las enfermedades hasta que se comprende la naturaleza en su totalidad. Lo que importa es la armonía con la naturaleza, y todas las dolencias son manifestaciones de anomalías naturales. (Universidad de Guanajuato, s.f).



F91.

CUERPOS INTEGRALES.
Fuente: https://www.pngegg.com/es/png-mcrwm



F92.

Nota: TIPOS DE MEDICINAS COMPLEMENTARIAS.
Fuente: Medicinas Complementarias (2021). https://www.gob.mx/salud/acciones-y-programas/medicinas-complementarias

1.10 MARCO TEÓRICO

1.10.1 COMPONENTES BÁSICOS DE LA MEDICINA HOLÍSTICA

La Universidad de Guanajuato, s.f., desde un enfoque global y convergente, afirma que la salud es un bien para cada individuo, un derecho humano. De este modo, clasifica la salud en tipos de modelos como la salud física, salud emocional, salud mental, salud social, salud espiritual, salud ecológica.


ICONO 35.

SALUD SOMÁTICA

Es la condición libre de enfermedad, y puede llevar a cabo sus actividades fisiológicas. Los síntomas de cambio o daño a las funciones biológicas tienen un impacto en la salud.


ICONO 36.

SALUD PSÍQUICA

Se refiere a la capacidad de un individuo para responder a los obstáculos y cambios en su entorno.


ICONO 37.

SALUD SOCIAL

Es la interacción saludable con los integrantes de la sociedad, adaptándose al rol y desarrollándose en su medio.


ICONO 38.

SALUD ECOLÓGICA

La interacción del individuo con su entorno. El entorno puede influir en que una persona tenga una mejor o peor salud.


ICONO 39.

SALUD ESPIRITUAL

Es considerado como las creencias, como elementos que influyen en la existencia y de la felicidad del individuo y la comunidad.

Nota: MODELOS DE SALUD AlTERNATIVA. (Universidad de Guanajuato, s.f)
Fuente: Elaboración Propia.

1.10 MARCO TEÓRICO

1.10.1 COMPONENTES BÁSICOS DE LA MEDICINA HOLÍSTICA

ICONO 40.



SALUD ORIENTAL

La Medicina Tradicional China (MTC), nace bajo el fundamento del taoísmo y la conexión entre el organismo y el universo, y como este se asemeja al Holismo. (Patricia, A, 2015) .

Siendo una clave de medicina para el bienestar del ser humano, es indispensable mencionar la Salud Oriental y como esta desde épocas antiguas ha demostrado que el cuerpo no solo es afectado físicamente, a su vez son afectadas nuestras energías espirituales.

En el transcurso de la evolución humana, hemos desarrollado fuertes conexiones con la tierra y el universo. Análisis científicos han demostrado la fuente de energía que el cuerpo puede trasmitir, ya sea de forma estática y o de vibración.

Nuestra energía puede ser alterada fácilmente, ya que nuestras emociones dependen de altas vibraciones. La energía es vibración y cuándo esta se halla en una sintonía baja, puede afectar y desequilibrar el espíritu, conllevando a una secuela de afectaciones.

ICONO 41.



Los principales propósitos del MTC, es restaurar la energía perdida y conservarla en el cuerpo mediante diferentes técnicas y teorías que fueron y siguen siendo analizadas como una medicina que logre conectar y equilibrar hacia una totalidad de bienestar.

La medicina oriental trata de recuperar el equilibrio del cuerpo y la armonía entre las fuerzas naturales opuestas del ying y el yang, que pueden bloquear el qi y causar enfermedad. La medicina oriental incluye acupuntura, régimen de alimentación, terapia con hierbas, meditación, ejercicio físico y masaje. (Instituto Nacional del Cancer, S.f.)



ICONO 42.

1.10 MARCO TEÓRICO

1.10.1 COMPONENTES BÁSICOS DE LA MEDICINA HOLÍSTICA

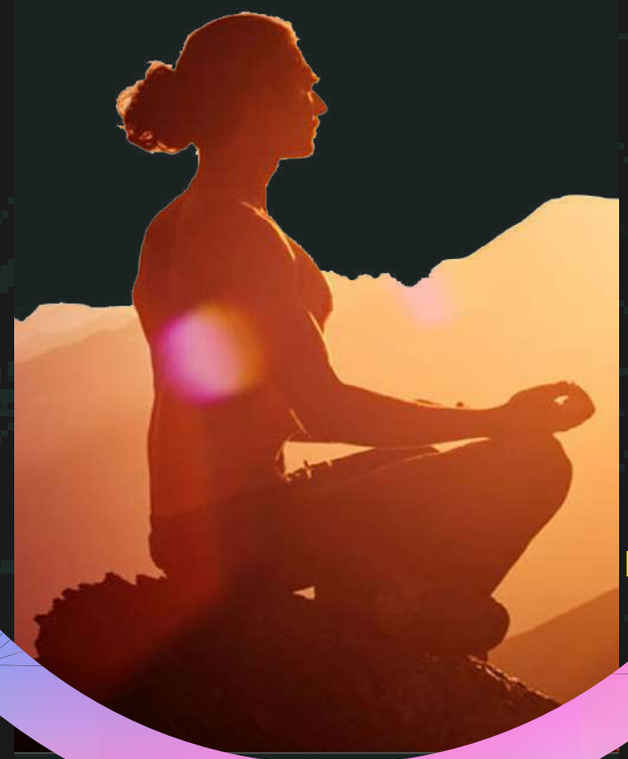
De acuerdo con, (Tedeshi, 2009). En cuanto a la (MTC), el equilibrio para la buena salud son los conceptos para la conservación y nutrición de la esencia, los cuales los que se denominan Jing, el Qi, y el espíritu (shen).



COMPONENTES DEL YING & YANG. (Tedeshi, 2009).
Fuente: Elaboración propia.

HOLÍSTICA

La sanación es el camino de regreso a la salud. En un mundo tan materialista como el actual, en el que vivimos estresadamente de manera consumista, adictiva, tóxica, en automático y en evidente ignorancia e inconsciencia de nuestras necesidades físicas, psíquicas, interpersonales, ecológicas y espirituales, consideramos que lo que llamamos “enfermedad” y crisis, son la consecuencia de nuestra conducta errática, y se constituyen en una condición propicia, necesaria y muy oportuna para el despertar espiritual e inducir el proceso del aprendizaje y crecimiento emocional. La sanación la entendemos como el proceso de regreso a la consciencia espiritual, a la consciencia de sí y al auto amor mediante el conocimiento y el discernimiento que nos permita acceder a una vida balanceada y al desarrollo armónico de nuestras potencialidades; para convertirnos así, en hombres y mujeres holísticos. (Hoffman Clinic, 2021, párr.1)



F93.

1.10 MARCO TEÓRICO

1.10.1 COMPONENTES BÁSICOS DE LA MEDICINA HOLÍSTICA

A través de la historia, los seres humados hemos venido desarrollando nuestro bienestar, sobrellevando los límites, hacia una constante evolución de conocimiento y bienestar.

Por lo tanto, la búsqueda de alcanzar el potencial máximo entre el cuerpo, mente y alma llevan a gran parte de la población a adquirir conocimiento acerca de una vida Holística, con el fin de adquirir un equilibro pleno.

Según, Valle (2019):

> Holístico deriva de holismo, una palabra que en griego significada «todo» y que se remonta incluso a Aristóteles. Es una postura que sostiene que los sistemas (físicos, biológicos, sociales, mentales, etc.) y sus propiedades deben ser analizados en conjunto y no solamente a través de las partes que los componen. Es decir, que el todo es más importante y complejo que la suma de sus partes. (párr.4)

La medicina holística es un método de sanación para el cuerpo que integra no solo lo físico, sino que va más allá de lo convencional, busca ocuparse de la mente y el alma de la persona mediante terapias tradicionales. Se entiende a lo que menciona Hoffman Clinic, que una persona es propicia a adquirir una enfermedad debido a un desequilibrio social, espiritual y emocional, a causa de una continua relación con lo no sano, en otras palabras, a un ambiente toxico donde este se apodera poco a poco de lo que realmente es el ser humano, una conciencia divina de amor integral hacia el equilibrio del bienestar.

El Hombre debe su salud al funcionamiento armónico de todo su ser y a su adecuada relajación con lo que le rodea. Es una unidad de mente, cuerpo y espíritu donde sus componentes pueden ser repercutidos si uno de estos es alterado. Por lo tanto, la Medicina Holística, recupera ese concepto de conexión entre lo natural y lo artificial, tratando de brindar un equilibrio en los sentidos del ser humano. En el caso de los espacios, es necesario, tener un contacto real con los usuarios. Es el analizar su comportamiento en un espacio de carácter espiritual, facilitando un desplazamiento de sensaciones únicas, con el objetivo de otorgar una máxima dependencia psicológica hacia la autosanación y equilibrio hacia una vida más plena.

1.10 MARCO TEÓRICO

1.10.1 COMPONENTES BÁSICOS DE LA MEDICINA HOLÍSTICA

ICONO 43.



SALUD HOLÍSTICA

La Asociación Americana de Enfermeras Holísticas (AHNA, por sus siglas en inglés American Holistic Nurses Association), define la Salud Holística, como un todo, para lo cual utilizan terapias de salud complementarias y alternativas, como vehículo de conexión con el paciente a través de la intención, presencia y conciencia.

La medicina holística es una pseudoterapia sin base científica o medicina alternativa, que se basa en los poderes de sanación naturales del organismo, las formas en que los tejidos interaccionan y la influencia del medio ambiente.

Para un Médico Holístico la solución no es quitar síntomas, por ejemplo, prescribir un analgésico para el dolor, un antiácido para gastritis, o un antibiótico para eliminar una bacteria, él va más allá. Busca las múltiples causas que están ocasionando la enfermedad. (Dra. Lopez, 2018).

Terapias complementarias. (AHNA).



F94. Imaginería



F95. Masajes



F96. Musicoterapia



F97. Aromaterapia



F98. Naturoparía



F99. Quiropraxia

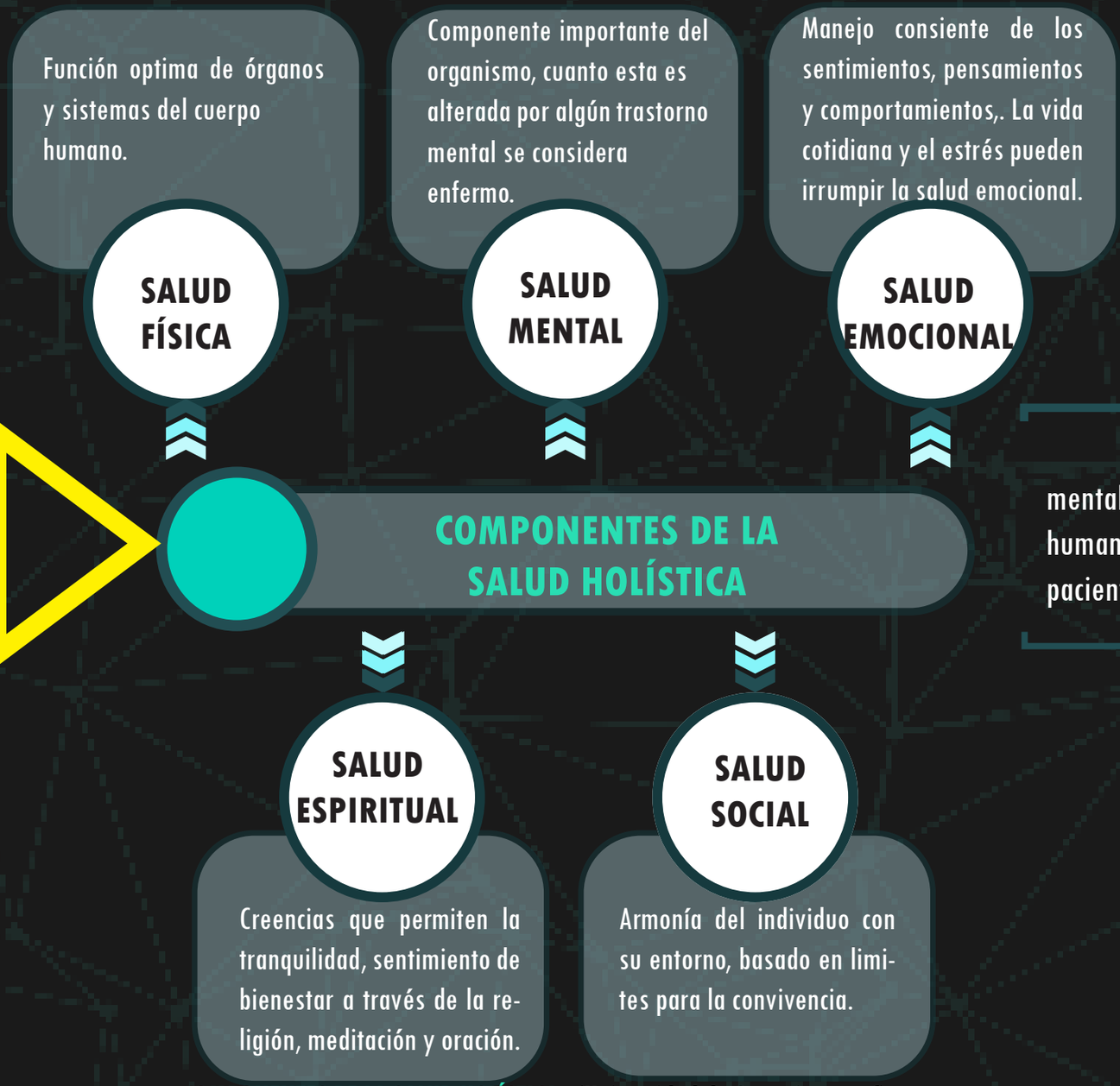


F100. Reiki

La medicina holística se basa en enfoques energéticos (medicina cuántica, medicina china, magnetismos (imanes, geobiología, etc.), mentales (analíticos o no), ambientales (ecología y salud), socioculturales (impacto de los medios, educación recibida o incluso el arte del que nos rodeamos), y perspectivas transpersonales o espirituales. (Espada, 2021).

1.10 MARCO TEÓRICO

1.10.1 COMPONENTES BÁSICOS DE LA MEDICINA HOLÍSTICA



COMPONENTES DE LA SALUD HOLÍSTICA. **(Universidad de Guanajuato, s.f).**
Fuente: Elaboración propia.

Enfoque Holístico

(Universidad de Guanajuato, s.f).

- Se vislumbra la salud desde un enfoque positivo.
- Se enfatiza el bienestar.
- El ser humano como una unidad entera.
- No existe salud si una de las dimensiones no se encuentra saludable.
- Su filosofía principal es la enseñanza de prácticas básicas de una vida saludable.

El Holismo, son procedimientos basados en lo físico, emocional, mental, espiritual, ambiental, y la integridad social de la persona humana. En resumen, el propósito de la medicina holística es tratar al paciente como una persona, no sólo como un paciente.

VALORES

- Autonomía individual
- Autonomía familiar
- Autonomía institucional
- Respeto
- Solidaridad
- Compromiso social
- Integridad

ICONO 44.



ARQUITECTURA HOLÍSTICA

La arquitectura holística, es energía añadida como elemento principal de diseño, manteniendo y utilizando las leyes universales de energía. (Holisticarchitecs.com,2009), como se menciona (Bustamante, 2013).

De esta manera, se hace mención de que la arquitectura Holística es lograr trasmitir energía sincronizada para el bien de las personas. Todo es energía, y la energía interna y la que nos rodea puede ser manipulada, y mediante la energía un edificio puede diseñarse asemejando la energía de la tierra. Esta tiene su propia frecuencia energética y se puede alinear con objetos compatibles con esta misma energía.



ICONO 45.

El diseño holístico, integra elementos sostenibles, productos ecológicos, y energía, de manera que genere bienestar al ser humano, para sanar lo físico, espiritual y emocional, mediante el diseño.

Holisticarchitects, (2019), define lo Holístico en el diseño, mediante Componentes de la arquitectura, tales como:

- EL SITIO: Mantener energía es necesario, mediante la vegetación. Cada terreno mantiene un vórtice de energía más potente, esta debe ser direccionada para el bienestar.
- TOPOGRAFÍA: El punto de integración entre el diseño y su entorno.
- FORMA DE LA ESTRUCTURA: Geometría sagrada, formas geometrías de la naturaleza.
- MATERIALES: Saludables al medio ambiente. Materiales y vegetación nativa, que proporcionen eficiencia energética.
- FORMA Y PROPORCIÓN: Diseño basado en naturaleza, y feng shui.

1. Formas curvas
2. Flujo circular del agua.
3. Armonía del espacio, una proporción con la escala humana.
4. Alturas según su función. Cobijo y protección. Ajustados a Eco resonancia que estimule los sentidos.

- CONTEMPLACIÓN, COLOR, Y SIMBOLISMO: Estimulación sensorial, en Conexión con el diseño, colores cálidos y el significado de los espacios como simbolismo espiritual.
- AMBIENTE SANO Y SOSTENIBLE: Equilibrio con los sentidos del ser humano y en armonía con el medio ambiente.

BIOFILIA

Las plantas se comunican directamente con nuestro sistema inmunitario y con el inconsciente sin necesidad de tocarlas y mucho menos ingerirlas. Esta fascinante interacción entre el ser humano y las plantas, que ahora la ciencia empieza a comprender poco a poco, es de gran importancia para la medicina y la psicoterapia. Además de que nos mantiene física y mentalmente sanos, previene otras enfermedades. En el futuro, acompañarse de plantas desempeñará necesariamente un importante papel en el tratamiento de las enfermedades físicas y psíquicas.
Clemens G. Arway. (2016). Efecto Biofilia, (M.ª Isabel Romero, Trad.; 1ª ed), Ediciones Urano, S.A.U. (publicado originalmente 2016).



F101.

1.10 MARCO TEÓRICO

1.10.2 COMPONENTES BÁSICOS DEL DISEÑO HOLÍSTICO

La palabra Biofilia (amor o unión al medio ambiente) nace en 1984 por el biólogo Edward Wilson, derivado del Bio que significa medio ambiente y filia que significa amor a algo. Es un concepto que explica la necesaria unión del ser humano y la naturaleza. Según publicaciones realizadas por, (Simbiótica, 2020). El primero en usar el término 'Biofilia' fue Erich Fromm desde el ámbito de la psicología, sin embargo, fue un biólogo de Harvard, Edward O. Wilson, quien desarrolló el concepto de que las personas estamos irremediablemente vinculadas a la naturaleza y que este contacto es esencial para un desarrollo psicológico y físico a plenitud. En 1984 Wilson publicaría la primera disertación sobre esta idea fundada sobre la base de que más del 99 por ciento de la historia de la humanidad transcurrió en estrecha vinculación con la naturaleza, donde la vida organizada a través de la caza y la recolección nos convirtió en seres biométricos. (párr.1)

Partiendo del origen, el ser humano debe su bienestar al contacto tan estrecho con la naturaleza, la necesidad de supervivencia, desde la siembra de cultivos, la caza y hasta la domesticación de los animales. Sin embargo, a lo largo la evolución, se ha perdido esa conexión tan directa. A medida que se adquirió más conocimiento tecnológico, la necesidad de interactuar con la naturaleza fue disminuyendo. Esto se lo debemos a la vida moderna, donde nos recluye a las grandes urbes, encerrándonos en cuatro paredes de concreto donde cada vez hay menos arboles cerca, menos parques, áreas verdes, y prevalece la contaminación sónica y visual. La privación de este vínculo con la naturaleza ha provocado trastornos psicológicos de depresión y ansiedad en la sociedad actual. Así mismo enfatizo, Louv (como se citó en el artículo de La Vanguargia por Carmona, 2018). Louv, quien acuñó en 2008 el término "trastorno por déficit de naturaleza", desgrana en su obra destacadas investigaciones que demuestran cómo la exposición directa a la naturaleza es esencial para el desarrollo humano, especialmente de los niños, y detalla las consecuencias negativas de no tenerlo con regularidad: obesidad, dificultad de atención, enfermedades cardiovasculares y, la más importante, por generalizada: depresión. (párr. 3).

Varios estudios realizados a nivel mundial han arrojado datos importantes, donde la relación con la naturaleza establece una mejor calidad de vida aquellos usuarios que se encuentran en constante contacto con la naturaleza. Así lo ha demostrado el inmunólogo Qing Li, experto en la curación natural de la Escuela de Medicina de Tokio, donde propone la terapia shinrin-yoku o Baños de Bosque para producir efectos beneficiosos al cuerpo humano. Como lo público Mora, (2019), en el artículo de la Nación.com. Li, asegura que los compuestos volátiles emitidos por los árboles son los principales responsables de los efectos beneficiosos sobre el sistema inmunitario, incluso se han llevado a cabo experimentos con diversos compuestos aromáticos naturales, como limonenos, cedrol o isoprenos, algunos conocidos por su efecto antimicrobiano. Estos compuestos volátiles producidos por las plantas se denominan fitoncidas, y son usados en aroma-terapia y medicina holística.

No es casualidad, que las personas tengan una gran necesidad de buscar incorporar la naturaleza en sus espacios habitacionales o de trabajo. Mediante una alternativa, ya sea, la colocación de plantas o la preparación de resinas aromáticas, aceites, candelas, etc. La naturaleza debe ser planteada tanto en las vidas como en los espacios, como elemento fundamental para efectos psicológicos ya demostrados. Es por esta razón, que se debe considerar la intervención de espacios o edificios que busquen este equilibrio, principalmente en proyectos que impacten o se relacionen con la salud de los usuarios, tomando el concepto Biofilia como base de diseño y función, principalmente para espacios donde puedan estimular y cautivar los cinco sentidos del ser humano con el fin de aportar un beneficio a su salud mental.

FENG SHUI

Feng(viento) –Shui (agua)

ICONO 46.

De acuerdo con Yeromiyan, (2021). El Fen Shui es una antigua disciplina filosófica China, con bases en el taoísmo, definida como el arte de armonizar el ambiente para favorecer al individuo y su armonía.

Por otro lado, el Feng shui es una disciplina que basa su compresión en teorías naturales, evolución del universo, la orientación, los materiales y los colores que favorezcan a la tranquilidad en la vida, la paz y el equilibrio personal.

Este arte ancestral está basado en algunos principios de la metafísica china que busca la armonía general del individuo con su entorno. (National Geographic, 2018)

Es necesario adentrarnos en los principios del Feng Shui, como bases para un diseño Holístico, integrando las energías, la naturaleza y el medio ambiente como fuentes básicas para el bienestar del ser humano. De este modo, definir que Feng Shui, no es solo una decoración superficial, sino que es una disciplina que mantiene el equilibrio entre un espacio arquitectónico y los usuarios.

FACTORES PARA EL DISEÑO



F102.

Chi- Factores de energía.
Fuente: Tomada de Feng Shui: qué es, para qué sirve y cómo aplicarlo en tu hogar. [fotografía], Celeste Wagner, 2021, https://www.bioguia.com/hogar/feng-shui_29280405.html



F103.

Chi- Colores en el Feng Shui.
Fuente: Tomada de Ovacen: Consejos decoración feng shui para casa, guía completa! [Fotografía]. Martin, s.f. https://ovacen.com/decoracion-feng-shui-tips/



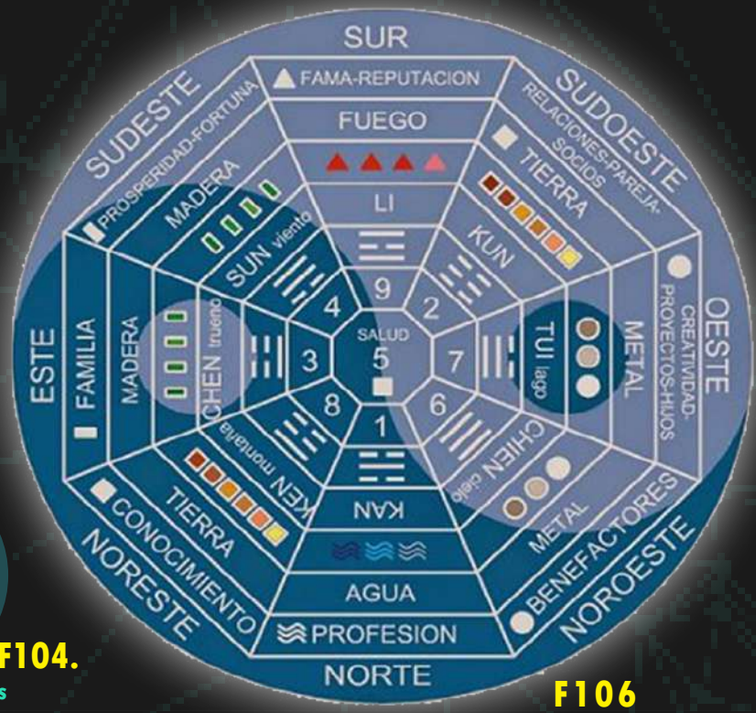
F104.

Chi- Factores ambientales que afectan la energía.
Fuente: Tomada de Feng Shui: qué es, para qué sirve y cómo aplicarlo en tu hogar. [fotografía], Celeste Wagner, 2021, https://www.bioguia.com/hogar/feng-shui_29280405.html



F105.

Chi- Energía de los Objetos y Personas.
Fuente: Tomada de La fuerza del Chi. [fotografía], Ricard Montero, 2020, https://www.saludterapia.com/articulos/a/3099-la-fuerza-del-chi.html



F106



F107.

Chi- Yin y el Yang- Elementos Opuestos. Luz & Sombra.
Fuente: Tomada de Encontrando el balance en el Yin y Yang. [fotografía], Hola China, 2015, https://holachina.lat/2014/09/26/encontrando-el-balance-en-el-yin-y-yang-2/



F108.

Chi- Puntos Cardinales.
Fuente: Tomada de Mundoprimaria: ¿Cuales son los puntos cardinales? [Fotografía]. Gracia, Silva, s.f. https://www.mundoprimaria.com/recursos-ciencias-sociales/puntos-cardinales



F109.

Chi- Cinco Elementos.
Fuente: Tomada de Encontrando el balance en el Yin y Yang. [fotografía], Hola China, 2015, https://holachina.lat/2014/09/26/encontrando-el-balance-en-el-yin-y-yang-2/

Nota. Kua y la filosofía de la escuela de brújula en el Feng Shui.
Fuente: Tomada de Consejos decoración feng shui para casa, guía completa! [Fotografía] Alejandro Martin, s.f, https://ovacen.com/decoracion-feng-shui-tips/

CONCEPTOS FILOSÓFICOS EN EL FENG SHUI

CHI



F110.

Nota. El chi representa la energía vital que mantiene conectados y en armonía al cuerpo, mente y espíritu.
Fuente: Tomada de Qué es el Chi.[Fotografía] Qué!, 2021. https://www.que.es/2021/01/09/que-es-chi/

YIN & YANG



F111.

Nota. Todo lo que existe es constante y a la vez cíclico.
Fuente: Tomada de En qué consiste la teoría del Yin y el Yang, símbolo y significado. [Fotografía] Marta Guerri, 2021. https://www.psicoactiva.com/blog/consiste-la-teoria-del-yin-yang/

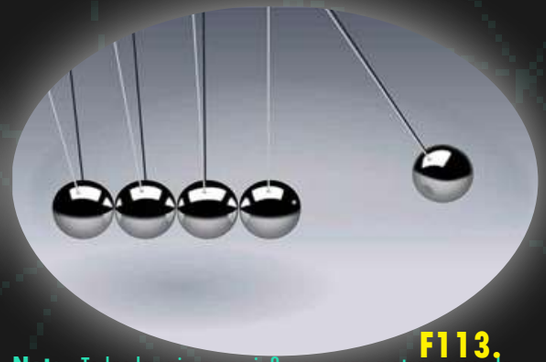
FACTORES DE ENERGÍA



F112.

Nota. El ambiente personal, el ambiente interior, el ambiente exterior y las energías cósmicas intercambian e interactúan constantemente creando el ambiente.
Fuente: . Tomada de Consejos decoración feng shui para casa, guía completa! [Fotografía] Alejandro Martin, s.f. https://ovacen.com/decoracion-feng-shui-tips/

CAMPO VITAL



F113.

Nota. Todas las piezas se influyen unas a otras, como la relación entre los seres humanos y su entorno.
Fuente: Tomada de La teoría de campo de Kurt Lewin. [Fotografía] Roberto Muelas Lobato. 2021, https://lamenteesmaravillosa.com/la-teoria-de-campo-de-kurt-lewin/

CUERPOS SUTILES Y AURA



F114.

Nota. Todas las experiencias en nuestras vidas están innegablemente documentadas en los 7 cuerpos sutiles (CHAKRAS).
Fuente: Tomada de ¿Cuáles son los cuerpos sutiles? [Fotografía] Yareli Cassiel, 2015, https://www.cassiel.com.mx/2015/02/cuales-son-los-cuerpos-sutiles/

MAPA BAGUA



F115.

Nota. El mapa de Bagua es una herramienta específica utilizada en la práctica del feng shui. Nos enseña la reestructuración, distribución y organización del diseño.
Fuente: Tomada de Consejos decoración feng shui para casa, guía completa! [Fotografía] Alejandro Martin, s.f, https://ovacen.com/decoracion-feng-shui-tips/

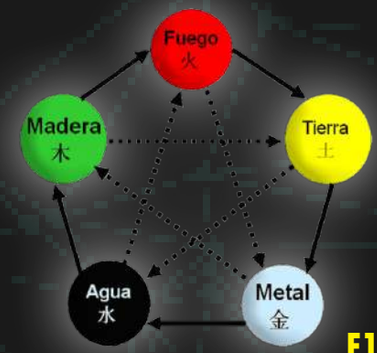
PLANOS CÓSMICOS



F116.

Nota. Diferentes estados de conciencia y energía constituyen los planos de existencia.
Fuente: Tomada de Los Siete Planos Ocultos de la Existencia [Fotografía] Amino, 2018, https://aminoapps.com/c/anime-es/page/blog/los-siete-planos-ocultos-de-la-existencia/g0KS_6uV2r032mXGzXlrK1YWkE7dxX0

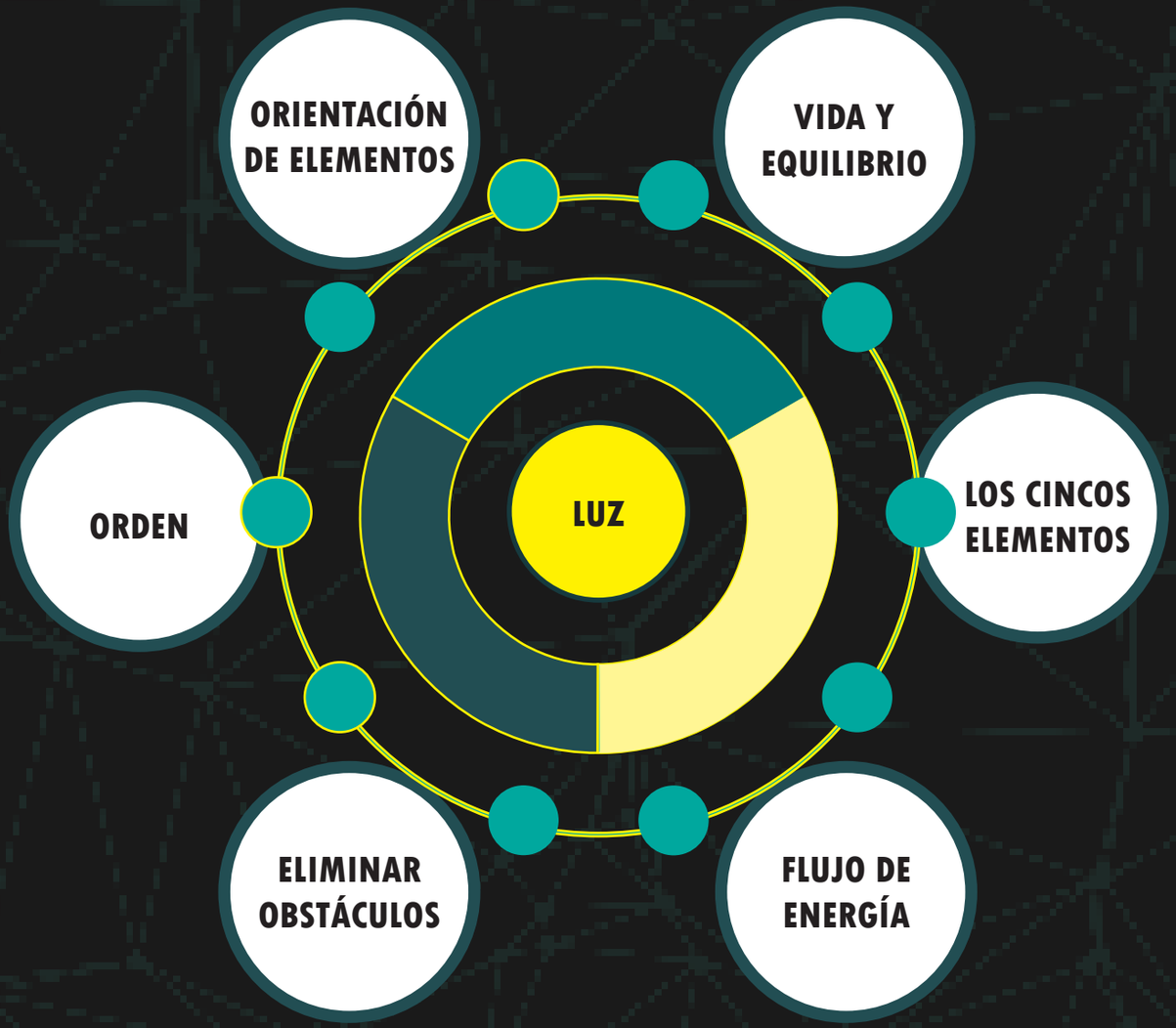
CINCO ELEMENTOS



F117.

Nota. Fenómenos naturales, tanto material como energético, como instrumentos sobre todas las ramas del conocimiento
Fuente: Tomada de Teoría de los Cinco Elementos [Fotografía] Jorge Beltrán, 2017, https://chikung-qigong.com/teoria-de-los-cinco-elementos/

DISEÑO FENG SHUI



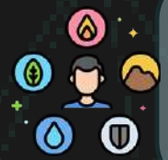
DISEÑO FENG SHUI.
Fuente: Elaboración propia.


ICONO 47.

ORIENTACIÓN DE ELEMENTOS
Atención a la zona de foco principal.


ICONO 48.

VIDA Y EQUILIBRIO
Plantas, flores y otros elementos de la naturaleza. Materiales de los cinco elementos, colores.


ICONO 49.

LOS CINCOS ELEMENTOS
Metal-claridad y precisión.
Fuego -Motivación.
Tierra-Estabilidad.
Agua-Sabiduría.
Madera-Energía.


ICONO 50.

FLUJO DE ENERGÍA
Entradas, pasillos y puertas libres de obstáculos para fluir la energía del viento a través del espacio.


ICONO 51.

ELIMINAR OBSTÁCULOS
Impulsar el movimiento a través de las líneas limpias.


ICONO 52.

ORDEN
Energía positiva, la claridad de pensamiento y la productividad.


ICONO 53.

LUZ
Fuentes de luz natural.
Crear un equilibrio.
Simetría naturales.

ICONO 54.



GEOBIOLOGÍA

La geobiología es el estudio de la relación entre la Tierra y los seres vivos, o más concretamente, la influencia que cada parte de la Tierra tiene sobre los seres que la habitan. La geobiología no es una disciplina científica puramente académica, ni pretende serlo, aunque se basa en conceptos esenciales de la geología y la biología, así como de la física y la neurología. (Instituto para la salud Geoambiental, s.f.)



ICONO 55.

La salud geoambiental es un medio para darnos cuenta de que muchas de las dolencias actuales tienen su origen en nuestro entorno y pueden evitarse si lo cuidamos.
(Instituto para la salud Geoambiental, s.f.)

ICONO 56.



La geobiología pretende descubrir los múltiples factores de riesgo que existen en nuestro entorno. Factores de origen geofísico, físico, químico y biológico que interactúan dentro de las estructuras en las que trabajamos y vivimos.

Por otro lado, la salud geoambiental, concentra información ancestral, apoyada en los conocimientos del Feng Shui y conocimientos científicos, para abordar el efecto del medio ambiente en los humanos de manera integral e identificar las variables que son peligrosas para la salud. En otras palabras, como el efecto entre las energías naturales que emanan en la tierra y como influyen en la salud de los seres vivos.



ICONO 57.

El geobiólogo puede detectar fenómenos de extraordinaria importancia para la salud en relación con el sitio en el que se vive por lo que su intervención puede ser enormemente útil. ((Instituto para la salud Geoambiental, s.f.)

1.10 MARCO TEÓRICO

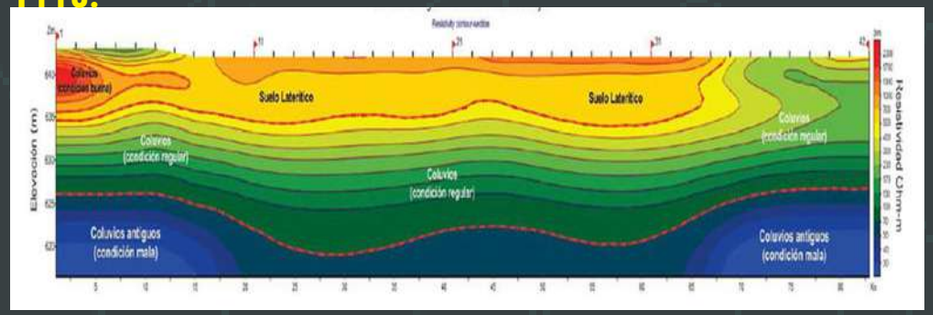
1.10.2 COMPONENTES BÁSICOS DEL DISEÑO HOLÍSTICO

ICONO 58.



Para la compresión del espacio y distribución de un diseño adecuado, es importante conocer los elementos naturales que influyen en contra del bienestar. Tomando en cuenta las redes geomagnéticas y alteraciones geofísicas, conforme al Instituto para la salud Geoambiental, (s.f.).

F118.



ALTERACIONES GEOFÍSICAS: Bajo el suelo en el que vivimos, puede presenciarse fallas, grietas combinando el contacto de diferentes materiales, provocando reacciones físicas y químicas que afloran a la superficie; además de aguas subterráneas, masas de agua, que interrumpen los campos geofísicos en el ambiente que nos rodea. Nuestros órganos más vitales deben su función a mecanismos electromagnéticos, que fácilmente son alterados por nuestro entorno cotidiano geofísico.

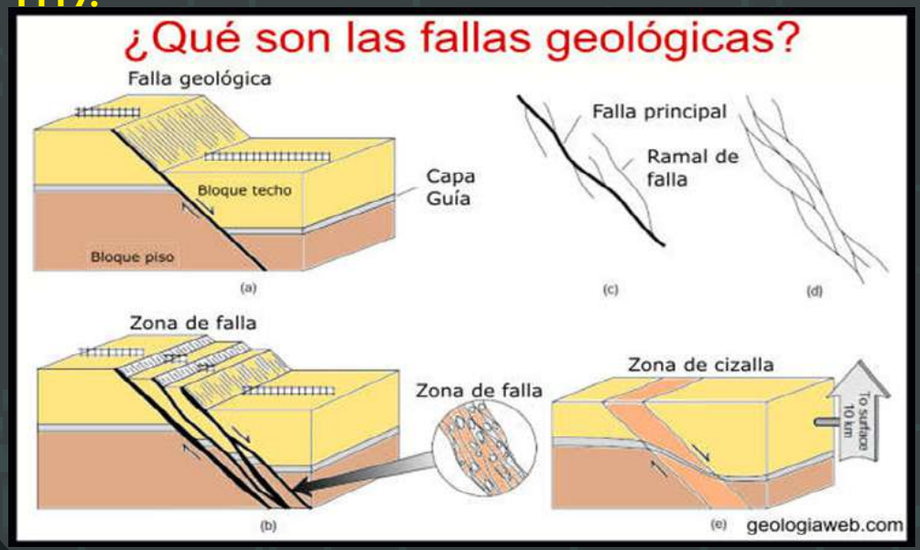
Nota. Fenómenos naturales, tanto material como energético, como instrumentos sobre todas las ramas del conocimiento.

Fuente: Tomada de Teoría de los Cinco Elementos [Fotografía] Jorge Beltrán, 2017, https://chikung-qigong.com/teoria-de-los-cinco-elementos/

ICONO 59.



F119.



FALLAS GEOLÓGICAS: Debido a las presiones sísmicas y tectónicas, la corteza terrestre se encuentra en constante movimiento. Estas presiones provocan fallas, fisuras, fracturas, juntas, etc. Son discontinuidades o grietas en las rocas del subsuelo, y se pueden encontrar en cualquier lugar bajo tierra donde habite el ser humano. Cuando esto sucede, los pedazos de tierra destrozados entran en contacto con superficies de diferentes tipos, y frecuentemente forman agujeros subterráneos. La ley de la mínima de resistencia es la opción que implique el menor gasto de energía, Sánchez, (2019). Hace que emerjan una gran cantidad de energía del subsuelo, tales como: Radiaciones gama, gases radiactivos que impactan la atmósfera de la superficie y el campo magnético de nuestro entorno, generando múltiples variaciones.

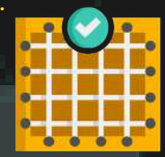
Nota. ¿Qué son las fallas geológicas?

Fuente: Tomada de Fallas Geologicas, [Fotografía] Geología Web, s.f, https://geologiaweb.com/geologia-general/fallas-geologicas/

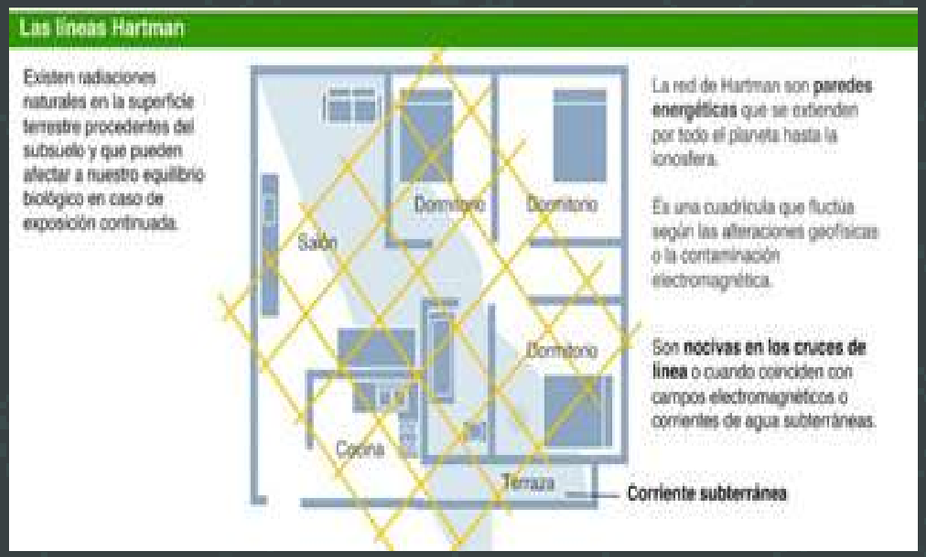
1.10 MARCO TEÓRICO

1.10.2 COMPONENTES BÁSICOS DEL DISEÑO HOLÍSTICO

ICONO 60.



F120.



LINEAS HARTMANN: Las líneas de Hartmann crean una red de fuerzas, también conocida como red de Hartmann, que están orientadas aproximadamente de norte a sur cada 2 metros y de este a oeste cada 2,50 metros. Al cruzarse entre si, o cuando coinciden con campos electromagnéticos generan padecimientos invisibles nocivos para el cuerpo humano.

Las líneas de Hartmann forman barreras verticales invisibles que cubren toda la superficie atravesando cualquier tipo de material, por lo que influyen edificaciones de hasta 20 pisos y superiores.

Las líneas Hartmann son la manifestación física de la energía telúrica (del latín Tellus, la Tierra), es decir, la procedente del núcleo de nuestro planeta, y la energía cósmica, la procedente del fondo del cosmos y que se refleja o refracta sobre la corteza terrestre.

Nota. Manifestación de Lineas Hartmann coinciden con corrientes de agua subterráneas emitiendo efectos nocivos a la salud.

Fuente: Tomada de Líneas Hartmann, [Fotografía] Instituto para la Salud Geoambiental, s.f. https://www.saludgeoambiental.org/lineas-hartmann

ICONO 61.



F121.



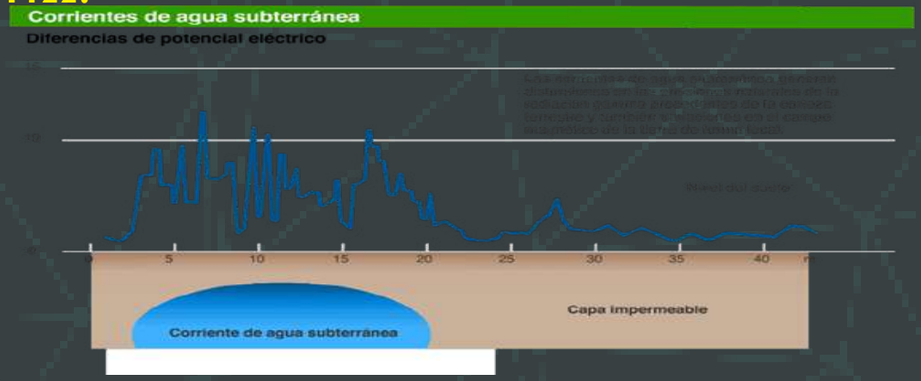
LINEAS CURRY: líneas Curry están ubicadas de noreste a sureste y de sureste a noroeste, opuestas a las líneas Hartmann. Orientadas con respecto a los puntos cardinales por el efecto toroidal que genera la rotación de la tierra. Cada una va de 6 u 8 metros para una distancia total de 16 metros.

Nota. Lineas Curry generadas por la rotación de la tierra.

Fuente: Tomada de Redes de Hartmann y Redes de Curry, [Fotografía] Bioenergético y radiestesia, S.f. Redes de Hartmann y Redes de Curry. https://www.bioenergetica-radiestesia.com/articulos/item/338-redes-de-hartmann-y-redes-de-curry-geopatias-geobiologia

ICONO 62

F122.



AGUAS SUBTERRÁNEAS: Corrientes de agua subterránea, los acuíferos, las bolsas de agua, los sumideros y las filtraciones llenan las cavidades del subsuelo y se mueven a través de galerías subterráneas, habitando en los poros y fisuras del subsuelo. Su existencia bajo el suelo sobre el que caminamos reduce el valor del campo magnético terrestre y potencia la radiación gamma (radiactividad), además de generar cambios significativos en la ionización del aire. Su región de impacto está determinada por su flujo. Cuanto mayor sea el flujo, mayor será el área afectada en la superficie.

Nota. Gráfica de alteración por corriente de aguas subterráneas.
Fuente: Tomada de Geobiología, [Fotografía] Instituto para la Salud Geoambiental, s.f. https://www.saludgeoambiental.org/lineas-hartmann https://www.saludgeoambiental.org/geobiologia

ICONO 63

F123.



RADIACTIVIDAD AMBIENTAL: Al alcanzar un nivel alto, se convierte en un riesgo a nuestros cuerpos. Debido a la composición mineral del subsuelo en regiones específicas, con frecuencia se detectan altas cantidades de radiactividad en nuestro entorno cotidiano. El suelo puede contener granito, arcilla u otros materiales con una alta concentración de uranio que es altamente radiactivo, que encuentra debajo dentro de edificaciones, como el gres o la cerámica, así como en determinados tipos de cemento.

En el proceso de descomposición, el uranio emite un gas llamado gas radón, que es clasificado por la OMS, como la segunda causa de cáncer de pulmón. El gas radón es insípido, inoloro, e invisible, lo que pasa fácilmente desapercibido en el entorno. Sin embargo, es detectado por un contador Geiger, que localiza partículas radiactivas, y mide impulsos de corriente eléctrica.

No obstante, como medida de precaución es necesario garantizar una correcta ventilación sobre el nivel del suelo de un inmueble, para minimizar la concentración de gas radón.

Nota. Gas radón emitido en viviendas por el proceso de descomposición.
Fuente: Tomado de La UPC estudia mejorar la detección de gas radón en la atmósfera y en el suelo, [Fotografía] Comité de documentación energética, 2021. https://www.foronuclear.org/actualidad/noticias/la-upc-estudia-mejorar-la-deteccion-de-gas-radon-en-la-atmosfera-y-en-el-suelo/

EL SONIDO Y LA SALUD: MUSICOTERAPIA



ICONO 64

Según la Federación Mundial de Musicoterapia, (1996) , la musicoterapia es el uso de la música y/ o de los elementos musicales (sonidos, ritmo, melodía, armonía) por un musicoterapeuta cualificado con un paciente o grupo de pacientes, para facilitar o promover la comunicación, la interrelación, el aprendizaje, la movilización, la expresión, la organización y otros objetivos terapéuticos relevantes, con el objeto de atender necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas. La musicoterapia apunta a desarrollar potenciales y/ o restablecer funciones del individuo para que este pueda emprender una mejor integración intrapersonal e interpersonal, y en consecuencia alcanzar una mejor calidad de vida, a través de la prevención, la rehabilitación o el tratamiento.
(Efisioterapia,2011, par. 1.)

De acuerdo, con los datos de (Blanco, 2012). A finales del siglo XIX, se realizaron las primeras experiencias científicas mediante los efectos fisiológicos de las ondas sonoras. Teniendo resultados influyentes en un espíritu objetivo y materialista del cuerpo humano. Algunos de estas experiencias se comentan a continuación:

- Influencia sobre el funcionamiento cardiaco, le frecuencia respiratoria.
- Estimulación de la corteza
- Vibración por resonancia la hipófisis, relacionada con la orientación temporo-espacial, y la glándula pineal.
- Funcionamiento de las glándulas sexuales.
- Sonido como efecto excitante, calmante y armonizaste sobre todo el organismo.
- Mejoramiento del lenguaje y la comunicación
- La creatividad, el bienestar personal y social.

1.10 MARCO TEÓRICO

1.10.2 COMPONENTES BÁSICOS DEL DISEÑO HOLÍSTICO

La utilización de música como terapia nace a través de la prehistoria, puesto que se sabe por los papiros egipcios, descubiertos por Petrie en la ciudad de Kahum en 1889. Estos papiros datan la utilización de música como agente capaz de curar el cuerpo, calmar la mente y purificar el alma. (Cadencia, s.f). Así mismo, se comenta que, como fundamentos científicos de la musicoterapia, fueron descubiertos en la antigua Grecia por.

1. Pitágoras: Armonía entre la música en el universo y en el alma humana. Mediante conceptos matemáticos
2. Platón: La música como placer.
3. Aristóteles: Teoría de Ethos, palabra griega como música que provoca los diferentes estados de ánimo.

> Musicoterapia comprende el uso de la música, el sonido, la voz, los instrumentos musicales y el cuerpo, con fines de desarrollo personal y terapéuticos, que abarcan la rehabilitación, la prevención y el mejoramiento de la salud física, mental y emocional. (Lopez, 2012. pg. 7, par. 2.)

TIPOS DE MUSICOTERAPIA.

1. Musicoterapia Receptiva: Los Terapeutas tocan o cantan la música.
2. Musicoterapia Activa: Pacientes activamente crean música tocando instrumentos.



ICONO 65

El sonido es una comunicación simbológica, como lo es el canto de las aves, el sonido del agua , una brisa de la mañana , simbolizan y traen recuerdos que han estado impregnados en nuestro ADN, la naturaleza ha estado en estrecha vinculación con los seres humanos, tanto en nuestro desarrollo psicológico y físico.

EL OLOR Y LA SALUD: AROMATERAPIA


ICONO 66

Los aromas llegan como moléculas de aire vinculadas a los olores que activan las células receptoras de la nariz, llevando pequeñas señales eléctricas a las neuronas o células cerebrales. (Infosalus, 2020). Así como el ruido, luz y otras amenazas del ambiente, el olor llega fácilmente a nuestro sistema nervioso, hasta las partes más primitivas del cerebro, logrando afectar nuestras emociones.

Estudios revelan que los olores pueden afectar el estado psíquico de las personas, hasta influir negativamente sobre su estado de ánimo. El Ministerio del Medio Ambiente, Gobierno de Chile, (s.f), hace resumen de estos síntomas negativos.

- Mareos
- Náuseas
- Vómitos
- Dolor de cabeza
- Problemas de concentración
- Otros

TIPOS DE AROMATERAPIA

- Aromaterapia Holística: Aceites esenciales y masajes para tratar trastornos.
- Aromaterapia Clínica: Combinación de Medicina Biológica y Convencional con Aceites Esenciales.
- Aromaterapia Estética: Mejorar el aspecto de la piel.

MODO DE APLICACIÓN

1. Vía oral
2. Vía Inhalatoria
3. Maniluvios y Pediluvios
4. Baños corporales
5. Compresas

Sin embargo, así como los olores influyen negativamente. Estos olores pueden ser manipulados y influenciados al beneficio de las personas. De acuerdo con, National Association for Holisitc Aromatherapy, como sus siglas en inglés (NAHA). La Aromaterapia se puede describir como un arte y una ciencia, mediante los aspectos científicos de las plantas y los aceites al combinarse. Estos producen una mezcla beneficiosa de arte para armonizar la salud emocional, física y espiritual por medio de la aplicación de estos extractos.

La utilización y la práctica de la aromaterapia son utilizados en una gran variedad de formas para sanar al cuerpo, la mente y el espíritu. Se extraen de plantas naturales, semillas, cortezas y flores, con fines medicinales, como aceites esenciales, aceites portadores e hidrosoles, que harmonizan la salud emocional de las personas, tratando trastornos emocionales y físicos. Así mismo, la aromaterapia influye en bienestar de los espacios, generando sensaciones de alegría, relajación, sensación de energía, y para apaliar la depresión, mediante tratamientos y medicinas convencionales.

La NAHA, hace referencia que los aceites comúnmente usados pueden generar los siguientes beneficios:

- Alivio del dolor de cabeza: menta
- Estimulación del sistema inmunitario: eucalipto, romero, árbol del té
- Alivio de la tensión muscular: manzanilla, salvia esclarea, eucalipto, menta, cadmio
- Alivio de la indigestión: menta
- Relajación: cadmio, geranio, lavanda, limón, salvia sclarea y manzanilla
- Alivio de afecciones respiratorias: eucalipto

Además, corroborando con el dato anterior, BrestCancer.org 2012, confirma que basado en las investigaciones en pacientes diagnosticados con cáncer, la práctica en la que aceites aromáticos se frotan en el cuerpo o su aroma se inhala durante una sesión de masajes pueden ayudar aliviar los siguientes síntomas:

- Ansiedad
- Depresión
- Náuseas
- Presión arterial elevada



ICONO 67.

EL COLOR Y LA SALUD: CROMOTERAPIA

La cromoterapia usa el color para tratar problemas físicos, emocionales y mentales. Es una terapia holística, es decir, busca recuperar la armonía o equilibrio en la persona.
(Enciclopediasalud, s.f., par. 1)

Saz, (s.f) , hace mención de sistemas médicos y como han admirado durante mucho tiempo el poder de los colores para beneficiar la salud. Los egipcios, los indios en tratamiento ayurvédico y los antiguos griegos lo emplearon. La cromoterapia actual es significativamente más avanzada. Ya se reconoce como un método para curar enfermedades que emplea el espectro visible de la radiación electromagnética (es decir, los colores).

Por otro lado, la cromoterapia combina aportes de la psicología, la metafísica, la física, el arte y la medicina para crear un patrón de acción en respuesta a cambios físicos, psicológicos o energéticos mediante el uso del espectro cromático, que divide la luz del sol. (Guillermo Gomez, 2019).



ICONO 68.

APLICACIONES DE CROMOTERAPIA. (Saz, s.f)

- Trastornos mentales.
- Trastornos físicos
- Investigación medica
- Rendimiento Deportivo
- Efectos relajantes.

Echeverri, (2021), apoya que la cromoterapia es capaz de reunir aportaciones psicológicas, metafísicas, física, arte y medicina. Mediante el uso de un espectro cromático, en el que se divide la luz solar, se logra establecer un patrón de actuación frente a cualquier alteración física, psíquicas y energéticas del ser humano. El objetivo de este es el equilibrio, de los siete colores que corresponden a los chakras principales, permitiendo un vinculo cercano de cada color con cada energía emitida en el cuerpo humano.

MODO DE APLICACIÓN

1. Luz coloreada
2. Telas coloreadas
3. Decoración
4. Elixires cromáticos
5. Alimentación cromática
6. Cromopuntura
7. Meditación

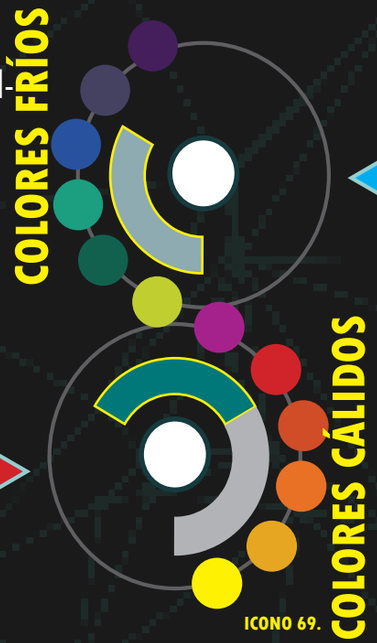
1.10 MARCO TEÓRICO

1.10.2 COMPONENTES BÁSICOS DEL DISEÑO HOLÍSTICO

La aplicación de la cromoterapia se puede implementar de diferentes maneras según el propósito y las sensaciones que se quiera trasmitir. La cromoterapia se puede utilizar desde la nutrición en pacientes, por medio de los colores en los vegetales y frutas , donde los colores deseados pueden tener efectos psicológicos de mejora positiva. Por otro lado, en la arquitectura y espacios internos, el color es utilizado para influir en el estado de animo de las personas. Sus aplicaciones varia desde la visualización de la luz producida por bombillas o focos, al igual por efectos de proyección de la luz solar sobre materiales, generando efectos visuales.

La cromoterapia es una terapia suave, ya que no tiene efectos secundarios y no es tóxica. Consiste en la activación de mecanismos de defensa del organismo, con el propósito de conseguir la curación y el bienestar del paciente manteniendo un equilibrio psíquico para la recuperación de cualquier patología. Para comprender como los colores influyen en el cuerpo humano, es necesario comprender la expresión de los colores desde un punto de vista psicológico. A continuación se mencionaran los tipos de colores, la psicología del color y sus diferentes efectos.

Los colores fríos se consideran calmantes e incluso melancólicos.



Emiten delicadeza, frescura, expansión, descanso, esperanza y paz.

Sugieren delicadeza, feminidad, amabilidad, hospitalidad, emiten poder, riqueza y estabilidad.

Los colores cálidos se consideran energizantes, alegres e incluso emocionantes.

ICONO 69.

En la psicología del color, se basa en las relaciones de simbolismo y formas geométricas. Los colores no solo expresan estados de ánimo y emociones de gran valor mental, sino que también tienen efectos fisiológicos. (Moreno Mora, V. s.f.)

ROJO- color de movimiento y vitalidad. (Fuego).
- Aumenta la tensión muscular.
- Estimula la presión arterial.
- Para personas retraídas.

NARANJA- color del entusiasmo. (Ardor)
- Facilitar la digestión.

AMARILLO- color de alegría. (Sol=Poder).
- Estimulante de los centros nerviosos.

VERDE- Color del reposo, esperanza.(Naturaleza).
- Libera el espíritu y equilibra las sensaciones.

AZUL- Color de inteligencia, sabiduria, pureza y fe. (Cielo y Agua).
- Reducción de la presión sanguínea.

VIOLETA- Realeza, dignidad.
- Acción de sedante.

BLANCO- Símbolo de lo absoluto, paz o redención.
- Claridad mental.

PSICOLOGÍA DEL COLOR. Moreno Mora, V. (s.f). Psicología del color y la forma. [Licenciatura en Diseño Gráfico, Universidad de Londres]. Archivo digital. https://trabajosocialucen.files.wordpress.com/2012/05/psicologia-1.pdf

Fuente: Elaboración propia.

EL VEGETACIÓN Y LA SALUD: JARDINES TERAPÉUTICOS



ICONO 70.

Los Jardines Terapéuticos son espacios que estimulan los sentidos, es un contacto directo con la realidad y proporción de bienestar psicológico a usuarios, tanto como a los pacientes, a los familiares y a funcionarios. Diseñados con el propósito de estimular, sanar, y desarrollar aspectos físicos, psicológicos, sociales y espirituales en una estructura sanitaria. (Celda, 2019)

El paisaje, como estructura espacial portadora de sentido, significado y relación insustituible entre el hombre y los recursos, puede recuperarse, particularmente en las zonas urbanas y peri-urbanas, donde se han visto discontinuidades. Los paisajes terapéuticos se refieren a regiones naturales o seminaturales que permiten a las personas recuperar su propio contexto ambiental único y la sensación de bienestar que pueden brindar. (Fierro y Totaro, 2009)

Desde un punto de vista evolutivo, el ser humano ha desarrollado un enlace muy cercano al entorno natural, adaptándose fisiológica y psíquicamente a él.

La necesidad de un espacio que estimule los sentidos en un contexto con la naturaleza va más allá de los siglos pasados, hasta antes de 1950, los jardines en los hospitales se consideraban fundamentales en la recuperación de los enfermos al disfrutar del sol, buen aire y de las propiedades de sanación de algunas plantas. Es a partir del siglo XX que se pierde la tendencia para reducir riesgos de infección y adaptarse. (Mule, 2015).

A medida que la población crece y los usuarios se adentran a las grandes urbes, dejan de lado el contacto con la naturaleza. La carecía de espacios diseñados para el bienestar de los sentidos del ser humano, afectan y deterioran la salud con el paso del tiempo. Tomando en cuenta desde el punto social, la mayoría de las enfermedades cardiovasculares, diabetes, depresión y obesidad, se deben al estilo de vida que la población se enfrenta y se ha convertido en un problema para la salud pública.

LOS PRINCIPALES ELEMENTOS A CONSIDERAR EN JARDINES TERAPEUTAS: (Rodríguez, 2018)

- La vegetación: regula la humendad, filtra partículas nocivas, genera oxigeno y sombra.
- Agua: Efecto relajante de su sonido, ayuda a reducir el estrés.
- Recorridos y Pavimentos: Accesibilidad, elementos de protección, señalización y iluminación. Pavimentos antideslizantes, resistentes y cómodos para el calzado.

BENEFICIOS. (Celda, 2019)

1. Reducción del estrés, disminución del dolor, especialmente si el jardín incentiva el movimiento.
2. Favorece el bienestar psicológico.
3. Facilita al paciente la aceptación de la enfermedad.
4. Crea un ambiente adecuado para realizar terapias de rehabilitación.
5. Constituye un espacio desestresante para los profesionales.
6. Reduce el coste y tiempo de hospitalización.
7. Reduce el consumo de analgésicos y psicofármacos.

TIPOS DE JARDINES


F124.

Uso Pasivo: admirar, sentarse, meditar-rezar, siesta, leer , comer, conversar, escribir y dibujar.


F125.

Uso Activo: Caminar hacia una meta, pasear, ejercicio, cultivo.


F126.

Jardines Meditativos: Generalmente es un espacio pequeño, muy tranquilo, contemplativo y específicamente dedicado a la meditación, pero como lo dice su mismo nombre no incluye otra actividad. Para evitar el efecto pecera (sentirse encerrado en un acuario) sería preferible que no estuviese rodeado por habitaciones.


F127.

Jardines Contemplativos: tipo de jardín generalmente de pequeñas dimensiones, que no tiene un uso. Se los puede gozar solo a través de la vista.


F128.

Jardines de Rehabilitación y jardines terapéuticos: El paciente puede experimentar una actividad y la oportunidad de compartir, aprender, enseñar y cuidar; superar desafíos físicos.

CENTRO HOLÍSTICO



ICONO 71.

La holística es aquello perteneciente al holismo, una tendencia o corriente que analiza los eventos desde el punto de vista de las múltiples interacciones que los caracterizan.
(Definición.de s.f)

Vinculado a esto, Servicom, (2020), expresa que un Centro Holístico, es un centro multidimensional de bienestar que permite reconocer al ser humano en su totalidad, logrando contemplar las necesidades de los usuarios, enfocándose en todos aquellos aspectos que intervienen en el enfoque Holístico, desde lo físico, mental, emocional, intelectual y espiritual.

En tal sentido, se puede determinar como un lugar que estimula todos sentidos con un propósito sanador, otorgando sensaciones de libertad, tranquilidad y paz en un espacio natural. Dicho de otro modo, también se comprende que es un espacio que logra centrar todos los mecanismos de sanación y conocimientos que se requieren para el bienestar, crecimiento personal y acercamiento a lo espiritual, ambientado con la filosofía de los cuatro elementos naturales que son: la Tierra, Aire, Agua y Fuego.

EL TERAPEUTA HOLÍSTICO.

(Promedicas La Paz, s.f.)

El terapeuta holístico trata principalmente de reequilibrar el cuerpo ya que el desequilibrio conduce al desarrollo de diversas enfermedades, malestares y síntomas que impiden una salud óptima y exhaustiva.

- Físico
- Mental
- Espiritual

EL TERAPEUTA PUEDE AYUDAR A:

El terapeuta holístico produce un proceso de equilibrio mediante diversas técnicas y productos naturales, que se refleja en una salud general óptima, es decir:

- Mejorar estados de ánimo.
- Disminuir depresiones.
- Estimular el sistema inmunológico.
- Aumentar el estado de salud.
- Equilibrar la energía del organismo.
- Disminuir dolores.
- Reducir síntomas.
- Armoniza el cuerpo.
- Otorga una mejor calidad de vida.

ESPACIO HOLÍSTICO.

Los espacios construidos y diseñados con esta visión , se compone a una metodología que defiende y estudia la idea de implementar el TODO, es decir un diseño que reconoce el entorno a su interrelación. Es un método que imita los patrones de la geometría sagrada en la naturaleza, mientras es compatible y sostenible con el medio ambiente.

ESPACIOS CON ARMONÍA:

- Espacios para el Bienestar emocional y armonía de los usuarios.
- Criterios Feng Shui, Geobiología.
- Geometría sagrada para la organización de los espacios arquitectónicos.
- Análisis emocionales en función del espacio.

CONFORT NATURAL:

- Arquitectura Bioclimática.
- Iluminación natural.
- Regulación de temperatura.
- Materiales naturales.
- Contacto con el entorno natural.

BALANCE ENERGÉTICO:

- Climatización.
- Baja demanda Energética.
- Gestión Energética.
- Recolección de recursos naturales.



ICONO 71.

Dicho brevemente, es un lugar donde se logran realizar prácticas milenarias, terapias alternativas, meditaciones, eventos de crecimiento y aprendizaje, que conllevan a una conexión entre el cuerpo, la mente y el alma.

En efecto, un Centro Holístico permitirá a todas aquellas personas que están en busca de desconectarse del mundo actual para encontrar un equilibrio, encontrar respuestas, aprender y practicar mitologías curativas de autosanación, y medicina alternativa. Aunado a esto, un Centro Holístico, logra equilibrar las energías del ser humano, mediante el personal especializado a través de diferentes técnicas y productos naturales.

1.11 TEORÍAS RELACIONADAS

1.11.1 FACTORES SOCIO AMBIENTALES INCIDEN EN ENFERMEDADES MENTALES.

Estas realidades socio-ambientales modulan el impacto de los estresores sobre el individuo vulnerable y crean las condiciones objetivas para que aparezcan con mayor probabilidad situaciones de alto estrés. Esto quiere decir que no solo se presentan como variables moduladoras o variables de riesgo, sino que también se presentan como fuente de estrés, por lo que están doblemente implicadas en el entramado explicativo de los trastornos mentales. (Marzo, s.f., p. 30).



F129.

La Salud Mental se entiende como un proceso de bienestar y desempeño personal y colectivo caracterizado por la autorrealización, la autoestima, la autonomía, la capacidad para responder a las demandas de la vida en diversos contextos: familiares, comunitarios, académicos, laborales y disfrutar de la vida en armonía con el ambiente. (Política Nacional de Salud Mental 2012).

La incidencia de factores socioambientales es el origen de trastornos de estrés sobre el individuo más vulnerable en la sociedad y estos suelen estar vinculados con el estilo de vida en la actualidad. Como bien lo afirman, Zubin, Magaziner y Stzinhauer (1983), (como se citó en Marzo, V. s.f, p.29). “El modelo de vulnerabilidad alude a la incidencia de factores sociales y físico ecológicos en el origen y la causalidad de tales trastornos”.

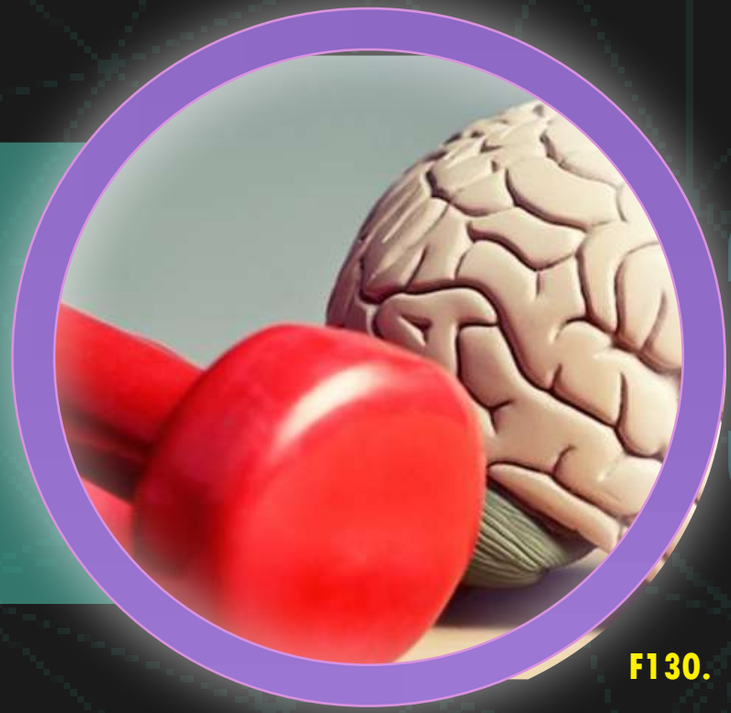
A su vez, Marzo, hace énfasis de como variables sociales impactan gravemente el estrés de los individuos. Variables como el estatus social, la red social de apoyo, la emigración, el origen étnico no privilegiado, la marginación social, las características de la vivienda, el ruido, la polución y el hacinamiento, influyen fácilmente en el estado mental de cada individuo en el trascurso de su vida.

El estado mental de una persona equivale a como se relacionan en su entorno y como este puede tener efectos negativos o positivos en su salud. La base para el bienestar y el funcionamiento efectivo, tanto físico como mental será afectadas por las realidades socio-ambientales. No obstante, la búsqueda de bienestar social, psíquico y emocional dependerá de cómo piensa, siente, actúa y reacciona una persona en momentos de estrés. Por lo tanto, es importante que deba existir un equilibrio entre el entorno socio cultural y las personas en la comunidad, ante situaciones o crisis de estrés que los usuarios puedan afrontar.

1.11 TEORÍAS RELACIONADAS

1.11.2 IMPACTO DE LA SALUD MENTAL EN LA SALUD FÍSICA.

Por siglos las enfermedades mentales fueron consideradas sobre-naturales. En los últimos años se ha observado un aumento de la casuística de enfermedad mental, provocando mayor ausentismo, así como disminución de productividad. Pese a esto es un asunto que todavía genera mucho rechazo y estigmatización, por lo tanto, no todo aquel que padece una enfermedad mental recurre a un es-pecialista para acceder a un tratamiento (OMS, 2013).



F130.

La salud es un estado de plenitud física, mental y bienestar social, no solamente es la ausencia de dolencia o enfermedad. OMS (Política Nacional de Salud Mental 2012).

Basado en estadísticas, realizadas en la Universidad de Costa Rica, (Murillo, 2017, párr. 1). Un 65% de las personas que viven en el país son inactivas o sedentarias, situación que puede generar casos de obesidad y estrés que desembocan en otros padecimientos tales como depresión, diabetes, presión alta, etc.

Las personas afectadas por un problema de salud mental, tales como depresión y ansiedad tienden a disminuir su productividad y sus actividades diarias, incluyendo actividades sensoriales y físicas. Al llevar una vida sedentaria, tienen mas probabilidad de sufrir otras patologías como enfermedades cardiovasculares. Es notable, que los problemas de salud no suceden de forma aislada, y se ha venido demostrando que hay un vínculo muy cercano entre lo psicológico y lo físico. La salud mental afecta a la salud física, y existen muchas asociaciones entre ambas que tienen un impacto significativo en las personas.

Las emociones que nos rodean nutren a la persona o por lo contrario perjudican su salud, afectando el estado de ánimo y las actividades diarias. A pesar de ello, las afectaciones mentales y enfermedades crónicas, se siguen tratando de manera separada una de la otra, causando dilación a un estado de bienestar. Sin embargo, la medicina y terapias alternas tales como meditación, yoga, reiki, etc. Estas Terapias logran la estimulación, un equilibrio del funcionamiento adecuado y conexión entre el cuerpo y la mente, agilizando el proceso de sanación de aquellos que buscan una vida plena.

1.11 TEORÍAS RELACIONADAS

1.11.3 EL DESAFÍO DE LA MEDICINA ALOPÁTICA.

Los medicamentos, principal herramienta de la mayoría de los tratamientos actuales, representan un costo inmenso para los servicios de salud. En Costa Rica, la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS) gastó en el año 2011 aproximadamente doscientos millones de dólares solamente en la compra de medicamentos, lo cual representó para ese año casi un 10% del presupuesto de la institución. (Caja Costarricense de Seguro Social, 2012).

Pero, el costo real de los medicamentos es aún mayor a los datos aportados por la CCSS. Se estima que a nivel mundial ocho de cada diez pacientes no leen la etiqueta de los fármacos, ignorando lo que contienen, los efectos secundarios y riesgos de mezclarlos con otros tratamientos o al modificar antojadizamente la dosificación. Nielsen-Bohlman, Panzer & Kindig, 2004), (cómo se menciona en Revista costarricense de Psicología, 2014).



F131.

La medicación puede provocar impactos adversos en la salud física de las personas con enfermedades físicas o mentales, por ejemplo, provocando un aumento rápido de peso que puede repercutir en la salud. A veces, los pacientes no reciben la suficiente información sobre la medicación que toman y los efectos que pueden provocar. (Observatorio discapacidad física, s.f).

Los gastos elevados de medicamentos no solo afectan a la CCSS. Cabe mencionar, que no toda población costarricense tiene acceso al servicio de salud tanto pública ~~como~~ privada, y los precios elevados, limitan el acceso al bienestar de la salud para garantizar una vida digna e incluso para salvar su propia vida ante enfermedades terminales. El sistema de acceso a medicamentos esta fracturado, y es controlado por intereses de oligopolio, algo que pocos se ven beneficiados y esto afecta la salud de toda la población costarricense.

Así mismo, a medida que las enfermedades aparecen, ya sean cardiovasculares, físicas o mentales, la primera prescripción de un doctor es la medicina alopática, medicamentos que pueden llevar a consecuencias que son ignoradas por parte de los usuarios. A veces, los pacientes no reciben la información necesaria o no leen las indicaciones de estos medicamentos y sus efectos secundario, que a la larga pueden acarrear efectos secundarios, como adiciones, la hipertensión, el aumento rápido de peso y hasta trastornos alimenticios. De este modo, la necesidad de medicamentos de menor riesgos y accesibles a la sociedad es indispensable. Por lo tanto, la incorporación de la medicina alternativa en la sociedad actual puede ser beneficiosa tanto en términos ambientales y de bienestar, por ser productos naturales de fácil acceso, producción y económicas para a la población.

CONSTITUCIÓN POLÍTICA

Artículo 21. Titulo IV

La vida humana es inviolable.

Artículo 169. Titulo XII

La administración de los intereses y servicios locales en cada cantón, estará a cargo del Gobierno Municipal, formado de un cuerpo deliberante, integrado por regidores municipales de elección popular, y de un funcionario ejecutivo que designará la ley.

Artículo 46. Titulo V

Los consumidores y usuarios tienen derecho a la protección de su salud, ambiente, seguridad e intereses económicos; a recibir información adecuada y veraz; a la libertad de elección, y a un trato equitativo.

Artículo 79. Titulo VII

Se garantiza la libertad de enseñanza. No obstante, todo centro docente privado estará bajo la inspección del estado.

Artículo 50. Titulo V

El Estado procurará el mayor bienestar a todos los habitantes del país, organizando y estimulando la producción y el más adecuado reparto de la riqueza. Toda persona tiene derecho a un ambiente sano y ecológicamente equilibrado. Por ello, está legitimada para denunciar los actos que infrinjan ese derecho y para reclamar la reparación del daño causado.

LEY GENERAL DE SALUD N° 5395

Disposiciones Generales

La salud de la población es un bien de interés público tutelado por el Estado.

Toda persona física o jurídica, está obligada a proporcionar de manera cierta y oportuna los datos que el funcionario de salud competente le solicite para los efectos de la elaboración, análisis y difusión de las estadísticas vitales y de salud y demás estudios especiales de administración, para la evaluación de los recursos en salud y otros estudios especiales que sea necesario hacer para el oportuno conocimiento de los problemas de salud y para la formulación de las medidas de soluciones adecuadas.



Es función esencial del Estado velar por la salud de la población.

Todas las personas tienen derecho a la promoción de la salud física y salud mental, la prevención, la recuperación, la rehabilitación y el acceso a los servicios en los diferentes niveles de atención y escenarios, así como a la disponibilidad de tratamientos y medicamentos de probada calidad. La atención se realizará, principalmente, en el ámbito comunitario; para ello, se utilizarán los recursos asistenciales a nivel ambulatorio, los sistemas de hospitalización parcial y la atención a domicilio, y se considerarán de modo especial aquellos problemas de las personas menores de edad, las personas con discapacidad, los adultos mayores y las personas con depresión, suicidio, esquizofrenia, adicciones a las drogas y el alcohol, el matonismo escolar, el acoso laboral y el apoyo necesario al grupo familiar. El internamiento se utilizará solo en casos totalmente necesarios.

LEY GENERAL DE SALUD N° 5395

De los derechos y deberes relativos a la recuperación de la salud personal

Las personas con desórdenes mentales o del comportamiento severos, tales como la depresión, el suicidio, la esquizofrenia, las adicciones a las drogas y el alcohol, el matonismo escolar, el acoso laboral y el apoyo necesario al grupo familiar podrán someterse voluntariamente a un tratamiento especializado ambulatorio o de internamiento en los servicios de salud, y deberán hacerlo cuando lo ordene la autoridad competente, de conformidad con la legislación vigente.

Artículo 29. Capítulo II



Artículo 39. Capítulo I

Disposiciones Preliminares

El propietario y el encargado de bienes muebles o inmuebles deberán evitar las molestias y daños que puedan derivarse, para la salud de terceros, de la mala calidad o mal estado de conservación o de higiene de tales bienes. El mismo modo el propietario y el encargado de animales deberán evitar las molestias o daños que puedan afectar la salud ajena como consecuencia del estado de salud o de la falta de control de esos animales.

LEY INDÍGENA Nº 6172



Son indígenas las personas que constituyen grupos étnicos descendientes directos de las civilizaciones precolombinas y que conservan su propia identidad

Las reservas indígenas son inalienables e imprescriptibles, no transferibles y exclusivas para las comunidades indígenas que las habitan. Los no indígenas no podrán alquilar, arrendar, comprar o de cualquier otra manera adquirir terrenos o fincas comprendidas dentro de estas reservas. Los indígenas sólo podrán negociar sus tierras con otros indígenas. Todo traspaso o negociación de tierras o mejoras de éstas en las reservas indígenas, entre indígenas y no indígenas, es absolutamente nulo, con las consecuencias legales del caso. Las tierras y sus mejoras y los productos de las reservas indígenas estarán exentos de toda clase de impuestos nacionales o municipales, presentes o futuros.

Las reservas serán regidas por los indígenas en sus estructuras comunitarias tradicionales o de las leyes de la República que los rijan, bajo la coordinación y asesoría de CONAI.

Los terrenos comprendidos dentro de las reservas, que sean de vocación forestal, deberán guardar ese carácter, a efecto de mantener inalterado el equilibrio hidrológico de las cuencas hidrográficas y de conservar la vida silvestre de esas regiones. Deben llevarse a cabo programas forestales por instituciones del Estado que garanticen la renovación permanente de los bosques, bajo la autorización y vigilancia de CONAI.

Solamente los indígenas podrán construir casas, talar árboles, explotar los recursos maderables o plantar cultivos para su provecho dentro de los límites de las reservas.

1.12 MARCO NORMATIVO

NORMATIVA/REGLAMENTACIÓN	CAPÍTULO	ARTÍCULO

LEY FORESTAL N7575

ARTÍCULO 1. Objetivo

La presente ley establece, como función esencial y prioritaria del Estado, velar por la conservación, protección y administración de los bosques naturales y por la producción, el aprovechamiento, la industrialización y el fomento de los recursos forestales del país destinados a ese fin, de acuerdo con el principio de uso adecuado y sostenible de los recursos naturales renovables. Además, velará por la generación de empleo y el incremento del nivel de vida de la población rural, mediante su efectiva incorporación a las actividades silviculturales. En virtud del interés público y salvo lo estipulado en el artículo 18 de esta ley, se prohíbe la corta o el aprovechamiento de los bosques en parques nacionales, reservas biológicas, manglares, zonas protectoras, refugios de vida silvestre y reservas forestales propiedad del Estado.

SINAC
SISTEMA NACIONAL DE ÁREAS DE CONSERVACIÓN
COSTA RICA

F132.

IV
PROTECCIÓN FORESTAL



F133.

33.- Áreas de protección

Se declaran áreas de protección las siguientes:

a) Las áreas que bordeen nacientes permanentes, definidas en un radio de cien metros medidos de modo horizontal.

b) Una franja de quince metros en zona rural y de diez metros en zona urbana, medidas horizontalmente a ambos lados, en las riberas de los ríos, quebradas o arroyos, si el terreno es plano, y de cincuenta metros horizontales, si el terreno es quebrado.

c) Una zona de cincuenta metros medida horizontalmente en las riberas de los lagos y embalses naturales y en los lagos o embalses artificiales construídos por el Estado y sus instituciones. Se exceptúan los lagos y embalses artificiales privados.

d) Las áreas de recarga y los acuíferos de los manantiales, cuyos límites serán determinados por los órganos competentes establecidos en el reglamento de esta ley.



F134.

33.- Prohibición para talar en áreas protegidas.

Se prohíbe la corta o eliminación de árboles en las áreas de protección descritas en el artículo anterior, excepto en proyectos declarados por el Poder Ejecutivo como de conveniencia nacional.

Los alineamientos que deban tramitarse en relación con estas áreas, serán realizados por el Instituto Nacional de Vivienda y Urbanismo.

1.12 MARCO NORMATIVO

NORMATIVA/REGLAMENTACIÓN	CAPÍTULO	ARTÍCULO
LEY ORGÁNICA DEL AMBIENTE ARTÍCULO 1. Objetivo La presente ley procurará dotar, a los costarricenses y al Estado, de los instrumentos necesarios para conseguir un ambiente sano y ecológicamente equilibrado. MINAE Ministerio de Ambiente y Energía F135.	**IV** IMPACTO AMBIENTAL	 F136. 17.- Evaluación de impacto ambiental. Las actividades humanas que alteren o destruyan elementos del ambiente o generen residuos, materiales tóxicos o peligrosos, requerirán una evaluación de impacto ambiental por parte de la Secretaría Técnica Nacional Ambiental creada en esta ley. Su aprobación previa, de parte de este organismo, será requisito indispensable para iniciar las actividades, obras o proyectos. Las leyes y los reglamentos indicarán cuáles actividades, obras o proyectos requerirán la evaluación de impacto ambiental.
	XIV RECURSOS ENERGÉTICOS	 F137. 57.- Aprovechamiento de recursos. El aprovechamiento de los recursos energéticos deberá realizarse en forma racional y eficiente, de tal forma que se conserve y proteja el ambiente. Artículo 58.- Fuentes energéticas alternas. Para propiciar un desarrollo económico sostenible, la autoridad competente evaluará y promoverá la exploración y la explotación de fuentes alternas de energía, renovables y ambientalmente sanas.
	XVI PRODUCCIÓN ECOLÓGICA	 F138. 73.- Actividad agropecuaria orgánica. Se entenderá por actividad agropecuaria orgánica, la que emplee métodos y sistemas compatibles con la protección y el mejoramiento ecológico, sin emplear insumos ni productos de síntesis química. La agricultura ecológica o biológica es sinónimo de actividad agropecuaria orgánica.

1.13 MARCO REFERENCIAL

NORMATIVA/REGLAMENTACIÓN	CAPÍTULO	ARTÍCULO
MUNICIPALIDAD DE BUENOS AIRES PLAN REGULADOR DE LA CIUDAD DE BUENOS AIRES. I MODIFICACIÓN ARTÍCULO 1. Objetivo La Municipalidad del Cantón de Buenos Aires, reconociendo la necesidad de reglamentar el uso de terrenos y edificios en su jurisdicción, dicta el presente reglamento de zonificación, como modificación al aprobado en sesión ordinaria Nº 13, celebrada el 17 de abril de 1997, el cual actualiza la zonificación del distrito primero y en lo referente a las zonas de riesgo definidas así, el mismo será aplicado por la municipalidad en el distrito primero del cantón, y en las poblaciones señaladas a continuación. Todo ello de acuerdo a lo dispuesto en la Ley de Planificación Urbana Nº 4240 del 15 de noviembre de 1968.	III	20.- Centros "Poblados Menores". (ZPM) A. Propósito: El propósito de incluir y regular estas zonas es el de atender las necesidades del crecimiento normal de las poblaciones existentes que se encuentran ubicadas en el área rural, separadas de las áreas urbanas cuyo desarrollo sería de características urbanas ya que su función principal es ofrecer la prestación de servicios tales como escuela, centro de salud, bancos, cementerios comercios, otros, a la población rural circundante. Estos centros poblados menores son: Ujarrás, Rey Curré, Volcán, Santa María de Brunka, Chánguena, El Carmen, Colorado, Potrero Grande, Boruca, Santa Marta, Pilón, Cajón; las cuales habrán de nombrarse. 23.1- Derechos Viales: Calle de 8,50m Serán las calles de derecho vial mínima a establecer dentro las zonas reguladas, solo podrán proponerse donde la distancia de estas no supere los 120 m de longitud. Los requisitos se establecerán por analogía con el uso más similar. ANEXO Nº 1 LISTA DE USOS: 26. Clínicas, hospitales, y otros centros de salud
	IV	22.- Alineamiento, Niveles y Retiros A: Alineamientos: El alineamiento de las construcciones nuevas en todas las zonas será de acuerdo a la línea de edificación que fije la municipalidad. En ausencia de dicha línea de edificación, se aplicará el retiro frontal estipulado en los requisitos de cada zona. En el caso de las carreteras, en que el Ministerio de Obras Públicas y Transportes fija su propio alineamiento, prevalecerá el retiro o alineamiento mayor. B: Niveles: El nivel de desagüe de las aguas pluviales y servidas, como también el nivel de piso terminado base de las construcciones nuevas deberá ser aprobado por el Departamento de Ingeniería Municipal. C: Retiros: Los retiros se medirán a partir de la línea de propiedad, lo cual no aplica expropiaciones de las fajas o porciones de lote que queden sin edificar, como tan poco lo implica el ajustarse a la línea de edificación.

F28.

1.13 MARCO REFERENCIAL

Artículo 20.- Centros “Poblados Menores”. (ZPM)

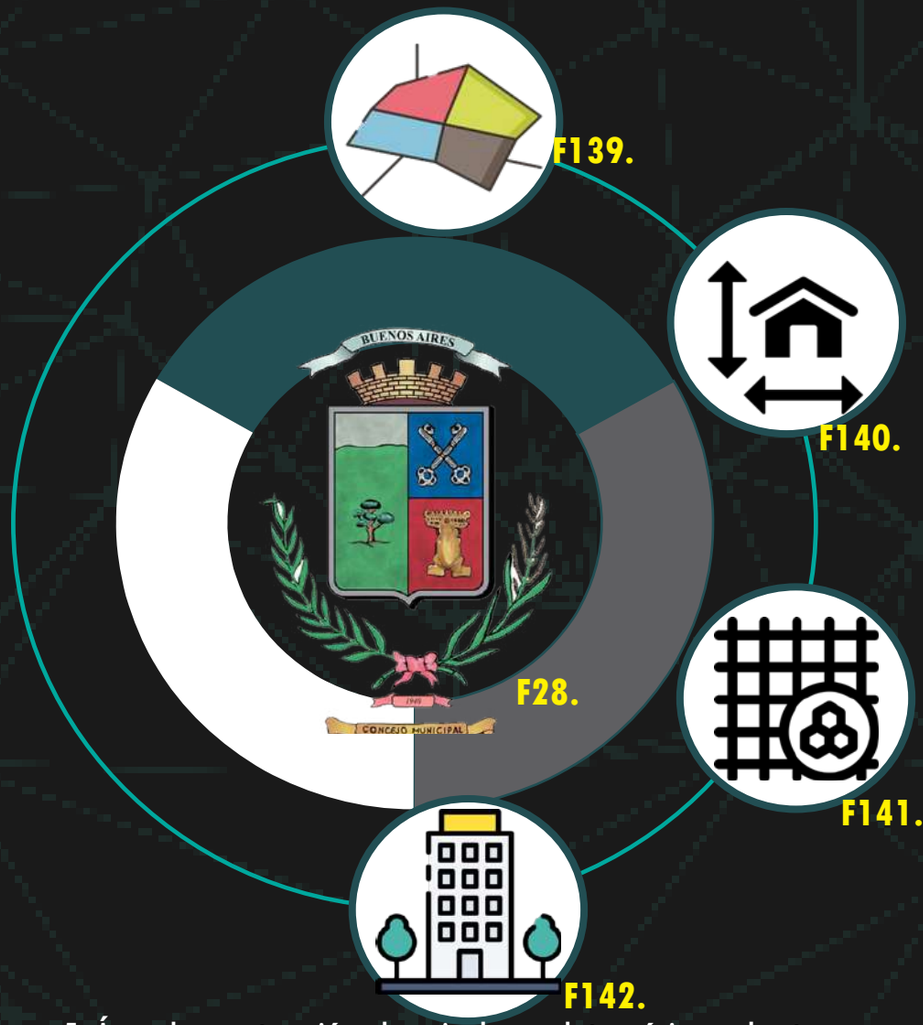
B. Usos Permitidos:

1. Para los usos residenciales rigen los mismos requisitos de la zona comercial mixto.
2. Para los usos industriales, los requisitos se establecerán en forma análoga a la zona industrial.
3. Para los usos restantes, los requisitos se establecerán por analogía con el uso más similar.

Artículo 13. Zona Comercial Mixta.

D. Requisitos:

1. Superficie de lote: 200 m2
2. Frente mínimo de lote: 10,0 m



3. Retiros mínimos:
a) Frontal: 2,0 m
b) Lateral: 1,0m
c) Posterior: 3,0 m

4. Cobertura máxima de edificación: 70% del área del lote.

5. Área de construcción: dos niveles en lote mínimo y hasta cuatro niveles, cuando las condiciones del área del lote lo permitan respecto a los retiros laterales y posteriores que establece el Reglamento de Construcción de la Ley Nº 4240.

1.13 MARCO REFERENCIAL

NORMATIVA/REGLAMENTACIÓN	CAPÍTULO	ARTÍCULO
REGLAMENTO DE CONSTRUCCIONES	**IV** DISPOSICIONES SOBRE SEGURIDAD HUMANA Y PROTECCIÓN CONTRA INCENDIOS	24-73
	VI NORMATIVAS URBANÍSTICAS	83-95-99
	VII DISPOSICIONES PARA EDIFICACIONES	102-138
	XII SITIOS DE REUNIÓN PÚBLICA	209-218/223-229/233-234
	XIII EDIFICACIONES PARA HOSPEDAJE	236-247/252-254/258-259
	XIV EDIFICACIONES PARA SERVICIOS DE LA SALUD	26-276
	XVII EXPENDIDOS DE ALIMENTOS	320-323
	XX ESTACIONAMIENTOS	339-345/347/375

ARTÍCULO 1. Objetivo

Fijar las normas para la planificación, diseño y construcción de edificaciones y obras de infraestructura urbana, en lo relativo a la arquitectura e ingenierías. Lo anterior con la finalidad de garantizar en edificaciones y otras obras, solidez, estabilidad, seguridad, salubridad, iluminación y ventilación adecuadas.

Este Reglamento:

1) Regula los conceptos básicos y requisitos mínimos en la planificación de las obras citadas en el diseño de arquitectura e ingeniería

2) Remite a las normas de calidad que deben aplicarse a los materiales y procesos constructivos empleados en obras civiles.

INVU
Instituto Nacional de Vivienda y Urbanismo

F143.

1.13 MARCO REFERENCIAL



F144.

ARTÍCULO 48. Barreras cortafuego

Las barreras cortafuego, utilizadas para proveer cerramiento, subdivisión o protección ya sea por medio de muros, puertas o ventanas; se
categorizan de acuerdo con las siguientes clasificaciones:
46 Instituto Nacional de Vivienda y Urbanismo
1) Resistencia al fuego de 3 horas
2) Resistencia al fuego de 2 horas
3) Resistencia al fuego de 1 hora
4) Resistencia al fuego de ½ hora
Los materiales de los muros puertas, ventanas, conjuntos de montaje y sistemas de resistencia al fuego deben cumplir con los requerimientos establecidos por el Cuerpo de Bomberos.



F145.

ARTÍCULO 212. Retiros

Las edificaciones destinadas a reunión pública cualquiera que sea su tipo, deben guardar los siguientes retiros según su capacidad:

1) Para edificaciones con capacidad de hasta las 500 personas: debe cumplir con 9,00 m de frente mínimo.
2) Para edificaciones con capacidad entre las 501 y 750 personas: debe cumplir con 12,00 m de frente mínimo.
3) Para edificaciones con capacidad superior a las 751 personas: debe cumplir con 16,00 m de frente mínimo.



F146.

ARTÍCULO 214. Altura libre

La altura libre de los sitios de reunión pública, en ningún punto debe ser menor de 3,00 m.



F147.

ARTÍCULO 53. Resistencia al fuego de los materiales



F148 .

ARTÍCULO 230. Ventilación

En todos los sitios de reunión pública cerrados es necesario prever un cierto caudal de aire exterior que permita la eliminación de olores y el calor debido a los ocupantes y a otras fuentes.



F149.

ARTÍCULO 234. Seguridad Humana y protección contra incendios

Para la protección a la vida humana en sitios de reunión pública, se debe garantizar el cumplimiento de las medidas de seguridad humana y protección contra incendios indicadas por el Cuerpo de Bomberos.



F150 .

ARTÍCULO 243. Iluminación y ventilación

Para edificaciones de hospedaje, las piezas habitables deben tener iluminación y ventilación natural por medio de ventanas, linternillas o tragaluces abiertos directamente a patios o al espacio público.



F151.

ARTÍCULO 245. Vestíbulos

En los vestíbulos se puede encontrar el centro de información, recepción, registro de huéspedes, conserjería, y la sala de estar. Además,
deben cumplir con las siguientes disposiciones:
1) Tener un ancho no menor del ancho total de todos los pasillos que a el desemboquen, con un mínimo de 1,80 m
2) Comunicar directamente con el exterior.
Lo anterior sin perjuicio de los requerimientos que establece el Cuerpo de Bomberos.



F152.

ARTÍCULO 246. Dormitorios

El área mínima por dormitorio debe ser 7,50 m² con un ancho no menor de 2,50 m. El área se debe aumentar en 6,00 m² como mínimo por cada cama adicional.



F153.

ARTÍCULO 268. Servicios de preparación de alimentos

Las áreas destinadas a preparar alimentos deben tener las dimensiones mínimas indicadas en el artículo de cocinas del CAPÍTULO XIII. EDIFICACIONES PARA HOSPEDAJE. En las proximidades de cada pabellón que albergue pacientes, debe proveerse un sitio adecuado para calentar alimentos.

1.13 MARCO REFERENCIAL

NORMATIVA/REGLAMENTACIÓN

CÓDIGO SÍSMICO DE COSTA RICA 2010

ARTÍCULO 1.2 Objetivo

a) Son objetivos de este código sísmico proteger la vida humana y la integridad física de las personas, reducir los daños materiales y las pérdidas económicas ocasionadas por los sismos y minimizar el impacto social y económico ante terremotos. b) Para lograr estos objetivos, el profesional responsable del diseño debe elegir un sistema estructural capaz de resistir las fuerzas laterales y las solicitaciones inducidas por sismo establecidas en este código, procurando que exista redundancia en el sistema y que en todo momento se mantenga la integridad estructural de todos los elementos, componentes y uniones de la edificación. Asimismo, se deben limitar los desplazamientos inducidos por las acciones sísmicas a fin de asegurar la estabilidad estructural y reducir los daños estructurales y no-estructurales. c) Además, el profesional responsable del diseño debe procurar que toda edificación y cada una de sus partes sea proyectada, diseñada y construida para que alcance ciertos objetivos de desempeño específicos, acordes con su importancia y funciones, tanto durante las condiciones de emergencia inmediatas al evento como durante el posterior proceso Filosofía y objetivos 1/3 de recuperación social y económica. Para esto el Código clasifica las edificaciones según el nivel de importancia de sus funciones y les asigna distintos objetivos de desempeño, los cuales define mediante niveles de intensidad del sismo de diseño y sus correspondientes valores límite de desplazamientos y deformaciones laterales, así como por requisitos específicos en la estructuración y en el detallado de sus elementos, componentes y uniones. Estos objetivos de desempeño se definen en el inciso 4.1.2.



F154.

CAPÍTULO	ARTÍCULO
II DEMANDA SÍSMICA	2.1 Zonificación sísmica 2.2 Sitios de cimentación
III CONSIDERACIONES GENERALES	3.1 Requisitos de los sistemas sismorresistentes
IV CLASIFICACIÓN DE LAS ESTRUCTURAS Y SUS COMPONENTES	4.1 Clasificación de las edificaciones según importancia y definición de objetivos de desempeño 4.2 Clasificación de los sistemas estructurales
VIII REQUISITOS PARA CONCRETO ESTRUCTURAL	8.4 Núcleos de unión viga-columna 8.7 Requisitos de capacidad en cortante 8.8 Vigas de acople 8.10Fundaciones
IX REQUISITOS PARA MAMPOSTERÍA ESTRUCTURAL	9.2 Diseño genera 9.5 Diseño de vigas, pilares y columnas por resistencia 9.6 Refuerzo de elementos estructurales de mampostería
X REQUISITOS PARA ACERO ESTRUCTURAL	10.5 Sistemas de marcos 10.6 Marcos arriostrados 10.7 Muros de corte a base de placas
XI REQUISITOS PARA MADERA ESTRUCTURAL	11.2 Factores de carga y resistencia 11.4 Ductilidad de sistemas sismorresistentes 11.6 Conexiones
XIII CIMENTACIONES	13.2Integridad de la cimentación 13.5Flexibilidad del terreno 13.6Vigas de amarre 13.7Cimentaciones profundas y distribución 13.10 Cimentaciones para viviendas



F155.

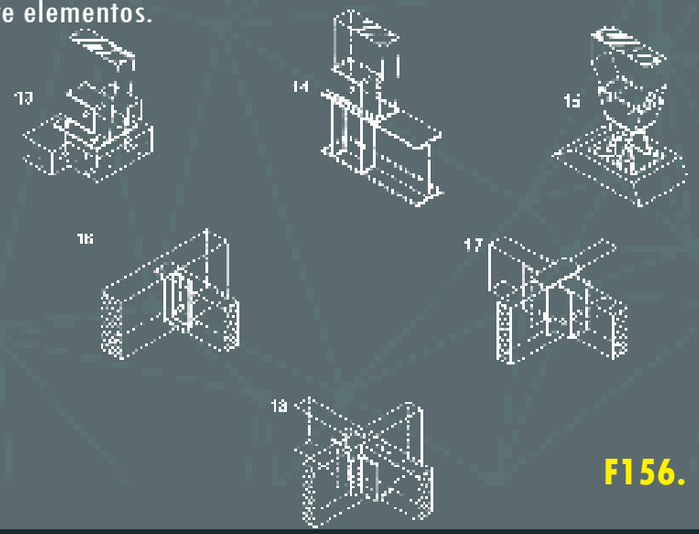
2.2 Sitios de cimentación

a. El sitio de cimentación es el lugar de emplazamiento de una edificación para efectos de considerar las condiciones dinámicas del sitio en la demanda sísmica. En ausencia de estudios más refinados de amplificación dinámica, se establece la clasificación de los sitios de cimentación con base en las propiedades de los parámetros indicados en la tabla 2.2, calculados como promedio en los 30 m superficiales, y en la descripción siguiente:
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.

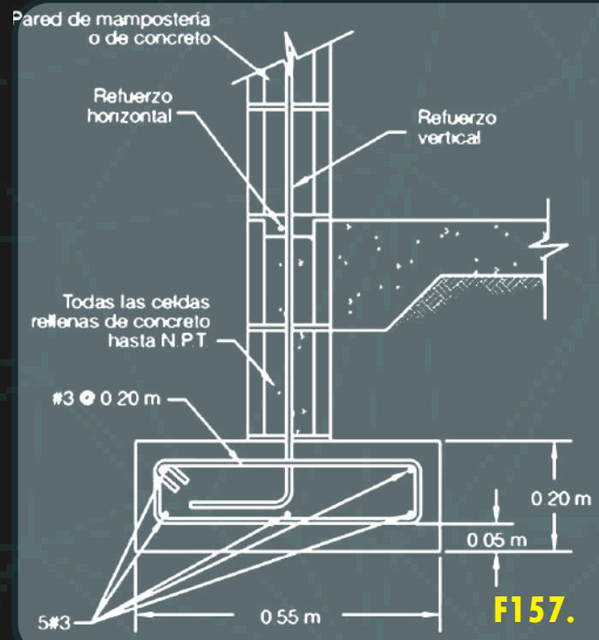
11.6.2 Tipos de conexiones

a. Conexiones articuladas

Las conexiones articuladas son aquellas conexiones que tienen muy poca capacidad para transmitir momentos flexores entre dos elementos. Deben ser diseñadas para transmitir fuerzas axiales y cortantes entre elementos.



F156.

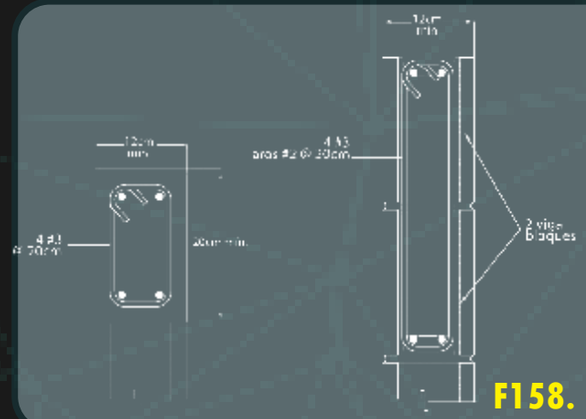


F157.

17.3.2 Fundaciones

A continuación se detallan las recomendaciones mínimas para las fundaciones de cada uno de los sistemas estructurales arriba mencionados.
El concreto debe tener una resistencia mínima f'c = 210 kg/cm2

a. Fundaciones para paredes de mampostería o de concreto reforzado
Las paredes para estos sistemas constructivos deben estar ancladas a una placa corrida de concreto reforzado, con un ancho mínimo de 35 cm para casas de un piso y 55 cm para viviendas de dos pisos, con un espesor mínimo de 20 cm. Las placas para casas de un piso deben tener como mínimo tres varillas #3 longitudinales y varillas #3 cada 25 cm transversales en forma de U. Las placas para casas de dos pisos deben tener como mínimo cinco varillas #3 longitudinales y varillas #3 transversales cada 20 cm en forma de aro cerrado



F158.

17.3.4 Estabilidad lateral de las paredes

a. Estabilidad de las paredes de mampostería o de concreto reforzado.
El refuerzo mínimo longitudinales el indicado en las tablas citadas y al menos los aros son de varilla #2 cada 20 cm. En las vigas con luces mayores que 4 m se deben colocar dos aros adicionales junto a cada intersección de vigas, de manera que queden cuatro aros separados a cada 10 cm. La viga corona puede integrarse dentro de la pared, para el caso de mampostería integral, mediante el uso de viga bloque o bloques tipo U.

1.13 MARCO REFERENCIAL

NORMATIVA/REGLAMENTACIÓN	CAPÍTULO	ARTÍCULO
MANUAL DE DISPOSICIONES TÉCNICAS GENERALES SOBRE SEGURIDAD HUMANA Y PROTECCIÓN CONTRA INCENDIOS VERSIÓN 2013	**III** REQUERIMIENTOS GENERALES	**3.1-3.10**
	IV REQUISITOS ESPECÍFICOS POR OCUPACIÓN	4.1. Sitio de reunión pública. 4.1.2- Definición. Ocupación utilizada para reunir a la vez 50 o más personas para propósitos tales como: deliberaciones, ceremonias religiosas, entretenimientos, comidas, bebidas, diversiones o para transporte. Ocupación utilizada para reuniones públicas pequeñas, para reunir en cualquier sala o espacio con fines de reunión para menos de 50 personas en un edificio u ocupación incidental a la ocupación principal. Ocupación utilizada como edificio de diversiones independientemente de la carga de ocupantes. ARTÍCULOS- 4.1.3-4.1.11 4.4. Hotel. 4.4.1) Definiciones. Dormitorio: Edificio o espacio en un edificio en el que se provee, en una misma habitación o en una serie de habitaciones cercanas asociadas, comodidades grupales para dormir a más de 16 personas, que no son miembros de la misma familia, bajo una administración única y para el conjunto colectivo, con comidas o sin ellas, pero sin instalaciones individuales para cocinar. ARTÍCULOS- 4.4.2-4.4.11
		4.6. Cuidado de la Salud 4.6.1- Definición. Ocupación utilizada para propósitos de atención o de tratamiento médico o de otra clase, a cuatro o más personas que son mayormente incapaces de su autoprotección por motivos de edad, discapacidad física o mental, o debido a que las medidas de seguridad no están bajo el control de los ocupantes. ARTÍCULOS- 4.6.3- Medios de egreso. 4.6.3.b) Cantidad de medios de egreso en suites con camas. 4.6.3.d) Excepciones para medios de egreso. 4.6.3.e) Carga de ocupantes. 4.6.3.f) Disposición de los medios de egreso. 4.6.3.g) Distancia de recorrido hasta las salidas. 4.6.3.h) Distancia de recorrido de las suites con camas. 4.6.3.h) Distancia de recorrido de las suites con camas. 4.6.4- Compartimentación. 4.6.5- Iluminación de Emergencia. 4.6.6- Señalización. 4.6.7- Detección y alarma de incendios. 4.6.8- Extintores portátiles. 4.6.9- Sistemas fijos de protección contra incendios. 4.6.10- Instalaciones de gas licuado de petróleo. 4.6.11- Accesos.

ARTÍCULO 2. Objetivo

El presente manual de disposiciones técnicas regula los aspectos generales en materia de prevención, seguridad humana y protección contra incendios, es de aplicación obligatoria en el diseño de nuevas edificaciones, edificios existentes, remodelaciones de edificios, cambio de uso, diseño e instalación de sistemas de protección contra incendios tanto de protección pasiva como activa, sea este temporal o permanente, asimismo considera el número de ocupantes, el área de construcción y otros parámetros definidos por el Benemérito Cuerpo de Bomberos. Para los edificios existentes antes del año 2005, todo incumplimiento con respecto al manual y sus versiones anteriores podrá evaluarse con el Benemérito Cuerpo de Bomberos para establecer recomendaciones orientadas a mejorar las condiciones de seguridad humana y protección contra incendios. Toda remodelación que se realice, debe cumplir la normativa vigente en la fecha de ejecución de la remodelación.

NFPA® F159.

1.13 MARCO REFERENCIAL



F160.

3.1.Medios de egreso.

El presente capítulo se basa en las disposiciones incluidas en el capítulo 7 de la norma NFPA 101 edición 2006 o el equivalente en las versiones más recientes y la Ley 7600 igualdad de oportunidad para las personas con discapacidad; este capítulo tiene como objetivo principal guiar a los profesionales en el correcto diseño de los medios de egreso de manera que se brinde a las vías de evacuación y a su diseño un tratamiento integral como parte de un sistema que facilita una adecuada seguridad de vida frente a un incendio.



F161.

3.1.2.a) Corredores o pasillos de acceso a salida.

Los corredores o pasillos utilizados como acceso a salida que funcionen o sirven a un área con una carga de ocupantes mayor a 30 personas, deben estar separados de las otras partes del edificio por muros que tengan una clasificación de resistencia al fuego no menor a 1 hora, a menos que esté permitido en las ocupaciones específicas.



F162.

3.1.4) Barandas.

Deben suministrarse barandas, en los lados abiertos de los medios de egreso que estén a más de 76 cm por encima del piso o del nivel que se encuentre por debajo.



F163.

3.1.13) Áreas de refugio.

Las secciones requeridas de un área de refugio deben ser accesibles desde el espacio al que sirven, a través de un medio de egreso accesible.
Las secciones requeridas de un área de refugio deben tener acceso a una vía pública mediante una salida sin requerir el regreso a los espacios del edificio a través de los que tuvo lugar el recorrido hacia un área de refugio.



F164.

3.1.5.e) Ancho mínimo de las puertas.

Las aberturas de las puertas en los medios de egreso no deben ser menores a 90 cm en el ancho libre



F165.

3.2.2.a) Barreras Cortafuegos.

Las barreras cortafuego utilizadas para proveer cerramiento, subdivisión o protección, deben clasificarse de acuerdo con una de las siguientes clasificaciones de resistencia al fue (b) Clasificación de resistencia al fuego de 2 horas.
(c) Clasificación de resistencia al fuego de 1 hora.
(d) Clasificación de resistencia al fuego de ½ hora.



F166 .

3.3. Iluminación de emergencia.

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.



F167.

3.4.Señalización.

Las señales deben estar situadas y deben ser de tamaño, color y forma tales que sean fácilmente visibles.
Hay que tener cuidado con los elementos decorativos, muebles u otras instalaciones del edificio puedan impedir la visibilidad de estas señales.



F168.

3.5.Detección y alarma de incendios.

El sistema se debe activar mediante sensores de humo o temperatura, estaciones manuales o un sistema de rociadores automáticos y debe alertar a los ocupantes mediante señales audibles y visuales.



F169.

3.6.Extintores portátiles.

El sistema se debe activar mediante sensores de humo o temperatura, estaciones manuales o un sistema de rociadores automáticos y debe alertar a los ocupantes mediante señales audibles y visuales.



F170.

4.1.12) Acabados de interiores.

Los acabados para interiores deben cumplir con NFPA 101 edición 2006 o el equivalente en las versiones más recientes, apartado 10.2.



F171.

3.9.Accesos.

Ancho libre: 5,00 m
Altura libre: 5,00 m
Radio de giro externo: 13,00 m

1.13 MARCO REFERENCIAL

NORMATIVA/REGLAMENTACIÓN	CAPÍTULO	ARTÍCULO	
LEY DE IGUALDAD DE OPORTUNIDADES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD	**III** ACCESO A LOS SERVICIOS DE SALUD	**31 ACCESO**	
ARTÍCULO 1. Objetivo La presente ley procurará dotar, a los costarricenses y al Estado, de los instrumentos necesarios para conseguir un ambiente sano y ecológicamente equilibrado.	**IV** ACCESO AL ESPACIO FÍSICO	104.- Principios de accesibilidad 105.- Símbolo internacional de acceso 106.- Características del símbolo internacional de acceso. 107.- Ubicación de la vivienda. 108.- Diseño de la vivienda. 109.-Características del acceso a la vivienda. 110.- Dormitorio principal. 111.- Lavaderos y fregaderos. 112.- Fuentes de calor. 113.- Cocina. 114.- Puertas. 115.- Ventanas. 117.- Cuarto de baño. 119.- Lavatorios. 120.- Ducha. 122.- Reductores de velocidad. 123.- Pasos peatonales. 124.- Pendientes. 125.- Características de las aceras.	126.- Rampas en las aceras. 127.- Señales y salientes. 128.- Semáforos peatonales. 129.- Postes, parquímetros e hidrantes. 130.- Elementos urbanos. 133.- Pasamanos. 134.- Escaleras. 135.- Pisos antiderrapantes. 137.- Iluminación artificial. 138- Barandas de seguridad. 141.- Pasillos . 142.- Umbrales. 143.- Servicios sanitarios. 148.- Mesas, mostradores y ventanillas. 150.- Entradas a edificios. 153.- Hospedaje accesible. 154.- Estacionamientos reservados. 155.- Características de los estacionamientos reservados.



F172.

1.13 MARCO REFERENCIAL



F173.

ARTÍCULO 106.- Características del símbolo internacional de acceso.

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.



F174.

ARTÍCULO 115.- Ventanas.

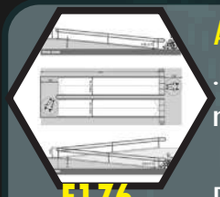
Las ventanas estarán ubicadas a una altura apropiada para aprovechar la luz y el paisaje disponible. Las ventanas para mirar hacia afuera podrán tener zócalo de 82.5 cms. de altura máxima.



F175.

ARTÍCULO 123.- Pasos peatonales.

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



F176.

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.



F177.

ARTÍCULO 125.- Características de las aceras.

Ancho mínimo de 1.20 mts, un acabado antiderrapante y sin presentar escalones.



F178.

ARTÍCULO 126.- Rampas en las aceras.

gradiente máxima de 10%



F179.

ARTÍCULO 134.- Escaleras.

huella de 0.30 mts. y contrahuella de 0.14 mts. máximo. Pasamanos en todos los tramos a 0.90 mts. de altura.



F180.

ARTÍCULO 141.- Pasillos.

ancho mínimo de 1.20 mts. y los pasillos interiores tendrán un ancho mínimo de 0.90 mts.



F181.

ARTÍCULO 154.- Estacionamientos reservados.

5% del total de espacios disponibles,
Estos espacios reservados deberán ubicarse en las entradas principales de los locales de atención al público.



F182.

ARTÍCULO 155.- Características de los estacionamientos reservados.

- 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



F183.

ARTÍCULO 144.- Inodoros, duchas y accesorios.

Cuando los inodoros se instalen centrados en la pared de fondo, tendrán las siguientes medidas:
Profundidad mínima 2,25 mts.
Ancho mínimo 2,25 mts.
Los cubículos para ducha tendrán:
Profundidad mínima: 1.75 mts.
Ancho mínimo: 1.50 mts.
Accesorios como : toalleras, papeleras, pañeras y agarraderas, se instalarán a una altura máxima de 0.90 mts.
Los espejos se instalarán a una altura máxima de su borde inferior de 0.80 mts.
Los lavatorios se instalarán a una altura máxima de 0.80 mts.



F184.

ARTÍCULO 117.- Cuarto de baño.

La distribución del cuarto de baño proveerá un espacio libre de maniobra de 1.50 mts.



F185.

ARTÍCULO 119.- Lavatorios.

Los lavatorios deberán instalarse a una altura máxima de 0.85 mts.



F186.

ARTÍCULO 120.- Ducha.

El tamaño mínimo de la ducha para silla de ruedas es de 1.20 x1.20 mts.

1.14 METODOLOGÍA

1.14.1 DESCRIPCIÓN EN PROSA DE LA METODOLOGÍA

DISEÑO: NO EXPERIMENTAL

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 (The SAGE Glossary of the Social and Behavioral Sciences, 2009b). (Hernández, Fernández, Baptista, 2014, pág.152).

El diseño de esta investigación será de carácter no Experimental, con el fin de llegar a deliberadas conclusiones sin manipular los resultados. Las variables y acontecimientos se observarán en su ambiente natural para luego describirlos y analizarlos, sin necesidad de interferir o alterar los resultados finales de la investigación arquitectónica.

ESTUDIO: TRANSVERSAL

Los diseños de investigación transeccional o transversal recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único (Liu, 2008 y Tucker, 2004 como se citó en (Hernández, Fernández, Baptista, 2014, pág. 154)

Según, Hernández, Fernández, Baptista (2014). El propósito del estudio transversal es recopilar datos a partir de un momento único, con el propósito de describir variables y analizar sus incidencias en la investigación. En otras palabras, se enfatiza este estudio como tomar una fotografía en tiempo real de un acontecimiento específico. A su vez, se explica que el estudio Transversal puede abarcar varios grupos o subgrupos de personas, así mismo como eventos, situaciones o diferentes comunidades. Por lo general, se dividen en tres, los exploratorios, descriptivos y correlacionales-causales.

1.Exploratorio: Exploración en un momento específico

2.Descriptivos: Indagar la incidencia de variables en la población

3.Correlacionales-causales: Descripción entre dos o más categorías

METODO: MIXTO CUANTITATIVO + CUALITATIVO

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 (meta inferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2008). Como se citó en (Hernández, Fernández, Baptista, 2014, pág. 534)

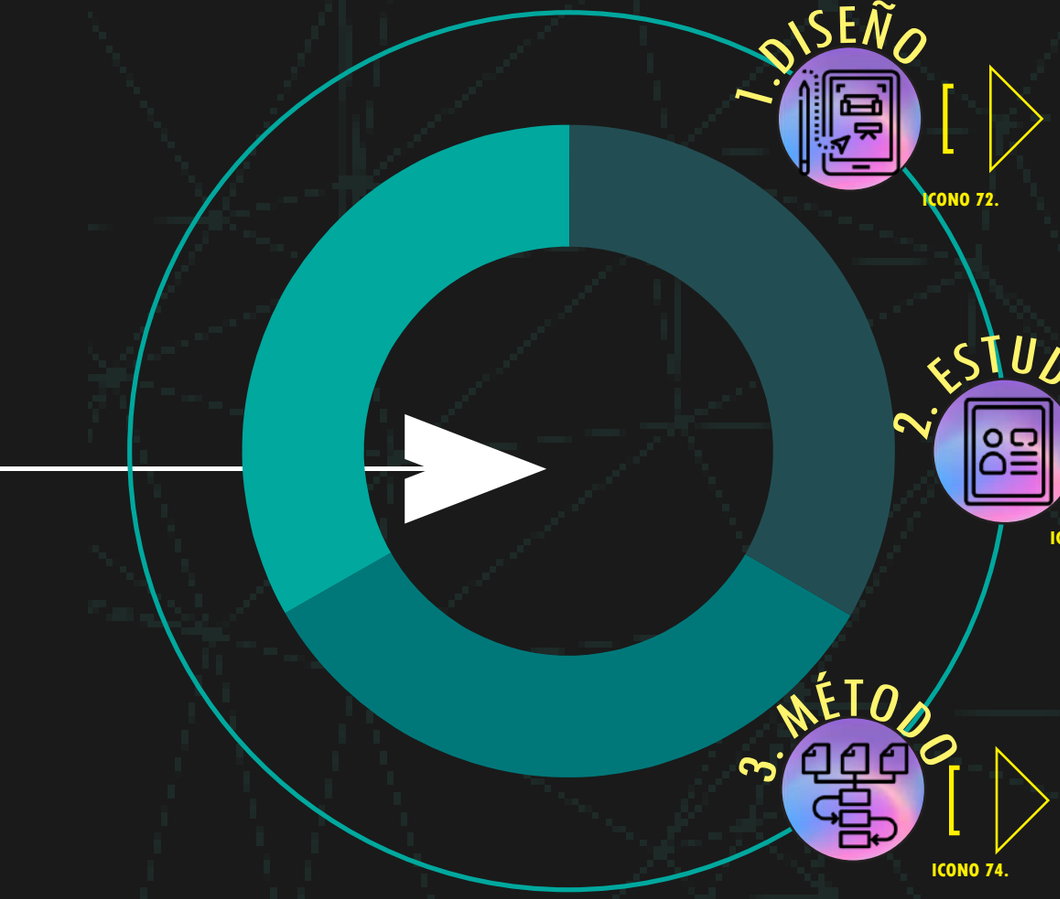
METODOLOGÍA

De acuerdo con (Hernández, Fernández, Baptista, 2014), La investigación se debe tomar como un conjunto de procesos críticos entre lo cuantitativo y lo cualitativo, siguiendo meticulosamente una secuencia sin eludir pasos, ya que el orden es importante para derivar objetivos y preguntas de la investigación, extrayendo una serie de conclusiones. Pero para obtener estos resultados, se debe medir mediante preguntas e hipótesis antes o después de los datos recopilados, para perfeccionarlas y responderlas de una manera más acertada a la investigación.

Enfoque cualitativo: Utiliza la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes.
(Hernández, Fernández, Baptista, 2014, pág. 4)

Enfoque cuantitativo: Utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías.

1.14 METODOLOGÍA



ICONO 72.

El diseño del proyecto se basará en visitas a retiros espirituales en Costa Rica, para observar y experimentar la sanación natural, en su fenómeno natural sin variar o alterar los tratamientos y actividades que conlleva los centros de medicina alterna.

ICONO 73.

Se llevará a cabo un estudio Transversal, recopilando información, datos a partir de un momento preciso, abarcando varios subgrupos y comunidades en Buenos Aires de Puntarenas, mediante la exploración, incidencia en la población y la descripción de variables en un momento determinado.

ICONO 74.

Para llevar a cabo un Centro holístico, se debe implementar el método mixto en el proyecto, como una disciplina en la Arquitectura. Se tomará en cuenta el enfoque cualitativo y cuantitativo para seguir una serie de preguntas, perfeccionándolas en el transcurso de los datos recopilados, para poder responderlas en el diseño arquitectónico, y así brindar una infraestructura que beneficie de manera acertada todos los criterios y necesidades del usuario.

1.14 METODOLOGÍA

1.14.2 MAPA METODOLÓGICO

OBJETIVO GENERAL

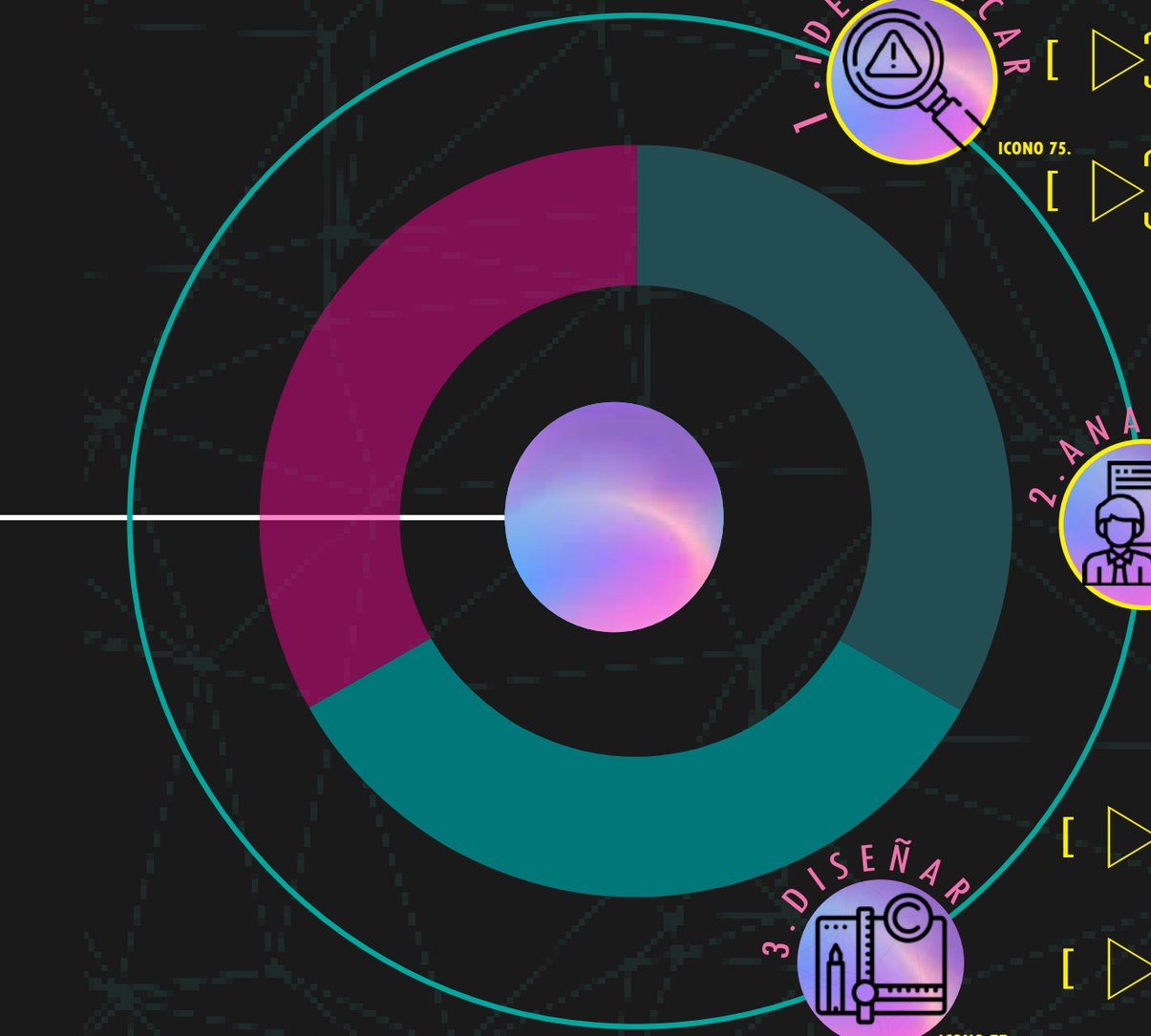
Desarrollar una nueva infraestructura destinada a los servicios de salud con respuesta la atención física, mental y espiritual en Buenos Aires de Puntarenas



Nota. Desarrollo de áreas destinadas al bienestar humano como fuente de estimulación para los cinco sentidos.

Fuente: Elaboración propia.

1.14 METODOLOGÍA



1. IDENTIFICAR

ICONO 75.

- 1.Producto: Necesidades del usuario en busca de sanación física, mental, espiritual mediante medicina alterna.
- 2.Herramientas: Casos de estudio, Investigaciones y entrevistas.
- 3.Actividades: Investigar centros de medicina natural.

2. ANALIZAR



ICONO 76.

- 1.Producto: Características ambientales, físico espaciales del sitio elegido.
- 2.Herramientas: Investigaciones, gráficas, diagramas, entrevistas.
- 3.Actividades: Recopilación de información, visitas al sitio, visita a entidades gubernamentales.

3. DISEÑAR

ICONO 77.

- 1.Producto: Anteproyecto Arquitectónico
- 2.Herramientas: Esquemas de diagramación, conceptualización, Diseños 2d/3d mediante software
- 3.Actividades: Concepto, Matriz de relaciones, Planos arquitectónicos, Levantamientos, Modelado.

INVOLUCRADOS



F193.

CAPÍTULO 2

“La espiritualidad no es adoptar más creencias y suposiciones, sino descubrir lo mejor que hay en ti.”

Amit Ray

2.1 INVOLUCRADOS

2.1.1 USUARIO



ICONO 18.

- Identificar las necesidades del espacio físico de los usuarios en cuanto a servicios de sanación física, mental y espiritual que permita el desarrollo de actividades de manera plena en una infraestructura adecuada.

El Centro Holístico pretende albergar diferentes usuarios de cualquier edad para su funcionamiento, es primordial reconocer las necesidades de cada uno para poder lograr un espacio funcional.

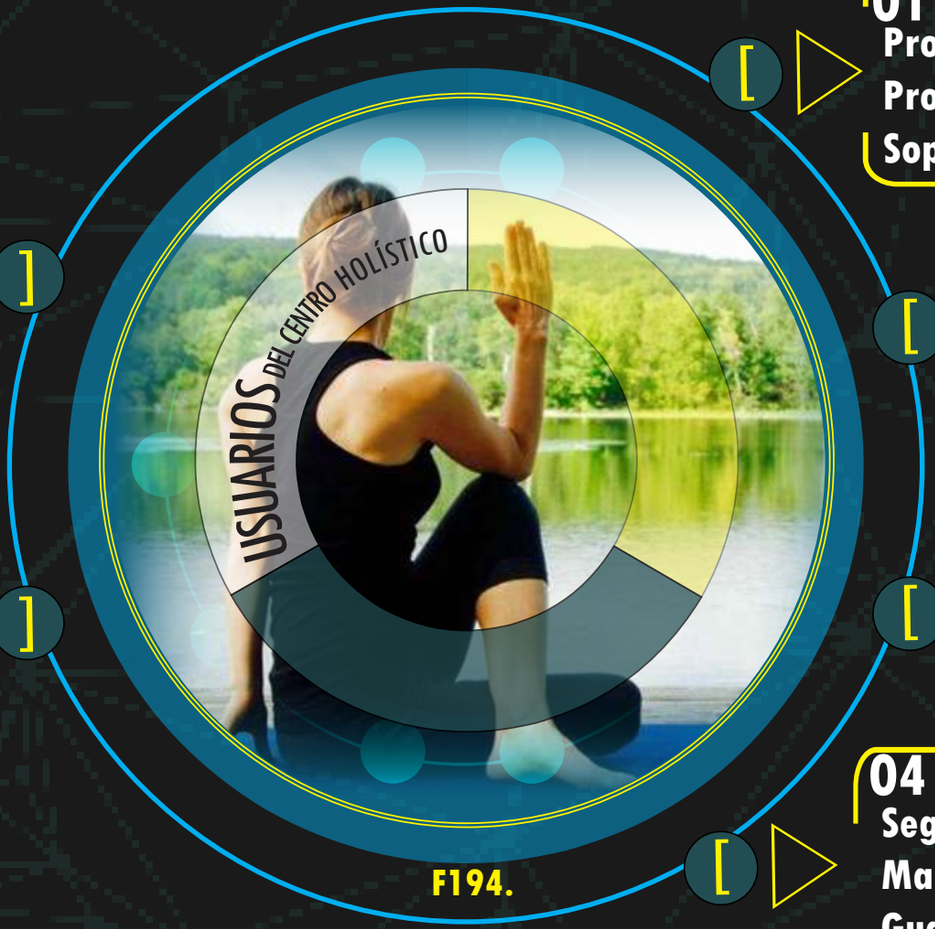
El Proyecto tiene como propósito abarcar a la población Nacional e Internacional, brindando distintos servicios y comodidades para una salud holística mediante un ambiente de sanación, purificación , transcendencia y equilibrio con la naturaleza.

De este modo, se utilizarán diferentes recursos e información para conocer a cada usuario y sus requerimientos en los servicios de sanación física, mental y Espiritual.

EXTERNOS

01 PACIENTES
Pacientes Nacionales
Pacientes Internacionales.

02 VISITANTES
Estudiantes.
Conferencistas y Profesionales.



F194.

INTERNOS

01 PROFESIONALES DE LA SALUD
Profesionales de la Salud Holística.
Profesionales de la Salud Convencional.
Soporte Asistencial.

02 COMUNIDAD BORUCA
Familias.
Artistas-Emprendedores.
Sanadores-Chamanes.

03 PERSONAL ADMINISTRATIVO
Personal de Apoyo administrativo.
Junta Directiva.
Jefaturas.

04 SERVICIOS GENERALES
Seguridad.
Mantenimiento.
Guarderia.
Lavanderia.
Aseo-Limpieza.

USUARIOS EXTERNOS

USUARIOS QUE HARÁN USO DE LAS INSTALACIONES TEMPORALMENTE.

Pacientes en busca de conocimiento, crecimiento y bienestar fisiológico, psicológico y espiritual.

NECESIDADES ESPACIALES

- Pacientes Nacionales e Internacionales: Este usuario esta enfocado a cualquier persona de todas las edades, en busca de equilibrio físico, mental, social y espiritual.

1. Individual.
2. Con acompañantes.
3. Grupales.

- Estudiantes: Personas que buscan ampliar su conocimiento en medicina natural mediante capacitaciones con certificación como terapeutas Holísticos.

1. Profesionales.
2. Universitarios.

- Visitantes: Invitados profesionales dedicadas a transmitir conocimiento, brindar mensajes de motivación y aprendizaje de crecimiento personal.

1. Médicos Invitados.
2. Maestros Holísticos.
3. Conferencistas- Motivadores.



USUARIOS INTERNOS

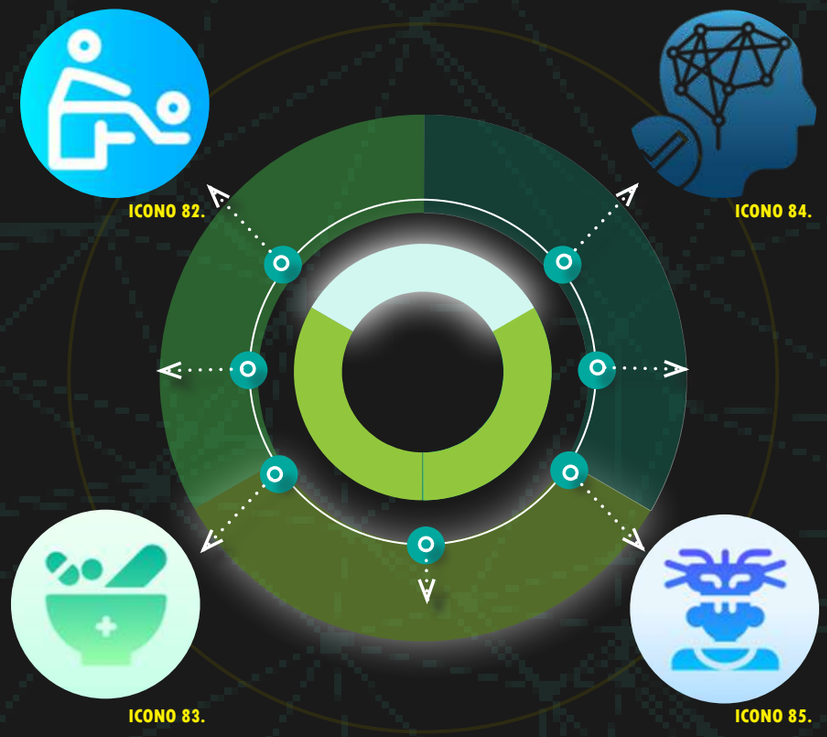
PROFESIONALES DE LA MEDICINA ALTERNATIVA Y COMPLEMENTARIA.

Especialistas en la salud holística, enfocados en un estado armónico de equilibrio de los componentes espirituales, psicológicos, orgánicos, social y energéticos del ser humano.

- Terapeuta Holísticos: Aborda la salud del individuo en su totalidad. Equilibrando la mente, cuerpo, espíritu como una sola para ayudar a las personas a desarrollar una conexión mas profunda consigo mismas.
- Terapeuta Reiki: Generar bienestar mediante la energía del contacto de las manos sobre o cerca del cuerpo de las usuarios.
- Médicos Bioenergéticos (Meditacion Zen): Restablecen el equilibrio armónico de las muchas energías de nuestro cuerpo para mantenerlo integrado con el conjunto total de energía del universo.
- Naturópatas: Los naturópatas ayudan a las personas a lograr, mantener y recuperar su salud, utilizando técnicas naturales.
- Instructores de Yoga: Los instructores utilizan la yoga para ayudar la aptitud física, flexibilidad, y mejorar la salud mental por medio de técnicas de relajación.
- Terapista Neural: Restaurar los potenciales eléctricos de la membrana celular.

- Chamanes: Restablecer el equilibrio espiritual mediante una comunicación espiritual y ancestral.
- Capacitadores Holísticos: Usuarios encargados de transmitir conocimientos, herramientas a estudiantes y empleados, con el objetivo de desarrollar actividades para el bienestar y el crecimiento personal.

NECESIDADES ESPACIALES



USUARIOS INTERNOS

PROFESIONALES DE LA SALUD CONVENCIONAL

Médicos y otros profesionales de la salud como enfermeras, farmacéuticos y terapeutas, que tratan a los pacientes mediante medicamentos y terapias físicas.

- Médicos Generales y enfermeros: Estos usuarios constituyen al primer nivel de atención medica para la prevención, tratamiento y detección de enfermedades crónicas.
- Psicólogos: Utilizan sus conocimientos para orientar a los usuarios en los aspectos de la conducta, pensamientos y sentimientos.
- Terapeuta Ocupacional: Evalúan las necesidades de los pacientes para ayudarlos a enfrentar y superar problemas físicos, mentales o sociales.
- Fisioterapeuta: Tratan a los pacientes para facilitar el movimiento de las extremidades y articulaciones.
- Fisiatría: Mejorar la calidad de vida en prevención, diagnostico y tratamiento de pacientes con alguna discapacidad motora.
- Nutricionistas: Profesional sanitario especialista en procesos de nutrición y necesidades fisiológicas de las personas.
- Gastrónomos: Usuarios especialistas en el arte culinaria, velando por una buena nutricion y alimentacion de todos los usuarios del centro.

NECESIDADES ESPACIALES



USUARIOS INTERNOS

COMUNIDAD BORUCA

Comunidad indígena de bajo recursos, que tendrán su espacio de vivienda, ayuda social, económica y desarrollo cultural.

- Familias: Usuarios específicamente, familias indígenas, constituida por padre, madre e hijos.
- Emprendedores: Agricultores, artistas, y artesanos indígenas que promoverán el intercambio de cultura y arte.
- Sanadores naturales: Médicos indígenas que practican la medicina natural, ancestral y espiritual.

NECESIDADES ESPACIALES



USUARIOS INTERNOS

PERSONAL ADMINISTRATIVO

Personal encargado del orden, la organización, administración y recursos humanos del centro.

- Recepcionistas: Son el primer contacto de los pacientes, y empleados del centro. Están encargados de recibir al público en su llegada, coordinar hospedaje y actividades, asesoramiento y habilidades de servicio al cliente.
- Administración: Equipo encargado de la planificación, organización y el control de los recursos humanos. A fin de obtener los mayores beneficios y experiencias tanto como a los usuarios internos y externos.
- Contaduría: Este grupo de usuarios, se encarga de todas las operaciones de ingresos y egresos de manera clara y precisa.
- Seguridad: El usuario de seguridad, se encargará de vigilar y monitorear. A fin de identificar y prevenir cualquier impacto de riesgo que pueda afectar a los usuarios e instalaciones.
- Mantenimiento: Equipo de trabajo que establece normas para la correcta conservación de las instalaciones, y mantenimiento del entorno natural.
- Aseo y limpieza: Usuarios especialistas en mantener limpias las áreas públicas y privadas del centro.

NECESIDADES ESPACIALES



2.2 ACTIVIDADES

Mediante un análisis previo de conjuntos de actividades Holísticas a nivel internacional y nacional, se logran categorizar las actividades según su zona de tratamiento, es decir, a su enfoque espiritual, mental, y a su cuerpo físico. Se contempla actividades brindadas por hospitales tanto públicos como privados, hospitales de medicina complementaria y holística, así mismo terapias recomendadas y aprobadas por la OMS, la AHNA, a fin de que cualquier persona pueda realizarlas, con el propósito de brindar un equilibrio a toda la población en búsqueda de sanar los tres cuerpos integrales del ser humano.



F195.

Nota. Conjunto de actividades en relación al crecimiento, bienestar y estimulación de la mente, cuerpo y espíritu.
Fuente: Elaboración propia.

- Para ello es importante conocer las razones mencionadas en el capítulo 1, sobre los diferentes factores estresantes que afectan las dimensiones del ser humano, de esta forma otorgar espacios para actividades y terapias propicias para el mejoramiento de cada usuario.

2.2 ACTIVIDADES

MEDICAS - HOLÍSTICAS

1. Recuperación de la salud
2. Prevención de enfermedades
3. Crecimiento personal
4. Sanación y descubrimiento espiritual.

ACTIVIDADES DE INVESTICACIÓN

1. Investigación de medicina natural
2. Investigación sobre nuevas terapias
3. Investigación administrativa



ACTIVIDADES EDUCACIONALES

1. Capacitación a pacientes y personal del centro.
2. Actividades de aprendizaje a profesionales y estudiantes de la salud.

CLASIFICACIÓN DE TERAPIAS EN LA SALUD, EDUCACIÓN Y INVESTIGACIÓN (Se dan por medio de estudio de casos, investigaciones y recomendaciones de organizaciones referentes al tema)

Fuente: Elaboración propia.

2.2 ACTIVIDADES

2.2.1 ACTIVIDADES MEDICAS- HOLÍSTICAS

DESCRIPCIÓN

Tratamientos naturales y enfoque holístico, en actividades o también técnicas, que se desempeñan con fines de mejoramiento y al conservación de la salud. Se compone por procedimientos y terapias clasificados como complementarias, que estimulen los sentidos, fomenten las habilidades fisiológicas y psicológicas permitiendo reducir niveles de estrés, depresión y ansiedad. A la vez, restablecer conexiones espirituales entre el plano físico y el plano astral.

CLASIFICACIÓN DE ACTIVIDADES

Actividades psicológicas: Enfoque mental y mejoramiento del comportamiento humano.

Actividades mente y cuerpo: Enfoque integral, unión de la mente y el cuerpo.

Actividades Energéticas: Energía como fuente de bienestar.

Actividades Corporales: Sistema de entrenamiento físico, trabajando la fuerza muscular y el dinamismo.

Actividades Biológicas (componentes naturales): Naturaleza como bases terapéuticas para prevención y curación de enfermedades.

Otras Actividades: Técnicas o terapias que no entran en las demás clasificaciones.



ESPACIO



CONSULTORIOS MÉDICOS



ÁREAS DE TERAPIAS



ÁREAS EXTERIORES



TALLERES



ÁREAS RECREACIONALES

BENEFICIOS

- Mejoramiento de la salud integral
- Cambio emocional
- Unión de los tres cuerpos integrales
- Restablece las dimensiones del consciente y subconsciente
- Reducción de consumo de psicofármacos
- Vinculo con el ser interior, reconociendo el amor propio.
- Reconexión con la naturaleza
- Capacidades de inteligencia emocional
- Seguridad y confianza
- Reintegración social

ACTIVIDADES MEDICAS HOLISTICAS (Se dan por medio de estudio de casos, investigaciones y recomendaciones de organizaciones referentes al tema).

Fuente: Elaboración propia.

2.2 ACTIVIDADES

2.2.1 ACTIVIDADES MEDICAS- HOLÍSTICAS

ACTIVIDADES PSICOLÓGICAS



F201.

TERAPIA REGRESIVA- Técnicas de consciencia para acceder a memorias ancestrales.



F202.

HIPNOTERAPIA- Técnica de trance hipnótico para realizar psicoterapia.



F203.

NEUROPSICOLOGÍA- Terapia para el desarrollo de estructuras cerebrales y conductas del ser humano



F204.

PSICOLOGÍA- Terapia para la compresión del comportamientos que alteren el bienestar y reequilibrar la mente con el cuerpo.

RISOTERAPIA- Actividad que utiliza la risa como beneficio emocional, corporal y mental.



F205.

MUSICOTERAPIA- Esta actividad permite la restauración de la salud mental y física por medio de la ondas musicales que estan en sintonía con el universo.



F206.

ARTETERAPIA- Terapia que utiliza el arte para combatir miedos, inseguridades y trastornos psicológicos.



F207.

ACTIVIDADES PSICOLÓGICAS (Se dan por medio de estudio de casos, investigaciones y recomendaciones de organizaciones referentes al tema).

Fuente: Elaboración propia.

ACTIVIDADES MENTE & CUERPO



F208.

TAI CHI- Es un arte marcial para paz interior, mantener fuerza, recuperar la salud, y prevenir enfermedades.



F209.

YOGA- La yoga es una disciplina que desarrolla la armonía de los tres cuerpos integrales.



F210.

MEDITACIONES GUIADAS- Estas terapias se utilizan como técnicas para la conexión con el interior y el desarrollo espiritual y personal.



F211.

BIODANZA- Actividad de desarrollo humano y crecimiento personal mediante la música, la emoción y el movimiento.



F212.

LIBERACIÓN SOMATO EMOCIONAL- Actividad para liberar el cuerpo y la mente de traumas y experiencias negativas.



F213.

MINDFULLNESS- Es un tipo de actividad para la apertura mental, aceptación para el bienestar de la consciencia sobre el presente.



F214.

REBIRTHING- También conocida como respiración consciente, para tomar poder de los pensamientos mediante una respiración consciente y circular con lo espiritual.

ACTIVIDADES MENTE & CUERPO (Se dan por medio de estudio de casos, investigaciones y recomendaciones de organizaciones referentes al tema).

Fuente: Elaboración propia.

2.2 ACTIVIDADES

2.2.1 ACTIVIDADES MEDICAS- HOLÍSTICAS

ACTIVIDADES ENERGÉTICAS



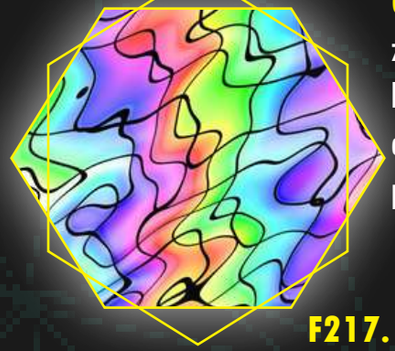
F215.

MAGNOTERAPIA- Restablece los tejidos del cuerpo humando, mediante el uso de campos magnéticos.



F216.

BIORRESONANCIA- Terapia que administra ondas para regular el organismo y mantener su equilibrio, basado en teorías cuánticas y biofísicas..



F217.

CROMOTERAPIA- Esta terapia utiliza los espectros cromáticos de la luz solar, como fuente para tratar alteraciones energéticas, físicas y psíquicas.



F218.

SONOTERAPIA- Actividad que utiliza los instrumentos musicales y la voz como fuente vibratoria para beneficios del organismo.



F219.

TRABAJO EQUILIBRADO- Técnica que permite la expansión y equilibrio del campo electromagnético humado con fines físicos y espirituales.



F220.

EQUILIBRIO DE CHAKRAS- Esta terapia permite equilibrar puntos energéticos a lo largo del cuerpo humano, manteniendo la conexión con el cuerpo, la mente y el espiritu.



F221.

FOTOTERAPIA- Terapia para el tratamiento neoplásico, que utiliza la luz como fuente antiinflamatoria.

ACTIVIDADES ENERGÉTICAS (Se dan por medio de estudio de casos, investigaciones y recomendaciones de organizaciones referentes al tema).

Fuente: Elaboración propia.

2.2 ACTIVIDADES

2.2.1 ACTIVIDADES MEDICAS- HOLÍSTICAS

ACTIVIDADES CORPORALES



F222.

KINESIOLOGIA-Actividad que permite solventar problemas de aprendizage y de emociones mediante el movimiento corporal.



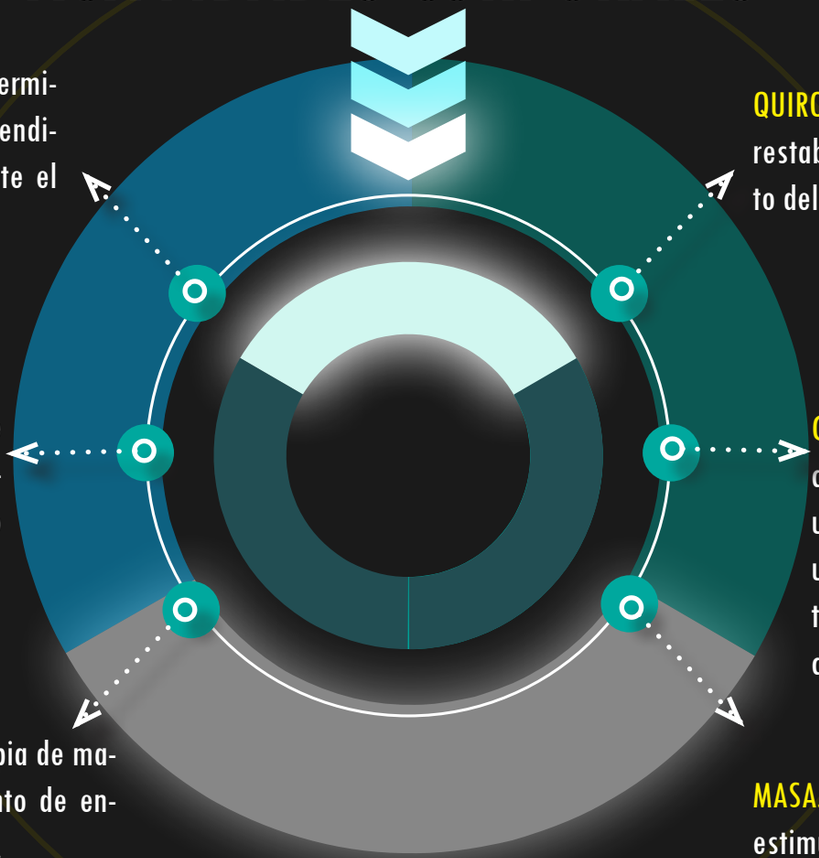
F223.

OSTEOPATÍA- Actividad que ayuda a corregir desequilibrios del cuerpo humano, como una disciplina holística.



F224.

MASAJES TERAPÉUTICOS- Terapia de masajes que estimula el aumento de endorfinas en el cuerpo humano.



QUIROPRAXIA- Terapia destinada a restablecer el buen funcionamiento del la columna vertebral.



F225.

CUPPING- También conocido como masaje de ventosas es una terapia antigua con la utilización de ventosas para tratamientos de la piel y músculos.



F226.

MASAJE GEOTERMAL- Esta terapia estimula el bienestar del cuerpo con la utilización de piedras frías y calientes sobre los músculos.



F227.

ACTIVIDADES CORPORALES (Se dan por medio de estudio de casos, investigaciones y recomendaciones de organizaciones referentes al tema).

Fuente: Elaboración propia.

ACTIVIDADES CORPORALES



F228.

ACUPUNTURA- Terapia milenaria china que utiliza agujas muy finas para estimular partes del cuerpo como principios de curación de energías en el organismo.

DIGITOPUNTURA- Terapia para la recuperación física mediante masajes o presión sobre puntos específicos en el cuerpo humano.



F230.



F229.

FISIOTERAPIA- La fisioterapia permite restaurar y evitar la perdida de la función física mediante tratamientos terapéuticos.

ACTIVIDADES CORPORALES (Se dan por medio de estudio de casos, investigaciones y recomendaciones de organizaciones referentes al tema).

Fuente: Elaboración propia.

2.2.1 ACTIVIDADES MEDICAS- HOLÍSTICAS

ACTIVIDADES BIOLÓGICAS (COMPONENTES NATURALES)



WATSU- Terapia en piscinas que ayuda a las personas a alcanzar un profundo estado de relajación miestras estimula los sentidos.

F231.



AROMATERAPIA- Actividad que restablece y armoniza el cuerpo y la mente por medio de essencias naturales.

F232.



FITOTERAPIA- Terapia que recupera y mantiene la salud a través de vegetales y otros recursos naturales.

F233.



F234.

FLORES DE BACH- Terapia que trata emociones y enfermedades biofísicas, tomando en cuenta la vibración y el vinculo con lo natural como fuente de tratamiento.



NATUROPATÍA- Terapia que estimula capacidades para la auto curación basado en medios naturales.

F235.



NUTRICIÓN- Actividad considerando la preparación, tiempos y planes nutricional para una dieta saludable con principios naturales.

F236.



OLIGOTERAPIA- Terapia que basa su metodologia en tratar cualquier tendencia a enfermar del ser humano.

F237.

ACTIVIDADES BIOLÓGICAS (Se dan por medio de estudio de casos, investigaciones y recomendaciones de organizaciones referentes al tema).

Fuente: Elaboración propia.

ACTIVIDADES BIOLÓGICAS (COMPONENTES NATURALES)



F238.

AYURVEDA- Actividad que restablece el equilibrio de la mente , el cuerpo y el espíritu que contempla alimentación, técnicas de armonía y el uso de hierbas medicinales.

ECOTERAPIA- Terapia y actividad centrada en la tierra y la naturaleza como vínculo con el ser humano para la estimulación psicológica de bienestar emocional y fisiológico.



F240.



F239.

FENG SHUI- Actividad con principios Taoista de los cinco elementos naturales, que mantiene el bienestar contemplando la filosofía, ciencia y arte como fuente de energía para el bienestar y conexión espiritual.

ACTIVIDADES BIOLÓGICAS (Se dan por medio de estudio de casos, investigaciones y recomendaciones de organizaciones referentes al tema).

Fuente: Elaboración propia.

2.2 ACTIVIDADES

2.2.1 ACTIVIDADES MEDICAS- HOLÍSTICAS

OTRAS ACTIVIDADES



CONSULTORÍA CHAMÁNICA- Consiste en un tipo de terapia realizada por un guía espiritual o chamal para el desarrollo espiritual, emocional y mental

F241.



TERAPIA CON ANIMALES- También conocida como terapia asistida por a nimales con fines terapéuticos para el bienestar psicológico.

F243.



COACHING- Sesiones individuales o grupales realizadas por especialistas en la evolución personal, profesional y espiritual.

F242.



ESTIMULACIÓN PRECOZ- Consiste de actividades y atención temprana para niños con cualquier tipo de trastorno o riesgo patológico, con respuesta a un desarrollo óptimo.

F244.

OTRAS ACTIVIDADES (Se dan por medio de estudio de casos, investigaciones y recomendaciones de organizaciones referentes al tema).
Fuente: Elaboración propia.

2.3 NECESIDADES DEL ESPACIO

Previo a la determinación de los espacios, se realizaron varios análisis de diferentes Centros Holísticos. Así mismo, por medio de las necesidades básicas requeridas solicitadas por parte de los involucrados, los criterios de diseño Holísticos, y los requisitos mínimos brindados por el Manual para la habilitación de Hospitales generales y servicios especiales, al igual datos recopilados por el Manual de Normas para la Habilitación de Establecimientos que Brindan Atención en Centros para Personas con Discapacidad, se logra la clasificación de áreas por medio de zonas, que permitan distribuir e integrar los espacios adecuadamente.



F245.

Nota. Necesidades espaciales en respuesta al bienestar de los usuarios de un Centro Holístico.

Fuente: Elaboración propia.

2.3 NECESIDADES DEL ESPACIO

2.3.1 DISTRIBUCIÓN DEL ESPACIO

ZONA DE INTEGRACIÓN

- Punto de inicio, destinado a recibir, orientar a los usuarios, visitantes, y brindar asesoría e integración al centro.
- Espacio publico para mantener en espera y distribuir ordenadamente a los usuarios, manteniendo un servicio de calidad.
- Permite la distribución y conexión directa a los espacios destinados a administración, habitaciones, núcleos de salud y servicios generales.
- Debe contar con un área de estacionamiento para usuarios y personal respetando el porcentaje y distribución de la Ley 7600.

ÁREAS NECESARIAS

- Recepción
- Ventanilla de Servicio
- Admisión y Administración
- Sala de espera
- Servicios Sanitarios
- Área de souvenirs
- Pasillos de circulación



F246.

2.3 NECESIDADES DEL ESPACIO

2.3.1 DISTRIBUCIÓN DEL ESPACIO

ZONAS DE ALOJAMIENTO

- Zona destinadas al descanso y guardar a los usuarios durante la estadía para el disfrute de las instalaciones.
- Espacio publico que se conformaran por pasillos de distribución y circulación vertical con conexión a las habitaciones que dispondrá con área de lavandería, servicios sanitarios y aseo.
- Habitaciones de dos a cuatro usuarios con intención de alojamiento familiar o grupal de los usuarios.
- Estrecha conexión con zona de integración y área de nutrición.

ÁREAS NECESARIAS

- Habitaciones de pacientes
- Alojamiento personal
- Alojamiento médico
- Pasillos de circulación
- Circulación vertical



F247.

2.3 NECESIDADES DEL ESPACIO

2.3.1 DISTRIBUCIÓN DEL ESPACIO

ZONA DE NUTRICIÓN

- Área de uso público para la orientación y recomendación de la alimentación, dietas y nutrición natural.
- Debe contar con zonas privadas para la preparación, almacenamiento y manejo de alimentos.
- Debe tener a su disposición un sistema de permacultura para el aprendizaje y cultivo de alimentos.
- Distribución y conexión directa con pasillos para facilitar el desplazamiento entre consultorios de nutrición y áreas de alimentación.

ÁREAS NECESARIAS

- Preparación de Alimentos
- Consultorios de Nutrición
- Pasillos de circulación



F248.

2.3 NECESIDADES DEL ESPACIO

2.3.1 DISTRIBUCIÓN DEL ESPACIO

ZONAS DE TRATAMIENTOS

- En esta zona del centro, contara con diferentes áreas de actividades y terapias que estimulan los sentidos del ser humano para el mejoramiento de la salud
- Espacio publico conformado por áreas de recepción y distribución a consultorios y espacios de recreación.
- Al igual, se conformara de espacios privados de uso medico en relación a datos clínicos y terapias, incorporando ademas espacios de uso recreacional.
- Estrecha conexión con la naturaleza.

ÁREAS NECESARIAS

- Consultorio de Medicina Integrativa.
- Consultorio Médico
- Diagnóstico y Tratamiento (tienda, farmacia, laboratorios)
- Terapias Complementarias (interior/exterior)
- Terapias Tradicionales
- Consultorio Psicológico
- Talleres
- Área de Meditación y ejercicio
- Terapias grupales
- Área de Hidroterapia
- Pasillos de circulación



F249.

2.3 NECESIDADES DEL ESPACIO

2.3.1 DISTRIBUCIÓN DEL ESPACIO

ZONA DE CRECIMIENTO PERSONAL Y EDUCATIVO

- Área de uso publico para el crecimiento personal, social y espiritual de los usuarios.
- Debe contar con áreas destinadas al aprendizaje, consultoría, espacios grupales y individuales.
- Es indispensable una zona de biblioteca y área virtual para estimular el aprendizaje de los usuarios.
- Contara con un espacio para el cuidado y estimulación temprana de infantes.
- Circulación libre y conexión estrecha con el área de terapias y zonas naturales.



F250.

ÁREAS NECESARIAS

- Enseñanza (grupal e individual)
- Espacio de Coaching
- Salón Multiuso (Eventos grupales)
- Auditorio
- Capilla
- Museo
- Guardería
- Pasillos de circulación

2.3 NECESIDADES DEL ESPACIO

2.3.1 DISTRIBUCIÓN DEL ESPACIO

ZONAS NATURALES

- Zonas destinadas a terapias y actividades en un ambiente natural, así mismo, espacios en constante contacto con la naturaleza.
- Espacio publico conformado por áreas de recreación, enseñanza, y crecimiento, manteniendo una conexión directa con la madre tierra como fuente de bienestar.
- Ademas se conformará de espacios techados y al aire libre, con fines sensoriales conforme la actividad.

ÁREAS NECESARIAS

- Áreas de Introspección
- Áreas de reflexión
- Áreas de sanación
- Área zoo terapia
- Área para eco terapia
- Área de aprendizaje
- Áreas de recreación
- Área de Horticultura
- Áreas Verdes
- Miradores



F251.

2.3 NECESIDADES DEL ESPACIO

2.3.1 DISTRIBUCIÓN DEL ESPACIO

ZONA DE SOPORTE ASISTENCIAL

- Área de uso privado para profesionales de la salud, funcionarios técnicos, áreas para la operación de las unidades que componen el centro, ademas se conformará de unidades que velaran por el rendimiento y bienestar de todo el personal.
- Zonas administrativas y espacios de capacitación del personal en cuanto al correcto funcionamiento, entendimiento de los espacios y sus actividades.
- Dispondrá de áreas destinadas a la enseñanza del personal médico y terapéutico.
- Conexión directa con las áreas administración, de terapias y medicina integral.

ÁREAS NECESARIAS

- Oficinas Administrativas y proveeduría
- Oficinas de Recursos humanos
- Documentación clínica
- Admisión y diagnóstico inicial
- Enseñanza e Investigación



F252.

2.3 NECESIDADES DEL ESPACIO

2.3.1 DISTRIBUCIÓN DEL ESPACIO

ZONA DE SERVICIO GENERALES

- Esta zona se destinará a espacios de uso privado, específicamente para el uso del personal en cuanto al mantenimiento y funcionamiento adecuado del centro.
- Además contará con un área de espacio mixto para zona de alimentación y puestos de comida.
- Estrecha relación con la zona de integración y zona administrativas.
- Se recomienda un área de uso público y privado para el estacionamiento de autos, así mismo respetando criterios de la ley 7600.

ÁREAS NECESARIAS

- Restaurantes y puestos de comida
- Servicios Sanitarios
- Área de seguridad
- Área de Mantenimiento
- Área de Lavandería
- Aseo y limpieza
- Mantenimiento y jardinería
- Almacén
- Gestión de Residuos
- Carga y Descarga
- Estacionamiento
- Pasillos de circulación



F253.

2.4 REQUISITOS TÉCNICOS DE ÁREAS

El centro de Medicina Natural sera capaz de distribuir sus áreas basadas en sus requerimientos espaciales. A diferencia de un centro convencional, enfocado en la medicina ortodoxa, el centro otorgará áreas a fines de crear espacios considerando las sensaciones, dimensiones técnicas, y distribuciones arquitectónicas en conexión con áreas naturales. Previo a esto, se consideraron espacios y medidas basados en los siguientes documentos: Manual para la habilitación de Hospitales generales y servicios especiales, (2018; datos por parte del, Manual de Normas para la Habilitación de Establecimientos que Brindan Atención en Centros para Personas con Discapacidad, (2005); Guía de diseño arquitectónico para establecimientos de salud, (2015); al igual se implementa requisitos técnicos por parte de proyectos de graduación para el grado de licenciatura en arquitectura. De este modo, poder distribuir las áreas que constituyen a un centro con dimensiones optimas y el equipo necesario para el funcionamiento de la edificación.



Nota. Requisitos técnicos de áreas de un espacio para la medicina natural

Fuente: Elaboración propia.

2.4 REQUISITOS TÉCNICOS DE ÁREAS

ATENCIÓN AL USUARIO

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

Se debe permitir la ventilación natural y la luz del sol en todas las habitaciones, al igual, adaptarse a las necesidades de cada individuo, y permitir el acceso a personas con discapacidad, asegurando que sean seguras, cómodas y auto-suficientes.

ESPACIO FÍSICO

- Planta de acceso a servicios públicos, particulares o uso mixto
- Ley 7600
- Vestíbulo 2,40m de ancho por 3,00m de longitud
- Ventanilla de servicio
- Sala de espera, superficie mínima de 6,00 m2 y 2,40 m de alto
- Paredes lisas
- Pisos antideslizantes
- Iluminación natural
- Ventilación natural
- Elementos naturales
- Elementos decorativos
- Colores cálidos



F254.

EQUIPO BÁSICO

1. Ventanilla de información
- Escritorios
- Sillas
- Computadora
- Impresora
- Teléfono
- Acceso al servicio de Fax
- Estantería
- Archivadores o estantes para documentos.

2. Sala de Espera
- Sillas
- Sofás
- Estantes
- Basureros con tapa

ESPACIO FÍSICO Y EQUIPO BÁSICO. (Manual de Normas para la Habilitación de Establecimientos que Brindan Atención en Centros para Personas con Discapacidad, 2005). (Oficializa Manual de Normas para la Habilitación de Hospitales Generales y Servicios Especiales, 2018)

2.4 REQUISITOS TÉCNICOS DE ÁREAS

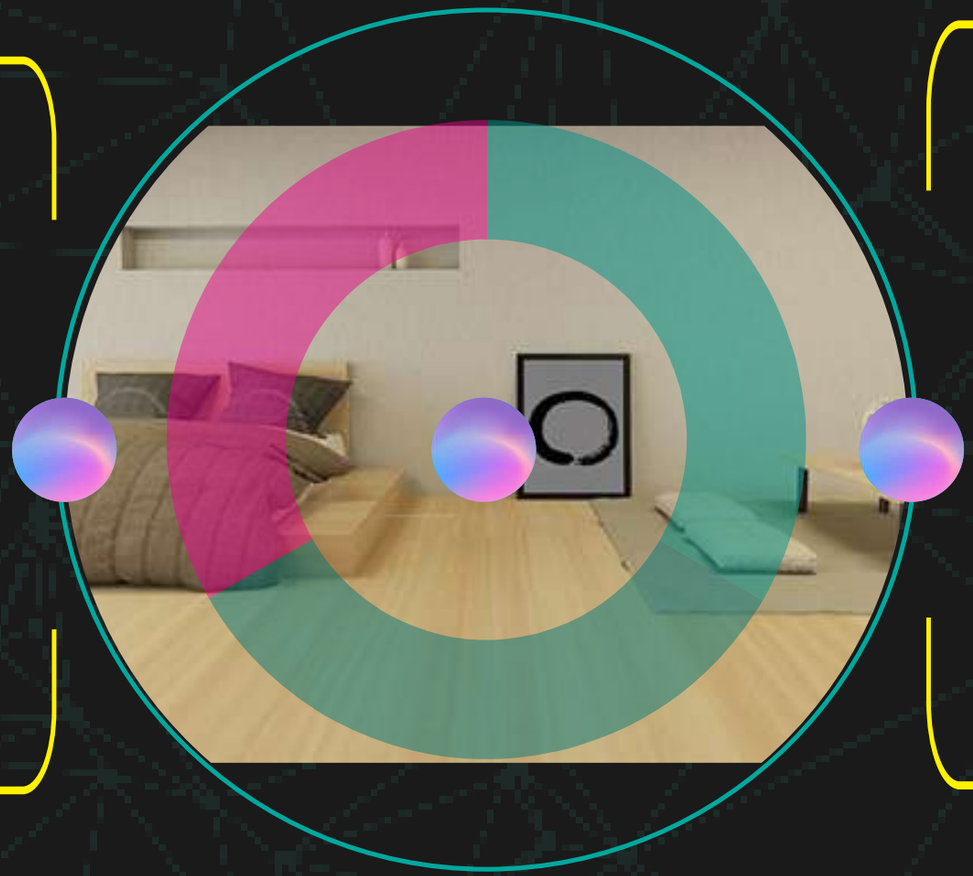
HABITACIONES

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

Se debe permitir la ventilación natural y la luz del sol en todas la habitaciones, al igual, adaptarse a las necesidades de cada individuo, y permitir el acceso a personas con discapacidad, asegurando que sean seguras, cómodas y autosuficientes.

ESPACIO FÍSICO

- Las dimensiones mínimas de 7.5 m² ancho no menor a 2,50 m
- 6,00m2 por cada cama adicional
- Ley 7600
- Espacio para dos personas que no utilicen silla de ruedas 9 m²
- Espacio para dos personas, de las cuales una utiliza silla de ruedas 12 m²
- Servicio sanitario
- Colores fríos
- Ventilación
- Iluminación natural
- Confort térmico
- Aislante acústico
- Elementos naturales



F255

EQUIPO BÁSICO

- Camas individuales
- Sofás
- Mesas de Noche
- Lámparas
- Área de almacenamiento
- Duchas
- Servicio sanitario 7600

ESPACIO FÍSICO Y EQUIPO BÁSICO. (Manual de Normas para la Habilitación de Establecimientos que Brindan Atención en Centros para Personas con Discapacidad, 2005). (Oficializa Manual de Normas para la Habilitación de Hospitales Generales y Servicios Especiales, 2018)

OFICINAS DE ADMINISTRACIÓN

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

Espacio destinado a la administración del centro, encargada de las finanzas y el servicio comercial.

ESPACIO FÍSICO

- Espacio destinado las funciones gerenciales de 7,5 m2 por funcionario como mínimo.
- Pasillos primarios entre los estantes y de salida de emergencia serán de 1,20m.
- Área común
- Área de reuniones
- Servicios sanitarios
- Ventilación
- Confort térmico
- Iluminación calidad
- Colores cálidos



F256.

EQUIPO BÁSICO

- Escritorios
- Sillas
- Computadora
- Impresora
- Teléfono
- Acceso al servicio de Fax
- Estantería
- Archivadores o estantes para documentos.

ESPACIO FÍSICO Y EQUIPO BÁSICO. (Manual de Normas para la Habilitación de Establecimientos que Brindan Atención en Centros para Personas con Discapacidad, 2005).
(Oficializa Manual de Normas para la Habilitación de Hospitales Generales y Servicios Especiales, 2018)

2.4 REQUISITOS TÉCNICOS DE ÁREAS

SERVICIOS SANITARIOS

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

El espacio de servicios sanitarios debe ser totalmente accesible para las personas con discapacidad. Así mismo, debe de haber uno para hombres y otro para mujeres, equipado con un inodoro, un lavabo y un depósito.

ESPACIO FÍSICO

- Cumplir con la ley 7600 dimensiones 2,25m por 1.55m, al menos un cubículo con lavatorio y 1.80m x 1.50m sin lavatorio.
- Espacio lateral al inodoro, de mínimo 1.20m x 0.80m,
- Buque de puerta, mínimo 0.90 mts.
- Espacio libre de maniobra de 1.50 mts.
- Los lavatorios deberán instalarse a una altura máxima de 0.85mts.
- El tamaño mínimo de la ducha para silla de ruedas es de 1.20 x1.20 mts.
- Accesorios y espejo a 80m.
- Losas antideslizantes
- Colores fríos
- Ventilación
- Iluminación natural
- Elementos naturales



EQUIPO BÁSICO

- Inodoros
- Mingitorios
- Lavamanos
- Espejo
- Dispensador de jabón liquido
- Basurero con tapa

F257.

ESPACIO FÍSICO Y EQUIPO BÁSICO. (Manual de Normas para la Habilitación de Establecimientos que Brindan Atención en Centros para Personas con Discapacidad, 2005). (Oficializa Manual de Normas para la Habilitación de Hospitales Generales y Servicios Especiales, 2018)

CUBÍCULOS NUTRICIÓN CLÍNICA

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

El servicio de nutrición contara con espacios para el aprendizaje y orientación de los pacientes en cuanto a una buena nutrición, dieta y control alimenticio.

ESPACIO FÍSICO

- 6,00 m² mínimo y 9,00 m² por cama en cubículos individuales
- Iluminación
- Ventilación
- Colores fríos
- Bodega
- Área de cuarto auxiliar



F258.

EQUIPO BÁSICO

- Escritorios
- Sillas
- Computadora
- Impresora
- Teléfono
- Acceso al servicio de Fax
- Archivos
- Estantería

ESPACIO FÍSICO Y EQUIPO BÁSICO. (Manual de Normas para la Habilitación de Establecimientos que Brindan Atención en Centros para Personas con Discapacidad, 2005).
(Oficializa Manual de Normas para la Habilitación de Hospitales Generales y Servicios Especiales, 2018)

2.4 REQUISITOS TÉCNICOS DE ÁREAS

Nutrición - PREPARACIÓN DE ALIMENTOS

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

Espacio para la preparación de alimentos y aprendizaje de gastronomía. El servicio de nutrición deberá estar situado a una distancia mínima de 50 metros de zonas insalubres o de peligro de contaminación por las operaciones que en él se realicen.

ESPACIO FÍSICO

- No menor a 6,00m2 y de ancho 2,00m
- Comedor no menor a 10,00m2 de área y 2,50m de dimensión menor
- Cocina para actividades administrativas.
- Almacenamiento exclusivo y clasificado de alimentos.
- Preparación de alimentos (cocina).
- Distribución de alimentos (comedor).
- Mantenimiento de implemento de limpieza exclusiva de nutrición.
- Higiene personal.
- Colores claros
- Paredes y cielo raso de materiales residentes
- Ventilación e iluminación directa o artificial
- Puertas abrir hacia fuera
- Losas antideslizantes
- Elementos naturales



F259.

EQUIPO BÁSICO

- Tarimas cuando sea necesario, a una altura mínima de 25cm del piso.
- Estantes, a una altura mínima de treinta centímetros del piso.
- Refrigeradora con congelador
- Cocina y horno
- Pilas de lavar de acero inoxidable
- Utensilios suficientes para la preparación de alimentos
- Basurero con tapa.
- Jabón lavatorio con toallas.
- Las sillas son estables, resistentes, antideslizantes, con asiento acolchado y de fácil aseo. Se cuentan con sillas adaptadas para los y las residentes que lo requieren.
- Las mesas son estables, resistentes, tienen una altura sobre el suelo entre 75 y 85 cm y bordes redondeados.
- Vajilla y utensilios adecuados a la población.
- Basurero con tapa.
- Pileta para el lavado de artículos de aseo.
- Artículos de aseo
- Inodoro
- Dispensador de jabón.
- Toallas de papel.
- Basurero con tapa.
- Casilleros individuales.
- Ducha con agua caliente.

ESPACIO FÍSICO Y EQUIPO BÁSICO. (Manual de Normas para la Habilitación de Establecimientos que Brindan Atención en Centros para Personas con Discapacidad, 2005). (Oficializa Manual de Normas para la Habilitación de Hospitales Generales y Servicios Especiales, 2018)

TERAPIA FÍSICA

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

La institución debe disponer de un salón o salón de usos múltiples, frecuentemente utilizado para actividades, con un mínimo de 2 m2 por persona y un máximo de 10 m2 por metro cuadrado.

ESPACIO FÍSICO

- Vestidores
- Duchas
- Área de Terapia Ocupacional
- Oficinas Terapeutas
- Servicios Sanitarios
- Área de Hidroterapia, con acabados superficiales especiales para condiciones húmedas, impermeables y antideslizantes, tinas o piscinas temperadas entre 20 °C y 35 °C. 6.2.4 Área para Gimnasio, con pisos especiales para este propósito, lavables, con sistema de absorción de impacto, deflexión máxima de 1.0 cm.
- Sala de tratamiento General a razón de 2 m2 por usuario.
- Cubículos de Tratamiento Individual, con área mínima de 4 m2 por paciente.
- Área de Bodega, para aparatos de terapia.



EQUIPO BÁSICO

- Barras paralelas.
- Poleas.
- Espejo de cuerpo entero pegado pared.
- Juego de pesas (sacos con arena).

F260.

ESPACIO FÍSICO Y EQUIPO BÁSICO. (Manual de Normas para la Habilitación de Establecimientos que Brindan Atención en Centros para Personas con Discapacidad, 2005). (Oficializa Manual de Normas para la Habilitación de Hospitales Generales y Servicios Especiales, 2018)

TERAPIA FÍSICA

ESPACIO FÍSICO

- Un área para lavado de material e instrumentos con una pila de acero inoxidable, exclusiva para este propósito.
- Se deberá proveer un espacio con casilleros para servir al menos el 15% de los usuarios / 1,0 m2 x persona.
- Se deberán tener espejos de altura total de cuerpo, por lo menos en una de las paredes del área.
- Los pisos en las áreas de electroterapia serán conductivos y antibacterianos.
- Los accesorios de metal que se usen deberán ser de superficie con acabado pulido para facilitar su limpieza.
- La circulación de aire deberá garantizar al menos 8 cambios del volumen total por hora.
- Ventilación
- Iluminación natural
- Colores Cálidos



F261.

ESPACIO FÍSICO Y EQUIPO BÁSICO. (Manual de Normas para la Habilitación de Establecimientos que Brindan Atención en Centros para Personas con Discapacidad, 2005).
(Oficializa Manual de Normas para la Habilitación de Hospitales Generales y Servicios Especiales, 2018)

CONSULTORIO PSICOLÓGICO

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

El consultorio psicológico es un espacio destinado a prácticas profesionales para el servicio de intervención psicológica de forma individual o grupal. Un espacio estimulante que facilite al profesional interconectar con los pacientes y brindar una terapia optima orientado a mejorar la calidad de

ESPACIO FÍSICO

- Un área de 6m2 y 2.4m de alto
- Sala de espera, para pacientes y acompañantes, 0,7 m2 por persona.
- Ley 7600
- Espacio privado para atención de los usuarios
- Mobiliario ergonómico
- Presencia de luz natural
- Olores relajantes
- Espacio para musicoterapia
- Colores claros y fríos
- Ventilación
- Elementos naturales



F262.

EQUIPO BÁSICO

- Lavamanos de cerámica vitrificada de 20” x 18”, agua fría y caliente
- Jabonera cromada con dispensador para jabón líquido
- Dispensador de toallas de papel
- Escritorio metálico de 2 cajones
- Archivador metálico de 4 gavetas
- Armario metálico de dos puertas
- Papelera metálica
- Silla metálica apilable
- Percha metálica de pared de 4 ganchos
- Silla metálica confortable giratoria rodable
- Mesa de comedor para 4 personas
- Silla para mesa de comedor
- Pizarra acrílica con soporte metálico
- Computadora personal
- Impresora
- Teléfono de mesa

ESPACIO FÍSICO Y EQUIPO BÁSICO. (Manual de Normas para la Habilitación de Establecimientos que Brindan Atención en Centros para Personas con Discapacidad, 2005).
(Oficializa Manual de Normas para la Habilitación de Hospitales Generales y Servicios Especiales, 2018)

2.4 REQUISITOS TÉCNICOS DE ÁREAS

MEDICINA INTEGRATIVA

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

En muchos casos, un solo especialista empleará múltiples terapias alternativas en la misma consulta. Además, colaboran frecuentemente con otras consultoría y comparten espacio de oficina. Como resultado, es eficaz realizar un diseño genérico de consultoría únicamente para realizar un tipo específico de terapia con el fin de ser contraproducente para la infraestructura

ESPACIO FÍSICO

- Un área de 6m2 y 2.4m de alto
- Sala de espera, para pacientes y acompañantes, 0,7 m2 por persona.
- Ley 7600
- Luz natural
- Ventilación
- Confort térmico
- Colores fríos

Basado en los análisis previos de la medicina alternativa y su distribución en planta. El espacio está separado en dos secciones: una para el interrogatorio, que contiene un escritorio y asientos, y otra para la investigación del paciente, que incluye una camilla. La consulta de medicina integrada es bastante similar a una consulta típica en la que se realiza un diagnóstico integral del paciente y se administra la terapia adecuada



EQUIPO BÁSICO

- Jabonera cromada con dispensador para jabón líquido
- Lavamanos de cerámica vitrificada de 20” x 18”, agua fría y caliente
- Toallero de gancho cromado
- Secador eléctrico automático para manos
- Mesa metálica rodable para múltiples usos, acero inoxidable
- Cortina con tubo
- Escritorio metálico de 2 cajones de 100 x 60 cm
- Unidad de computadora personal
- Impresora
- Teléfono de mesa
- Papelera metálica
- Silla metálica apilable
- Mesa (diván) para exámenes y curaciones
- Lámpara de reconocimiento con cuello de ganso
- Balanza mecánica con tallímetro – adulto
- Bote Sanitario con pedal

F263.

ESPACIO FÍSICO Y EQUIPO BÁSICO. (Manual de Normas para la Habilitación de Establecimientos que Brindan Atención en Centros para Personas con Discapacidad, 2005). (Oficializa Manual de Normas para la Habilitación de Hospitales Generales y Servicios Especiales, 2018)

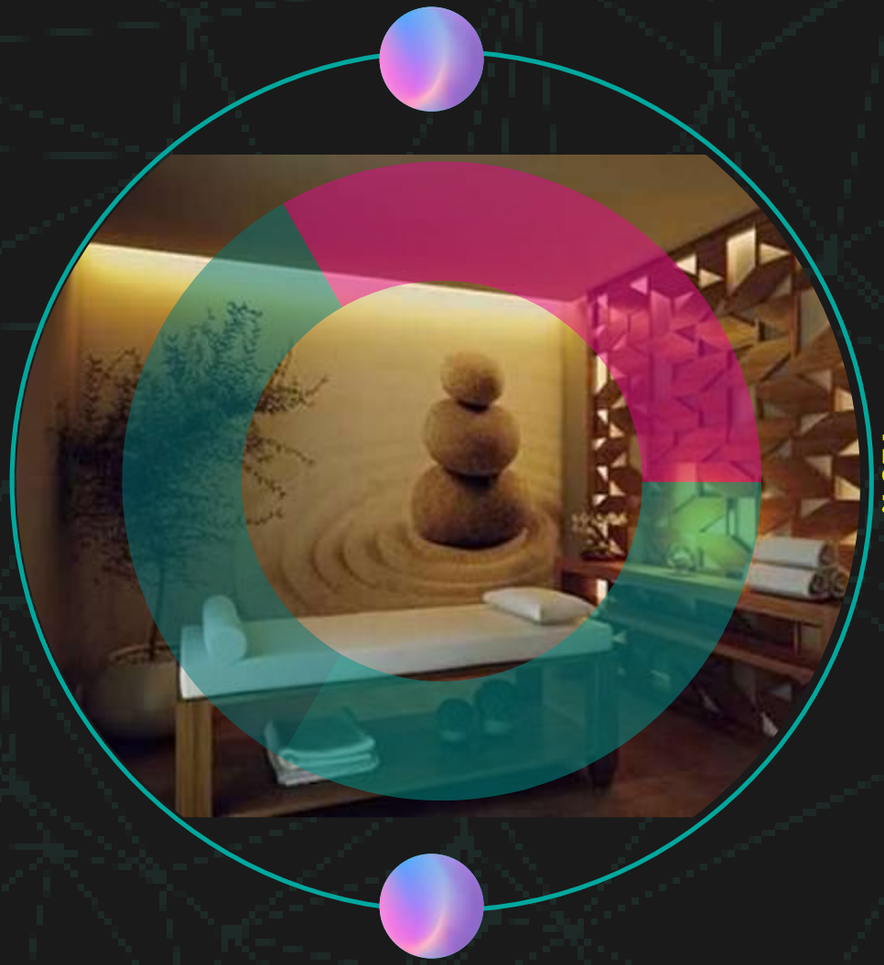
2.4 REQUISITOS TÉCNICOS DE ÁREAS

TERAPIAS COMPLEMENTARIAS

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

Apoyado a previos estudios realizados en planteamientos del espacio para Medicina Holística. En función de sus necesidades de espacio, los tratamientos complementarios se pueden clasificar en grupos según su afinidad y campo de tratamiento de acuerdo con el cuerpo físico, a la estimulación mental y a la conexión espiritual.

Estos espacios se pueden clasificar de la siguiente manera: Kinesis, Estímulo, depuración, Equilibrio, Liberación.



F264.

KINESIS



ICONO 99.

ESTÍMULO



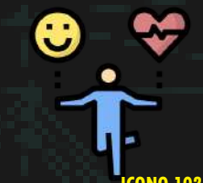
ICONO 100.

DEPURACIÓN



ICONO 101.

EQUILIBRIO



ICONO 102.

LIBERACIÓN



ICONO 103.

TERAPIAS COMPLEMENTARIAS. Bustamante, L. (2013). Hospital Holístico General Urbano Local. [Licenciatura en Arquitectura, Universidad Latina de Costa rica]. Archivo digital. https://issuu.com/leonorabustamantesauma/docs/tesis_hospital_hol__stico_leonora

Fuente: Elaboración propia.

2.4 REQUISITOS TÉCNICOS DE ÁREAS

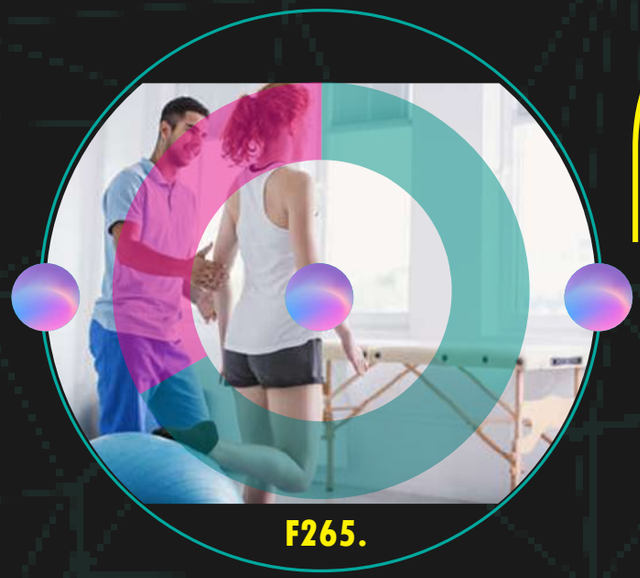
KINESIS

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

La kinesiología, es la diciplina medica que estudia el movimiento del cuerpo humano, que determina posibles trastornos, mediante la manipulación de los músculos. En términos de Medicina Complementaria, abarca la fisioterapia, el ejercicio, la rehabilitación y la estimulación. Algunas de estas terapias se pueden realizar en clínicas, pero lo ideal es disponer de un área con todo el equipamiento necesario.

ESPACIO FÍSICO

- Consultorios con un área mínima de 6m2 y 2.4m de alto
- Ley 7600
- Luz natural
- Ventilación natural o artificial
- Confort térmico
- Colores cálidos y estimulantes
- Elementos naturales
- Materiales naturales
- Pisos antideslizantes



F265.

TERAPIAS

En el espacio físico se incluye un gimnasio integral con área de máquinas, sala entrenamiento grupal. Así mismo, en el área de Hidroterapia, se requiere equipo especial y una piscina de corriente para natación y actividades grupales.

EQUIPO BÁSICO

1. Gimnasio
   - Pared de escalar
   - Pesas de distintos tipos
   - Bicicletas
   - Caminadoras
   - Escaladoras
   - Estación multiuso
   - Salón de ejercicios grupales con espejo
   - Equipos de fisioterapia
2. Hidroterapia
   - Piscina con corriente y equipamiento para hidroterapia
   - Jacuzzi
   - Camillas de hidroterapia (ducha Vichy u manqueras)
   - Duchas terapéuticas (suiza, escosesa)
   - Cuartos de tinas (tina Hubbard, Tina Harmony, Flotacion seca, masaje bajo el agua, tracción bajo el agua, irrigación de colon)
   - Piscina con equipo de hidroterapia
   - Jacuzzi
   - Camas de hidroterapia (Ducha Vichy)
   - Duchas terapéuticas (Suiza, Escocesa)
   - Baños relajantes (Tina Hubbard, Tina Harmony, Flotación en seco, Masaje subacuático, Tracción subacuática, Irrigación colónica)

TERAPIAS COMPLEMENTARIAS. Bustamante, L. (2013). Hospital Holístico General Urbano Local. [Licenciatura en Arquitectura, Universidad Latina de Costa rica]. Archivo digital. https://issuu.com/leonorabustamantesauma/docs/tesis_hospital_hol__stico_leonora

Fuente: Elaboración propia.

2.4 REQUISITOS TÉCNICOS DE ÁREAS

ESTIMULO

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

El área de Estimulación es un ambiente pacífico y tranquilo libre de sonidos que perturben los sentidos. Al contrario, se busca la estimulación de estos, para el bienestar, el equilibrio y la armonía.

ESPACIO FÍSICO

- Un área de 6m2 y 2.4m de alto
- Luz natural
- Ventilación
- Confort térmico
- Confort acústico
- Colores fríos y estimulantes
- Elementos naturales
- Visuales naturales
- Materiales naturales

Es primordial una planta libre sin obstáculos, permitiendo el más mínimo mobiliario para sus diferentes actividades. La privacidad es primordial, así mismo, se debe garantizar un espacio libre de ruido, con sistemas aislantes que permitan un espacio armónico.

Cada cubículo incluirá una camilla de masajes, así como el equipo de terapeuta requerido.



F266.

TERAPIAS

EQUIPO BÁSICO

- Camilla de masaje
- Estantería
- Equipo de aromaterapia
- Equipo de musicoterapia
- Equipos para lodo, cera, aceites.
- Equipo de electro acupuntura, terapia magnética, de ozono o neuromuscular.
- Taburete giratorio
- Escalinata de los peldaños
- Lavamanos

TERAPIAS COMPLEMENTARIAS. Bustamante, L. (2013). Hospital Holístico General Urbano Local. [Licenciatura en Arquitectura, Universidad Latina de Costa rica]. Archivo digital. https://issuu.com/leonorabustamantesauma/docs/tesis_hospital_hol__stico_leonora

Fuente: Elaboración propia.

2.4 REQUISITOS TÉCNICOS DE ÁREAS

DEPURACIÓN

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

Las terapias que operan en gran medida con la energía y el cuerpo físico se incluyen en la categoría de purificación. Para ello es necesario un lugar de consulta diferenciado, que permita desarrollar una conexión espiritual a través del contacto directo con la naturaleza.

ESPACIO FÍSICO

- Un área de 6m2 y 2.4m de alto
- Luz natural
- Ventilación natural o artificial
- Confort térmico
- Colores fríos
- Elementos naturales
- Contacto con lo natural

Los consultorios están acondicionados de manera similar a los que se ven en medicina integrativa, con un espacio de consulta y un área de tratamiento. La camilla, un asiento a medida o un cojín en el suelo se convierte en el lugar del trato más agradable que se pueda concebir en este escenario.



F267.

TERAPIAS

EQUIPO BÁSICO

- Lavamanos
- Dispensador de jabón líquido
- Bote sanitario con pedal
- Camilla de tratamiento, sillón a la medida
- Escalinata con dos peldaños
- Equipos según la terapia
- Vitrina de instrumental y material estéril
- Escritorio
- Sillas
- Estación de computo
- Papelera
- Teléfono
- Vitrina de instrumental y material estéril

TERAPIAS COMPLEMENTARIAS. Bustamante, L. (2013). Hospital Holístico General Urbano Local. [Licenciatura en Arquitectura, Universidad Latina de Costa rica]. Archivo digital. https://issuu.com/leonorabustamantesauma/docs/tesis_hospital_hol__stico_leonora

Fuente: Elaboración propia.

2.4 REQUISITOS TÉCNICOS DE ÁREAS

EQUILIBRIO

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

Las áreas de equilibrio se centran en las acciones del cuerpo humano y el reequilibrio de su postura. A pesar de que requieren un espacio equiparable al de los masajes, es sustancial un espacio especializado para minimizar el ruino interior.

ESPACIO FÍSICO

- Un área de 6m2 y 2.4m de alto
- Sala de espera, para pacientes y acompañantes, 0,7 m2 por persona.
- Ley 7600
- Luz natural
- Ventilación
- Confort térmico
- Colores cálidos y estimulantes

El área está dividida en consultas similares a las que se utilizan para la depuración, pero con un equipo de función espinal. Una región de exploración inicial es necesaria para el diagnóstico del paciente; por lo tanto, se realiza un segundo diagnóstico después de un período de tiempo para garantizar la exactitud del diagnóstico. Finalmente, durante el período de transición, es necesaria una sala de espera para los usuarios.



F268.

TERAPIAS

EQUIPO BÁSICO

- Lavamanos
- Dispensador de jabón líquido
- Bote sanitario con pedal
- Camilla de tratamiento, sillón a la medida
- Escalinata con dos peldaños
- Equipos según la terapia
- Vitrina de instrumental y material estéril
- Escritorio
- Sillas
- Estación de cómputo
- Papelera
- Teléfono
- Vitrina de instrumental y material estéril
- Mobiliario ergonómico

TERAPIAS COMPLEMENTARIAS. Bustamante, L. (2013). Hospital Holístico General Urbano Local. [Licenciatura en Arquitectura, Universidad Latina de Costa rica]. Archivo digital. https://issuu.com/leonorabustamantesauma/docs/tesis_hospital_hol__stico_leonora

Fuente: Elaboración propia.

2.4 REQUISITOS TÉCNICOS DE ÁREAS

LIBERACIÓN

DESCRIPCIÓN DE ÁREA

Estos lugares pueden ser tanto al aire libre como dentro de la estructura, con el objetivo de establecer una relación estrecha con la naturaleza y el medio ambiente a través de la autoconciencia. La zona de liberación está formada por terrazas o espacios abiertos donde se pueden practicar actividades de meditación en grupo o individuales.

ESPACIO FÍSICO

- Luz natural
- Ventilación natural
- Confort térmico
- Colores cálidos y estimulantes
- Elementos naturales
- Materiales naturales
- Visuales naturales
- Senderos texturizados
- Ley 7600



F269

EQUIPO BÁSICO

- Máquinas de pilates
- Telas para yoga aérea
- Colchonetas
- Cojines
- Equipo de musicoterapia
- Equipo de aromaterapia

EL espacio será dedicado solo a la meditación. Las terrazas en varios niveles de las estructuras, los gimnasios, los patios o jardines, los paseos, los lugares de observación del paisaje y los senderos de reflexología tanto en el interior como en el exterior son parte del espacio físico.

TERAPIAS

Los espacios de meditación deben de estar pensados en mitigar la interferencia de los usuarios a diferentes actividades, ya sea individuales o grupales. Por lo tanto, un espacio dedicado a la meditación debe ser analizado con parámetros sensoriales que estimule al usuario a un estado de relajación profunda.

TERAPIAS COMPLEMENTARIAS. Bustamante, L. (2013). Hospital Holístico General Urbano Local. [Licenciatura en Arquitectura, Universidad Latina de Costa rica]. Archivo digital. https://issuu.com/leonorabustamantesauma/docs/tesis_hospital_hol___stico_leonora

Fuente: Elaboración propia.

SITIO

3

CAPÍTULO



F270.

“No puedes simplemente poner algo nuevo en un lugar. Tienes que absorber lo que ves a tu alrededor, lo que existe sobre la tierra, y luego utilizarlo, junto con el pensamiento contemporáneo, para interpretar lo que ves”.

Tadao Ando



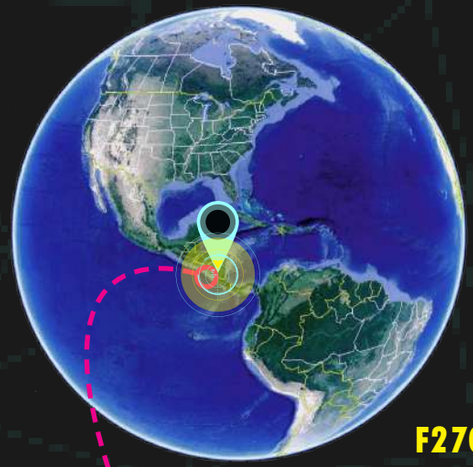
ICONO 19.

- Analizar las características del sitio a nivel físico, espacial y climático, para la integración del proyecto en su entorno.

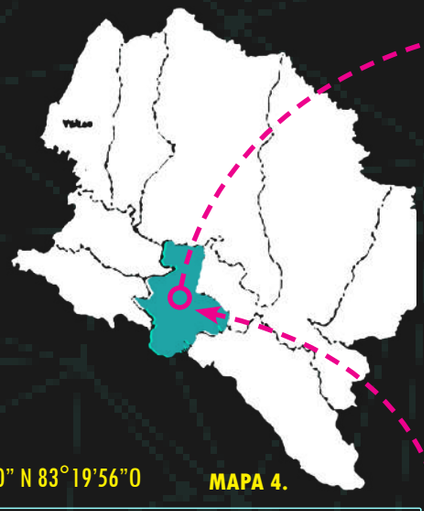
Para poder llevar a cabo una infraestructura ideal, que logre cumplir sus funciones, es indispensable analizar el sitio de estudio, para utilizar de manera más adecuada las características físicas, ambientales y topográficas a favor de una estructura adaptada, funcional y ecológica.

3.1 UBICACIÓN GEOGRÁFICA

1 CENTROAMÉRICA



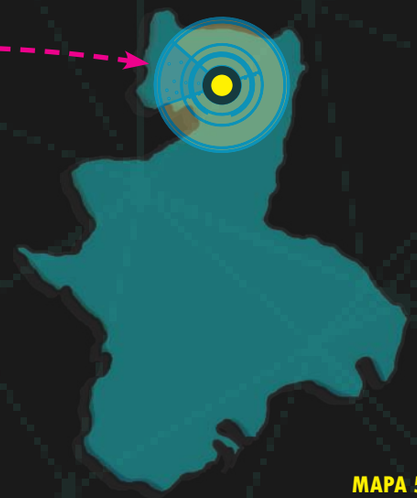
F270.



9°10'00" N 83°19'56"O

MAPA 4.

4 CANTÓN # 3 BUENOS AIRES



MAPA 5.

DISTRITO #4 BORUCA

COORDENADAS
9°00'53" N 83° 19' 23"O
SUPERFICIE
125,02 KM2
ALTITUD
452 Y 550 M.S.N.M
POBLACIÓN
3287 HAB.
DENSIDAD
26,29 HAB/KM2



MAPA 2.

9°56'0" N 84°5' 00"O

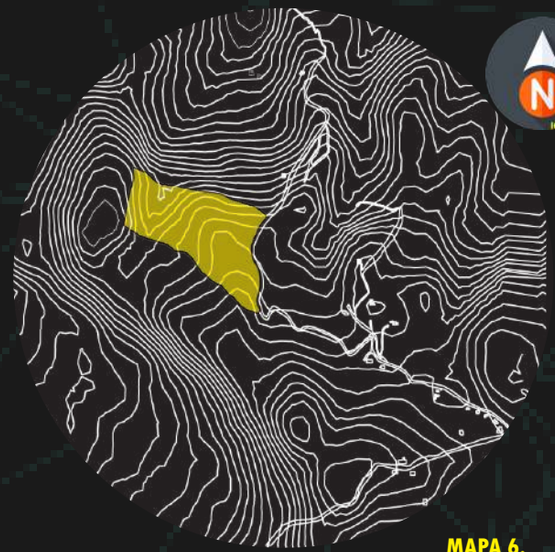
2 PAÍS COSTA RICA



MAPA 3.

9°58'00" N 84°50'00"O

3 PROVINCIA #6 PUNTARENAS



MAPA 6.

5 SECTOR DE ESTUDIO

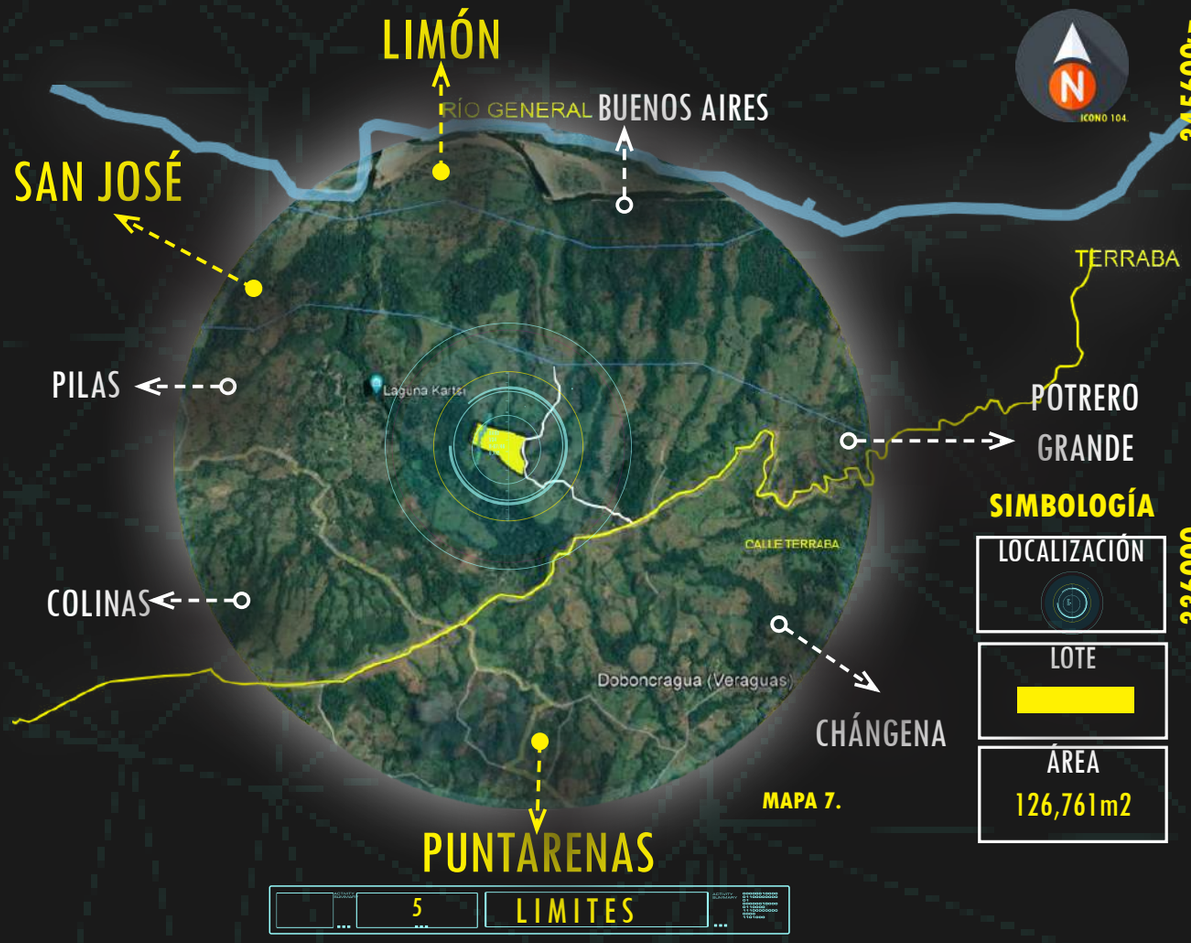
ICONO 104

SIMBOLOGÍA

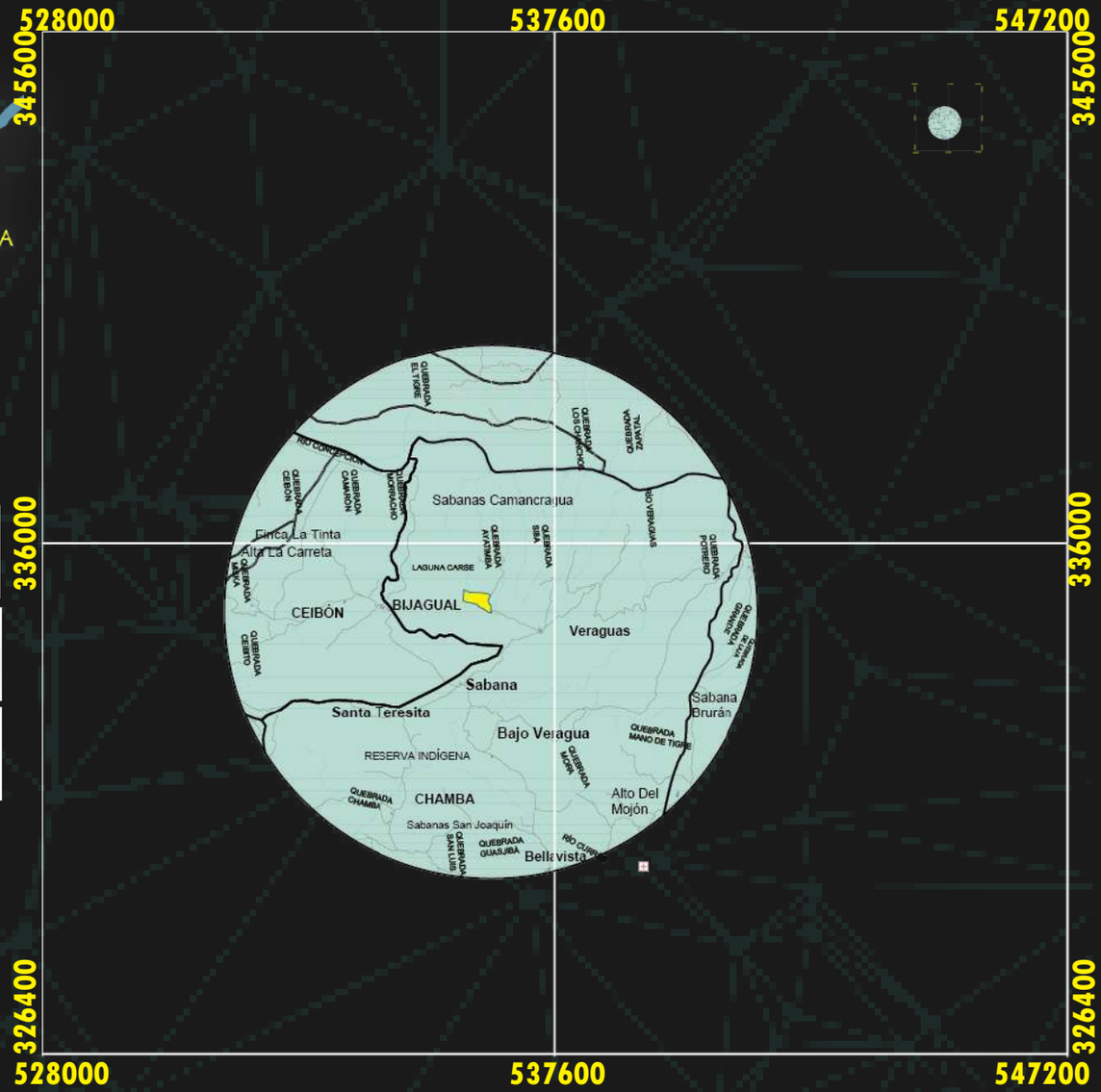
LOCALIZACIÓN DEL LOTE
LOTE
ÁREA
126,761m2 aprox.
COORDENADAS
9.062561, -83.335977

3.1 UBICACIÓN GEOGRÁFICA

3.1.1 LIMITES GEOGRÁFICOS



MAPA 7.



MAPA 8.

El Resguardo Indígena Boruca está ubicado en la provincia de Puntarenas, en el cantón de Buenos Aires. Los asentamientos humanos están ubicados a una altura de 575 metros sobre el nivel del mar, a los 09.00123 N y 83.19423 W, grados decimales. La zona sureste de la reserva está compuesta de pastizales degradados que se convierten en áreas con baja diversidad de especies, mientras que el oeste, son áreas con mayores pendientes y ondulaciones, rodeadas de bosque que albergan una gran variedad de especies.

3.1 UBICACIÓN GEOGRÁFICA

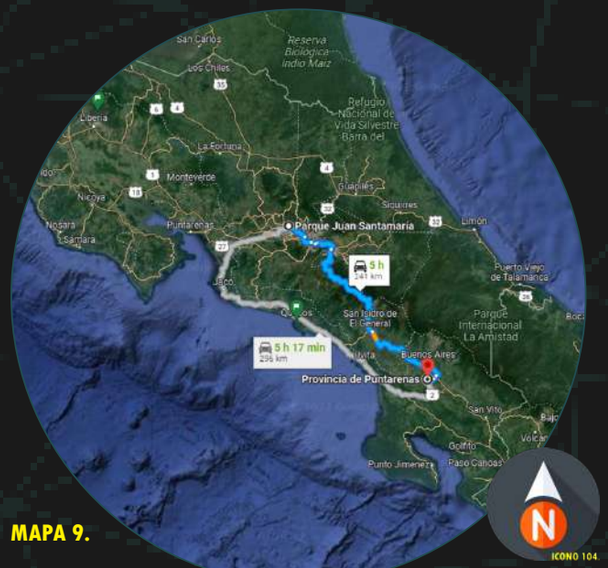
3.1.2 INDICACIONES

SIMBOLOGÍA

LOCALIZACIÓN DEL LOTE

RECORRIDO EN AUTO
241km

TIEMPO DE RECORRIDO
5HORAS



MAPA 9.

MAPA DE DISTANCIA AEROPUERTO JUAN SANTAMARÍA A TERRENO DE ESTUDIO.

Fuente: Google maps.

SIMBOLOGÍA

LOCALIZACIÓN DEL LOTE

RECORRIDO EN AUTO
219km

TIEMPO DE RECORRIDO
4HORAS 32MIN



MAPA 10.

MAPA DE DISTANCIA DE LA CAPITAL SAN JOSÉ A TERRENO DE ESTUDIO.

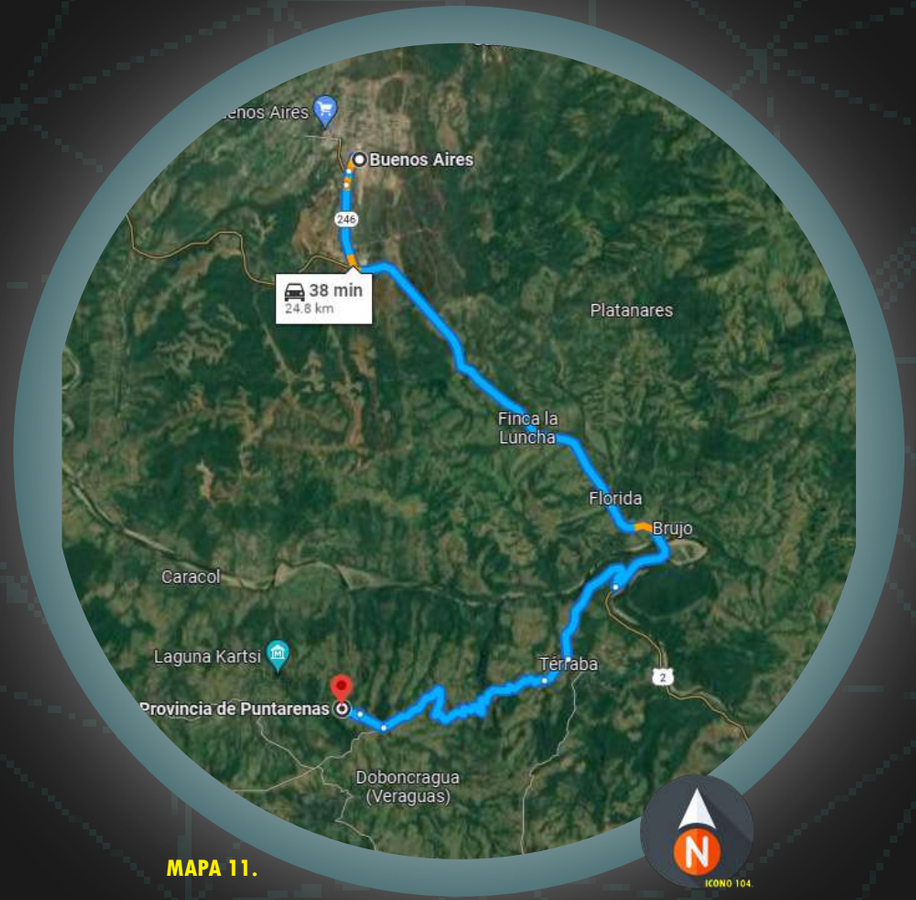
Fuente: Google maps.

SIMBOLOGÍA

LOCALIZACIÓN DEL LOTE

RECORRIDO EN AUTO
24.8km

TIEMPO DE RECORRIDO
38MIN



MAPA 11.

MAPA DE DISTANCIA DEL CANTÓN BUENOS AIRES AL TERRENO DE ESTUDIO.

Fuente: Google maps.

Para comprender la localización del lote más exacta, y la distancia de recorrido de los usuarios, se analizaron varias rutas desde la capital de Costa Rica , siendo la ruta sobre la carretera internacional sur la más cercana, con una duración de 4horas y 32 minutos, así mismo, siendo la ruta más cercana desde el aeropuerto Juan Santamaría, como punto estratégico de llegada de usuarios internacionales. Al igual, se toma en cuenta a usuarios directos, desde el centro del cantón de Buenos Aires, con una distancia de 24.8km.

3.2 CARACTERÍSTICAS FÍSICO ESPACIALES

3.2.1 ANÁLISIS EDÁFICO



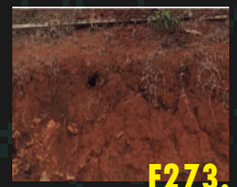
Nota. Mapa de suelos Ultisoles, con un área aproximado de 23 648, 66 km2, equivalente a 45,81% del país.
Fuente: Tomada de Suelos de Costa Rica orden ultisol. [Fotografía] Instituto nacional de innovación y transferencia en tecnología agropecuaria. (Inta-CR). http://www.mag.go.cr/bibliotecavirtual/Av-1604.PDF

MAPA 12.

Nota. Suelos del sector de estudio.
Fuente: Propia.


F271.


F272.


F273.

ZONA SÍSMICA: IV

Zona sísmica según, provincia, cantón y distrito.

(Se da por el Código Sismico de Costa rica-2010)

El tipo de suelo encontrado en el área de estudio corresponde a Ultisoles; es uno de los más antiguos del país, y suele encontrarse en lugares muy húmedos, donde además hay precipitaciones constantes, lo que provoca lavados bases. La deshidratación o lixiviación del hierro (Fe) provoca el color, lo que da como resultado tonalidades rojas o rojizas. Cuando el suelo está hidratado, también podemos encontrar coloraciones pardas y amarillentas.

Actualmente en estos suelos se desarrollan actividades agrícolas como piña, raíces y tubérculos, cítricos, mango, palmito y caña de azúcar.

PROPIEDADES QUÍMICAS

- Los distingue un horizonte argílico. (Es un horizonte superficial con un mayor porcentaje de arcillas filosilicatadas que el material del suelo subyacente).
- Son suelos ácidos debido al alto contenido de aluminio extraíble.
- Debido a la alternancia de periodos sequedad y de humedad en el suelo, pueden causar efectos tóxicos en las plantas, que se producen por disolución y precipitación.
- Debido a que tienen menos del 35 por ciento de saturación de bases, se caracterizan como más meteorizados y bajos en bases que los Alfisoles.

PROPIEDADES FÍSICAS

- Son suelos profundos, bien desarrollados, con transición difusa entre horizontes que se dan en relieves que van desde algo ondulados hasta fuertemente ondulados.
- Tienen texturas finas a extremadamente finas, similares a las arcillas.
- Tienen una estructura fuerte que permite un drenaje interno adecuado y contienen arcillas 1:1 (principalmente caolinita), así como óxidos de hierro (Fe) y aluminio (Al).



F274.

De acuerdo, a la zona sísmica se determina que el suelo es arcilloso, de consistencia medianamente rígida, y de poca densidad. Para obtar por una estructura favorable, es ideal pensar en losa de cimentación, placas aisladas y el uso de pedestales sobre pilotes para llegar a un suelo firme.


F275.

SUELOS DE COSTA RICA ORDEN ULTISOL. Inta-Costa Rica.
Fuente: http://www.mag.go.cr/bibliotecavirtual/Av-1604.PDF

3.2 CARACTERÍSTICAS FÍSICO ESPACIALES

3.2.2 ANÁLISIS HIDROLÓGICO



Nota. Altitud de la cuenca del Río Térraba. **F276.**

Fuente: http://cglobal.imn.ac.cr/documentos/publicaciones/EstudioCuencas/EstudioCuencasHidrografi-casCR.pdf

Buenos Aires, de Puntarenas se establece con un valor de área de 2.353,56 km2, junto con un perímetro de 281,45m, dentro de la cuenca del río Grande Térraba. Con forme el modelo, la mayor parte de la cuenca se encuentra en elevaciones medias altas desde los 900 m.s.n.m, sin embargo dentro de la cuenca en Buenos Aires, presentan elevaciones que logran llegar hasta los 3.820 m.s.n.m. siendo así al punto más alto del país.



Nota. Hidrográfica de la cuenca del Río Térraba. **F277.**

Fuente:http://cglobal.imn.ac.cr/documentos/publicaciones/EstudioCuencas/EstudioCuencasHidrograficasCR.pdf

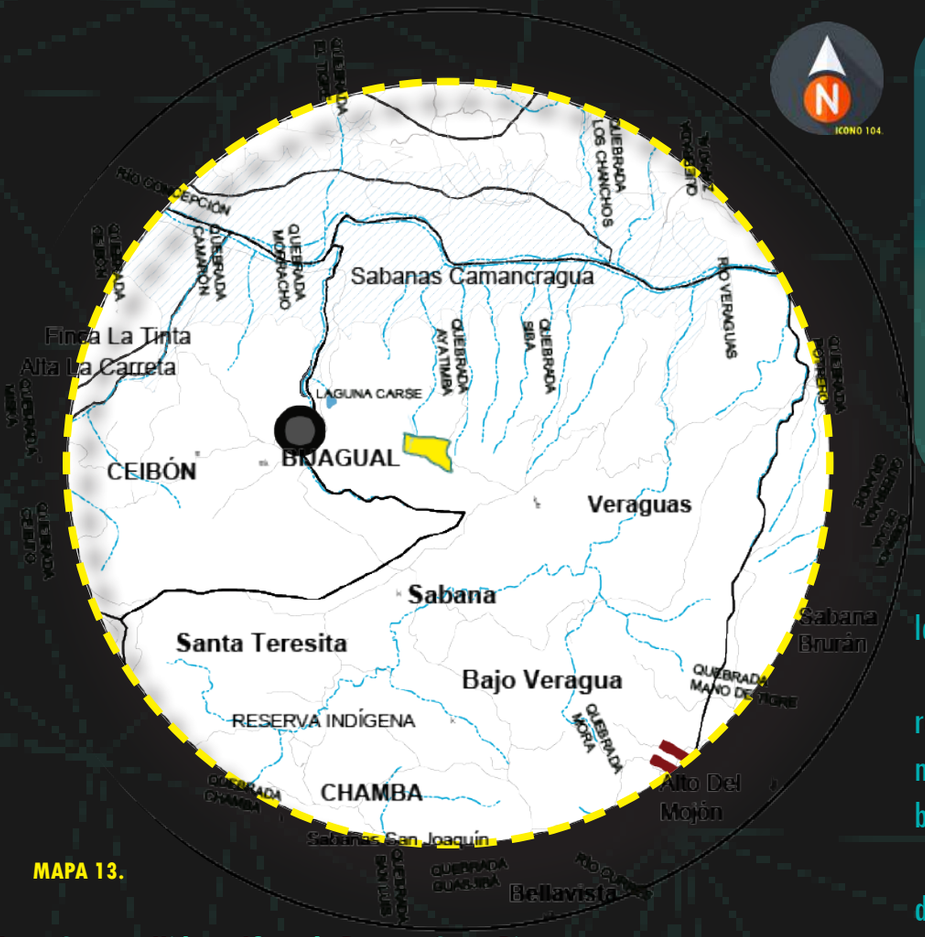
Los cursos del agua de la cuenca, presentan un rumbo el cual va de este a oeste y de sureste a noroeste. Los principales causes de los ríos que forman parte del río Grande de Térraba se muestran en el mapa superior, el cual representa la irrigación por los ríos Shoabrá y Caño Bravo, naciendo en las filas Sankraua, Coquito y Huacas.

En términos generales, la cuenca Térraba muestra una geología de rocas sedimentarias del Paleoceno-Eoceno y marino someras, en la parte alta. En relación, se encuentra rocas formadas a partir de magma, rocas volcánicas y piroclásticas del Mioceno.

Fuente: Estudio de Cuencas Hidrográficas de Costa Rica

3.2 CARACTERÍSTICAS FÍSICO ESPACIALES

3.2.2 ANÁLISIS HIDROLÓGICO



MAPA 13.

Nota. Cuencas Hidrográficas de Boruca, Costa Rica.

Fuente: Elaboración propia.

*Mapa construido con base a el **Mapa de Valores de Terrenos por Zonas Homogéneas, (2016).**

SIMBOLOGÍA

LOTE	LIMITE DE DISTRITO	VÍAS
LAGUNA KARTSI	EMBALSE	HIDROGRAFÍA

Fuente: Inventario de los Humedales de Costa rica.
Fuente: Prospección región de Diquis, Cantón de Buenos aires.
Fuente: Estudio de cuencas Hidrográficas de Costa Rica.

El cantón de Buenos Aires es regado por varios ríos, quebradas y arroyos, lo que permite la formación de microclimas y una notable diversidad de fauna en su zona. El Río Grande Térraba, localizado al norte del sector de estudio, es el río más caudaloso y largo de la vertiente del Pacífico costarricense, es el encargado de llevar toda esa agua al Océano Pacífico. Sus principales afluentes son el río General y el Coto Brus, que se unen cerca de Paso Real para formar el Río Grande Térraba. Durante la temporada de lluvias, el cantón se convierte en una zona de posible inundación debido a la misma vía tributaria, las fuertes lluvias y el tipo de vías existentes, sin embargo debido a la altura sobre el nivel de mar y la distancia de dos mil metros al terreno, este no se ve afectado por el embalse o por por posibles inundaciones.

LAGUNA KARTSI

Es una laguna de agua dulce de 1,5 hectáreas aproximadamente, localizada a 2 Km al oeste del terreno, en la zona de vida de Bosque húmedo Tropical, drenada por la quebrada Moracho.

Se encuentra en una ruptura de pendiente, en una especie de terraza de la quebrada mencionada. Sus alrededores han sido deforestados y se encuentran cubiertos de áreas de repasto muy extensivo, aunque la laguna misma se encuentra cubierta en parte por lirio de agua, en ella se encuentran peces de la especie conocida como barbudos y se observan aves durante todo el año.

Las comunidades de la zona, Bija-gual, Ceibón y Doboncragua, son las más cercanas a la laguna, todas dentro de la Reserva Indígena Térraba-Boruca. A 1.000 metros al norte de la laguna, se encuentran las Sabanas Camancragua donde hay un pequeño caserío, de camino rústico que lleva al río General.

Debido a estas masas de agua, las zonas se ven influenciadas y beneficiadas para las actividades agrícolas de frijoles, maíz, arroz y la ganadería. Este humedal ha brindado beneficios como recreación en balsas, pesca y áreas para ganadería y agricultura.

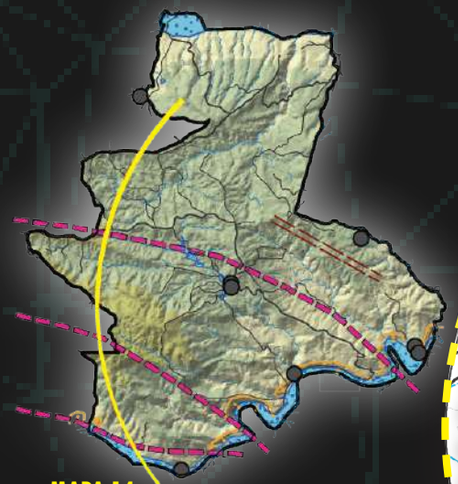
No obstante, el avance de la frontera agrícola, la contaminación de agroquímicos y la fragmentación como hábitat, son las principales actividades que amenazan la conservación de esta laguna.

Fuente: Mapa de Valores de Terrenos por Zonas Homogéneas, (2016).

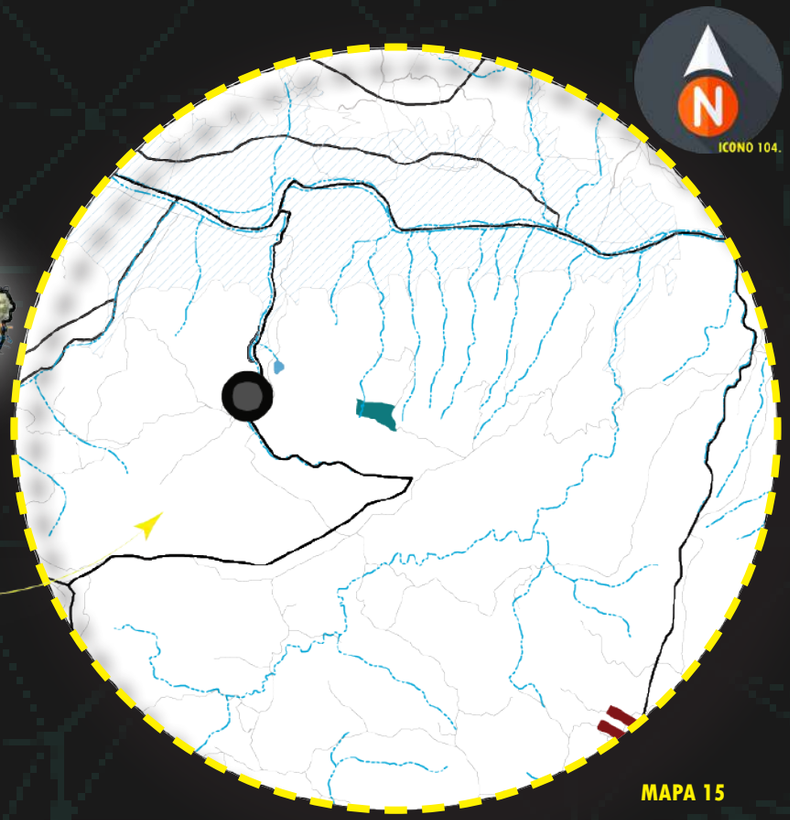
3.3 RIESGOS Y AMENAZAS DE DESASTRES NATURALES

SIMBOLOGÍA

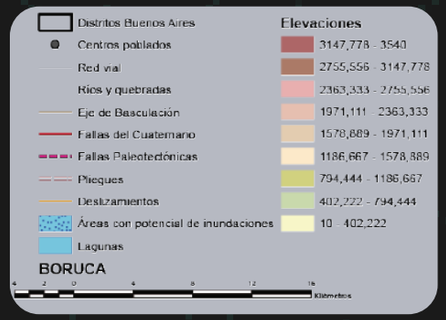
- RADIO DE ESTUDIO 5km
- LOTE
- LAGUNA KARTSI
- LIMITE DE DISTRITO
- EMBALSE
- PREDIOS
- HIDROGRAFÍA
- VÍAS



MAPA 14.



MAPA 15



Nota. MAPA DE AMENAZAS Y PELIGROS NATURALES DEL CANTÓN DE BUENOS AIRES.

Fuente: Elaboración propia.

*Mapa construido con base a **CNE- Mapa de Amenazas y Peligros Naturales del Cantón de Buenos Aires, (2016).**

AMENAZAS HIDROMETEOROLÓGICAS

La red fluvial del Cantón de Buenos Aires, cuenta con un grupo de ríos y quebradas bien definidas, compuesta del Rió Térraba que destaca en Boruca, como principal red de drenaje.

Debido al caos de las leyes que regulan el desarrollo urbano y forestal, ocurren inundaciones en áreas de planicies, donde el desorden de asentamientos en la cercanía de las red, y el deposito de desechos provocan el desbordamiento de las quebradas y ríos en la región.

Fuente: Comisión Nacional de Emergencias- Mapa de Amenazas y Peligros Naturales del Cantón de Buenos Aires, 2016.

AMENAZAS GEOLÓGICAS

Buenos Aires, se localiza en una región sísmica del Pacifico, con una alta recurrencia , debido el choque generado por las placas Coco-Caribe. Se caracterizan de este modo, por ser magnitudes altas, con profundidades mayores a 20 km epicentros fuera de los centros de población.

A pesar de ello, se recopila datos de los últimos sismos en las costas de Golfito, en el 2002, 1996, 1983. Por otro lado, existe fuentes sísmicas de importantes eventos en el 1983, sobre Pérez Zeledón, a unos 45 km de la ciudad de Buenos Aires.

Efectos geológicos de un sismo cerca del Cantón son:

1. Terrenos conformados por arenas
2. Suelos líquidos por vibraciones del terreno
3. Deslizamientos debido a pendientes del terreno, donde destaca varios poblados incluyendo al pueblo Boruca.
4. Asentamientos sobre rellenos mal compactos.
5. Daños a la infraestructura a causar de fracturas en el terreno.

DESLIZAMIENTOS

Las características propias del cantón de Buenos Aires, lo hacen inestable y vulnerable. Esto a causa de la inestabilidad de las laderas, ya que presentan una topografía particular donde las pendientes son mas abruptas. Tomando en cuenta los poblados, el área mas cercana afectada por estos deslizamientos es el poblado de Maíz de Boruca, a 14 km de distancia del terreno elegido. Ademas en términos generales, se presentan inestabilidad en suelos que han sido estropeados para cortes de caminos y aquellos rellenos de poco compacto.

Efectos de deslizamientos:

1. danos en viviendas, ganadería y cultivos.
2. Danos en varios caminos.
3. Flujos de lodos, afectando infraestructura en cercanías a ríos.

3.4 COMPONENTES DE DISEÑO URBANO

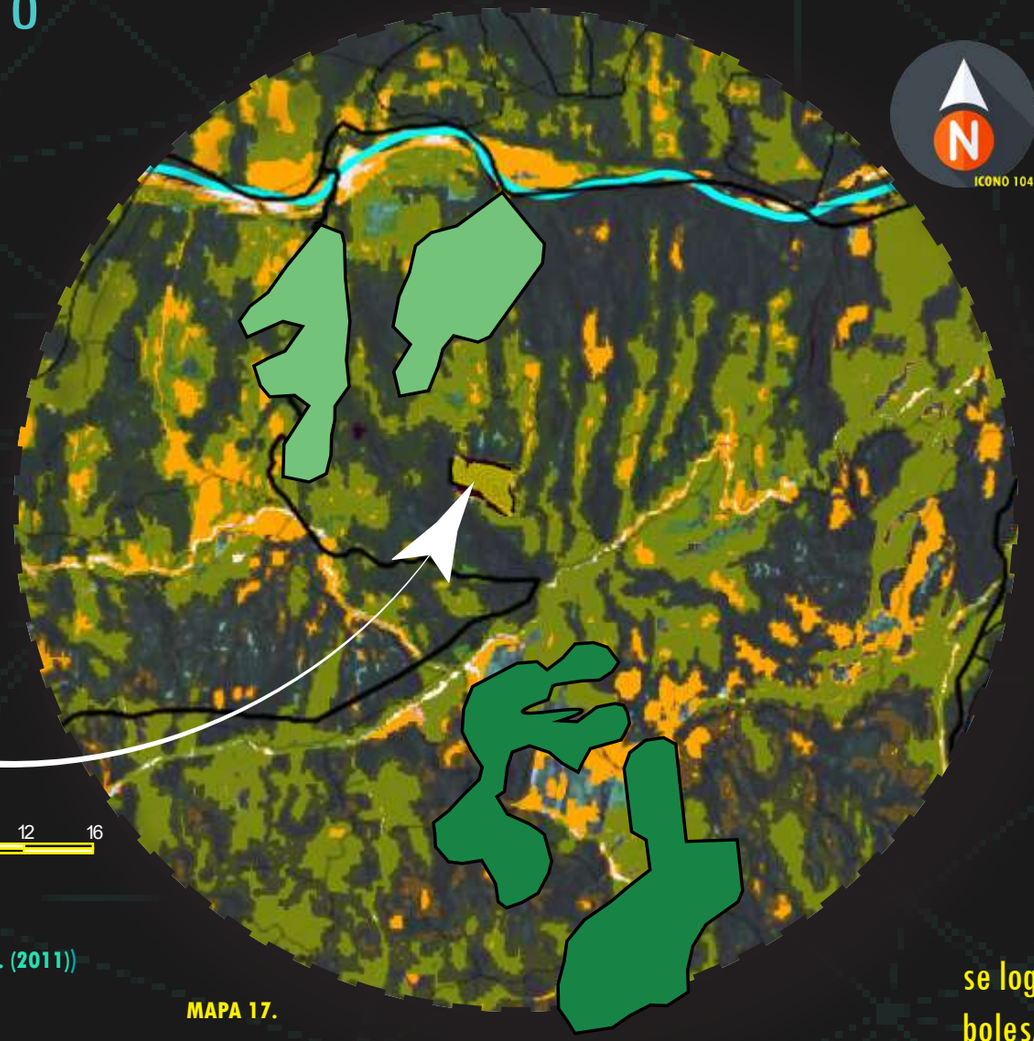
3.4.1 ANÁLISIS ECOLÓGICO

SIMBOLOGÍA

- RADIO DE ESTUDIO 5km
- LOTE
- ALTA VEGETACIÓN
- MEDIA VEGETACIÓN
- BAJA VEGETACIÓN
- LIMITE DE DISTRITO



MAPA 16.



MAPA 17.

Nota. MAPA DE COBERTURA VEGETAL EXISTENTE DE BORUCA, CR.

Fuente: Elaboración propia.

*Mapa construido con base a (Prospección región de Diquis, Cantón de Buenos aires. (2011))



F278.



F279.

Dentro del terreno de estudio, se logra identificar agrupaciones de arboles, arbustos y matorrales definidos como manglares, que corresponden a varias familias no relacionadas.

Se identifica la zona de estudio como un tipo de bosque intervenido, es decir, se trata de masas de arboles afectadas por asentamientos humanos para su aprovechamiento. Estos bosque representan las mismas características del bosque natural, pero con pequeñas áreas abiertas de intervención y deterioro del bosque para la realización de la agroforestería, ganadera , agricultura y de subsistencia.

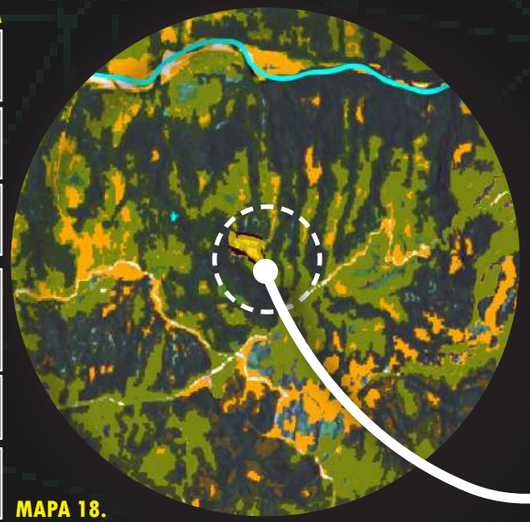
Fuente: Evaluación de los Recursos Forestales Mundiales 2010. Informe Nacional, CR.
Fuente: Prospección región de Diquis, Cantón de Buenos aires. (2011)

3.5 USO DE SUELOS

3.5.1 CONTROLES SOBRE EL DESARROLLO URBANO

SIMBOLOGÍA

- RADIO DE ESTUDIO 2km
- LOTE
- BOSQUES
- AGRÍCOLA/ AGROPECUARIA
- BAJA VEGETACIÓN
- VIVIENDA
- VÍAS DE TRAVESÍA

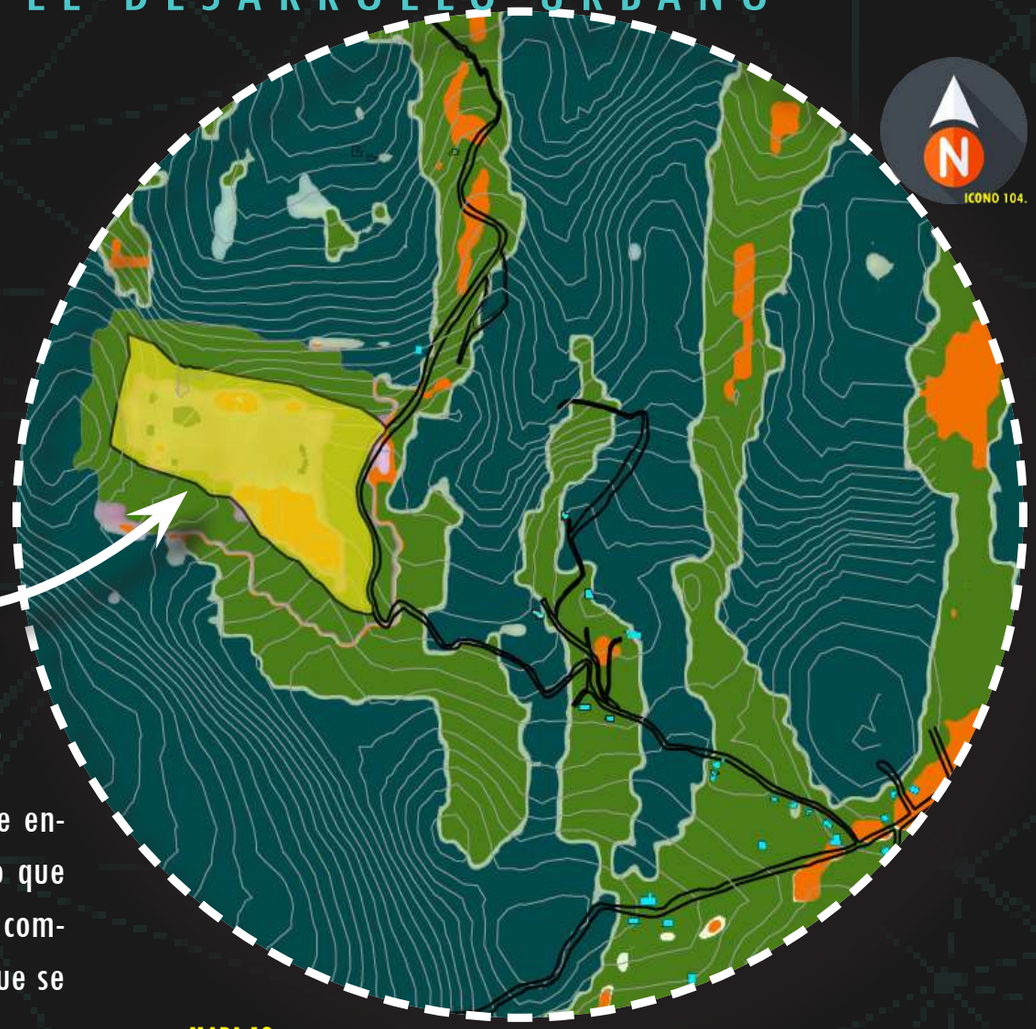


MAPA 18.

Nota. MAPA DE USO DE SUELOS DE BORUCA, CR.

Fuente: Elaboración propia.

*Mapa construido con base a el estudio de campo. (Google Earth)



MAPA 19.

Debido a ser un área rural, el uso de suelo en la Región Brunca responde a una demanda de actividades agrícolas y agropecuarias, ya que no cuenta con gran cantidad de espacio urbano. El uso de los recursos hídricos de cercanía al sitio, con condiciones optimas para almacenar agua y regular su aprovechamiento impulsa a la agricultura y la ganadería. El desarrollo productivo está basado en el modelo de cuencas que se proyecta con gran fuerza en la región, impulsando por medios sostenibles, de nula contaminación sónica y lumínica, que se consideran factores ambientales de beneficio al ser humano en la salud.

El uso de suelo en nuestro sector de estudio no se encuentra claramente definido por el gobierno local, por lo que es necesario un levantamiento oportuno, que nos permita comprender el área destinada a cada actividad en particular que se realiza en la zona.

Por consiguiente; tomando en consideración que el distrito Boruca esta considerado como una zona rural, aunado al trabajo de campo podemos indicar lo siguiente:

- El mayor asentamiento de viviendas de uso habitacional, se encuentras ubicadas en las cercanías a las vías que recorren el sector.
- Esta compuesta por su mayoría de zonas de densa vegetación, rodeado de bosques.
- Los pastizales degradados son de uso agrícola y de ganadería.

Fuente: Inventario de los Humedales de Costa rica.
Fuente: Prospección región de Diquis, Cantón de Buenos aires.
Fuente: Estudio de cuencas Hidrográficas de Costa Rica.

3.5 USO DE SUELOS

3.5.2 LLENOS Y VACÍOS

SIMBOLOGÍA

- RADIO DE ESTUDIO 2km
- LOTE
- BOSQUES
- VACÍOS
- LLENOS
- VÍAS DE TRAVESÍA



MAPA 20.



MAPA 21.

Al ser una zona rural en desarrollo, predomina el vacío. Las edificaciones cercas, al sureste del área de estudio, consisten en viviendas de un piso, pequeñas infraestructuras para el cuidado del ganado y edificaciones gubernamentales como el salón comunal, la iglesia y la escuela de Veraguas.

El vació existente, en su mayoría son fincas utilizadas por los habitantes para la agricultura y repastos para el ganado. En el radio de estudio se observa que las áreas de color turquesa abarca la mayor parte de los vacíos, simbolizando las grandes áreas del bosque, que demuestran la conservación de la biodiversidad del lugar. Mientras que el blanco demuestra el poco asentamiento en el lugar. Se desea mantener una relación similar de llenos y vacíos, con propósitos de mantener un ambiente saludable para los habitantes y los usuarios destinados al sitio.

Nota. MAPA DE LLENOS Y VACÍOS DE BORUCA, CR.
Fuente: Elaboración propia.
*Mapa construido con base a el estudio de campo. (Google Earth)

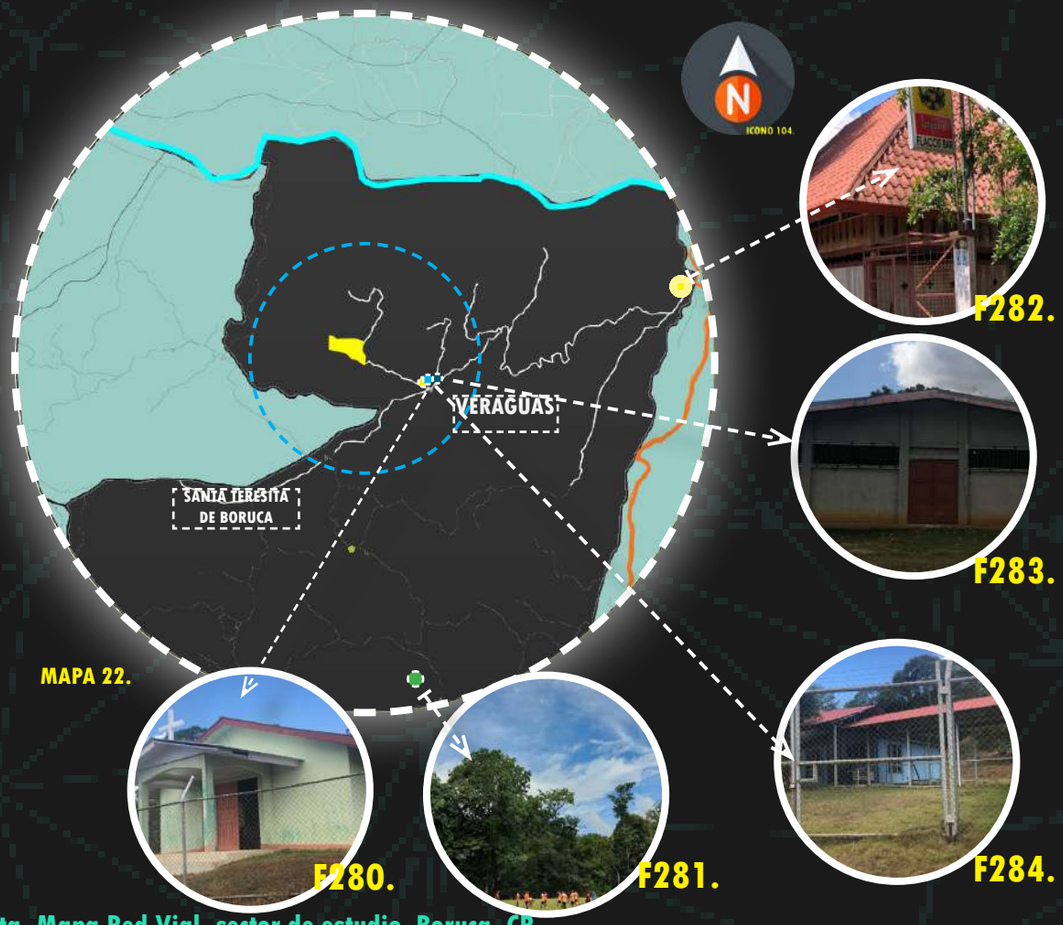
Fuente: Inventario de los Humedales de Costa rica.
Fuente: Prospección región de Diquis, Cantón de Buenos aires.
Fuente: Estudio de cuencas Hidrográficas de Costa Rica.

3.6 SENDAS Y FLUJOS VEHICULARES

3.6.1 VIABILIDAD

SIMBOLOGÍA

- ESTUDIO MICRO RADIO DE 2KM
- ESTUDIO MACRO RADIO DE 5 KM
- LOTE
- TERCIARIA
- CALLES NO ASFALTADA
- VÍAS DE TRAVESÍA
- LIMITE DE DISTRITO
- FLACOS BAR
- IGLESIA
- ESCUELA
- SALÓN COMUNAL
- PARQUE



Nota. Mapa Red Vial, sector de estudio. Boruca, CR.

Fuente: Elaboración propia.

*Mapa construido con base a el Mapa Red Vial Nacional.

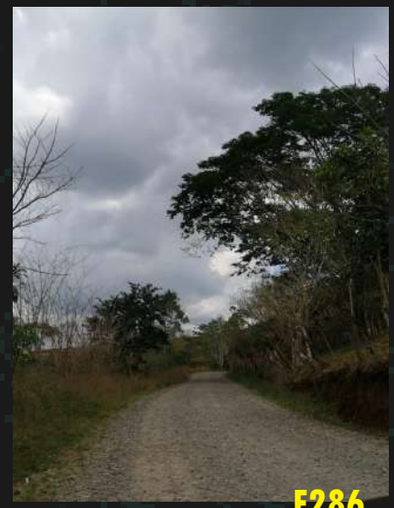
El terreno de estudio se ubica a 25 km del cantón #3,Buenos Aires, con un recorrido de 11km a partir de la Carretera internacional sur. Un recorrido compuesto de 3 km sobre calle asfaltada, y un recorrido de 7.8 km sur oeste de Flacos Bar, sobre calle de lastre de 6 metros de ancho, hasta el pueblo Alto de Veraguas.

Así mismo, el lote dispone de una servidumbre de tierra, (calle Buena Fé), de 4 a 5 metros de ancho, con una distancia de 1.4km de la Iglesia de Veraguas.

La viabilidad de sector de estudio está compuesto por vías mayormente de travesía, en la cual se puede llegar por la ruta que comunica Santa Teresita-Boruca con Terraba. Sobre el recorrido de 7.8 km de calle de lastre no se muestran aceras, y no dispone de mobiliario urbano, mayormente se encuentra senderos de tierra con tipos de suelo roja, y de piedra.

En el radio de estudio de 2 km, se logra identificar un centro educativo, una iglesia católica y un salón comunal en el pueblo de Veraguas. Además se ubicó el único centro de espacio deportivo, el cual corresponde a La Plaza de Deportes de Boruca, a una distancia de 10.8 km, del sitio destinado a la propuesta.


F285.


F286.



MODO DE TRANSPORTE

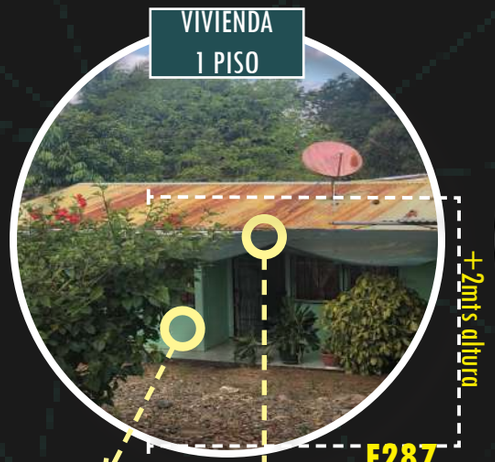
3.7 TIPOLOGÍA ARQUITECTÓNICA

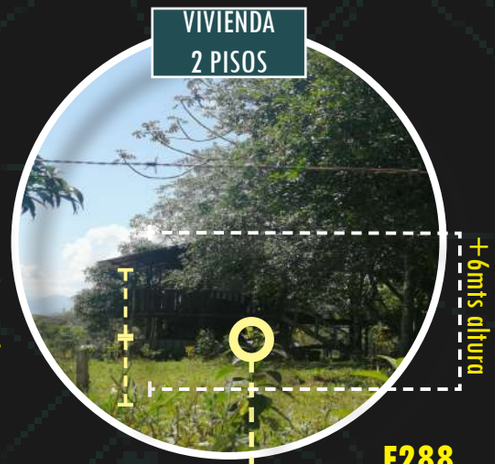
3.7.1 ANÁLISIS ARQUITECTÓNICO

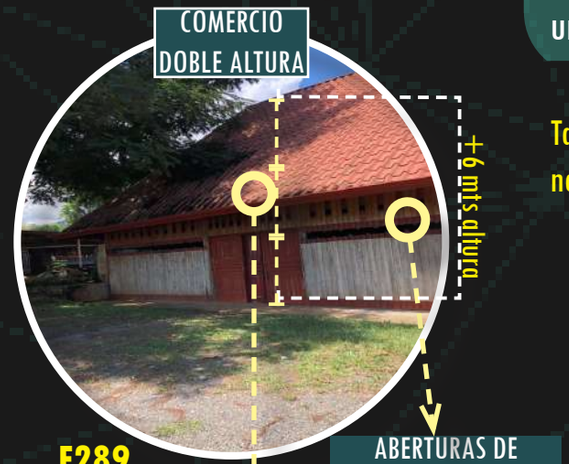










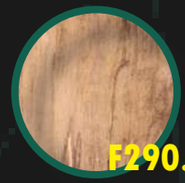


Originalmente en el sector de estudio no hay una tipología definida, dado a que la zona carece de un análisis arquitectónico, se hace necesario un levantamiento de campo. De este modo, se logra identificar que el área predomina una tipología residencial en su mayoría de uno a dos pisos, seguido por un área educacional y religioso. Destaca un sistema constructivo tradicional, esto quiere decir; que las construcciones son de paredes portantes, paredes y columnas prefabricadas, uso de madera como revestimiento y estructura, techos a dos aguas, revoques interiores, pisos de concreto y cerámica, instalaciones de tuberías metálicas o plásticas, que se caracterizan como una obra en zonas húmedas.

Tanto en el pueblo Veraguas, como en el trayecto al sitio, predomina el uso de sistemas constructivos como lo son:

1. Mampostería
2. Prefabricado
3. Estructura de Madera

MATERIALES


F290.
MADERA


F291.
CONCRETO


F292.
VIDRIO


F293.
METAL

3.7 TIPOLOGÍA ARQUITECTÓNICA

3.7.2 ANÁLISIS PAISAJISTA

SERVICIOS



F294.

F295.



ICONO 110.

SERVICIO PÚBLICOS DE INTERNET Y CABLE (CLARO)



ICONO 111.

SERVICIO PÚBLICOS DE ELECTRICIDAD (ICE)

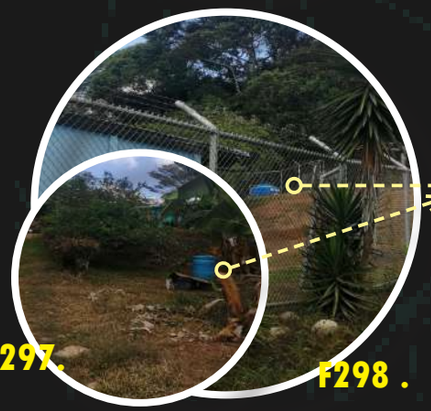


F296.



ICONO 111.

SERVICIO PÚBLICOS DE ELECTRICIDAD (ICE)



F297.

F298 .



ICONO 112.

SERVICIO DE AGUA POR ASADA COMO FUENTE PRINCIPAL Y RECOLECCIÓN DE AGUA

ESPACIALIDAD /BORDES



F299.



ICONO 113.

CERRAMIENTOS NATURALES Y ESPACIALIDAD DE ÁREAS VERDES



F300.

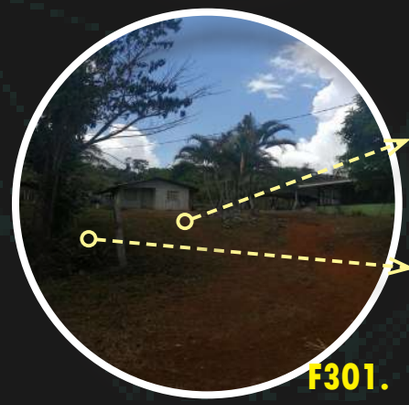


ICONO 114.



ICONO 113.

CERRAMIENTOS NATURALES Y ESPACIALIDAD DE POTREROS-ÁREA DE REPASTO PARA EL CULTIVO Y GANADERÍA



F301.



ICONO 114.



ICONO 113.

CERRAMIENTOS NATURALES Y ESPACIALIDAD DE POTREROS-ÁREA DE REPASTO PARA EL CULTIVO Y GANADERÍA

COMERCIOS

Los comercios existentes de la zona, son espacios de vivienda ambientados para cumplir con la función a desempeñar, como por ejemplo; las pulperías y los bares.



F302.

CERRAMIENTOS NATURALES

CORREDORES COMO AREA DE ATENCION Y ESPERA



F303.

CERRAMIENTOS DE MALLA CICLÓNICA GALVANIZADA

CORREDORES COMO ÁREA DE ATENCIÓN Y ESPERA



F304.

ÁREA VERDE DE ESPACIO PÚBLICO

CERRAMIENTOS DE MALLA CICLÓNICA GALVANIZADA

3.8 COMPONENTES DE DISEÑO URBANO

3.8.1 ASPECTOS REPRESENTATIVOS



MAPA 23.

18 RESERVA IDIGENA BRUNKA de Curré (Rey Curré)
Pueblo: Boruca

Nota. MAPA DE RESERVAS INDÍGENAS DE CR.
Fuente: https://www.puravidauniversity.eu/territorios-indigenas-costa-rica/

El Pacifico Sur, se identifica como hogar de varios grupos indígenas, entre los que destacan los Cabécares, los Guaymíes y los Borucas. En el área de intervención se encuentran varias reservas indígenas de gran atractivo. En cuanto a la zona, el pueblo Boruca, se encuentra anclado en el bosque de la previamente analizado.

A pocos kilómetros del centro del pueblo, se ubica el Museo Comunitario indígena Boruca, que rescata la arquitectura típica y tradicional, que a la vez estimula el desarrollo cultural. Ademas se logra conservar áreas de mayor biodiversidad como las cataratas de Boruca, lugar sagrado para el pueblo, consideradas entre las más hermosas del país.

En el lugar aún se conserva la forma de vida de este grupo indígena, demostrado en las viviendas tradicionales, exposiciones de trabajo artístico, como los palos de agua, jícaras, y máscaras. En diciembre se celebra las Fiestas de los Diablitos, una tradición que representa la lucha a muerte contra la cultura española que invade los territorios indígenas.

El arte, la naturaleza, y sus costumbres, predominan en la comunidad Boruca, por ello mantener el lenguaje arquitectónico, arte y costumbres dentro del Centro, identificará el sector como punto de atracción turístico, y de intercambio cultural. Así mismo, brindar viviendas y espacios para el desarrollo comunitario para el bien social.



Nota. Museo Comunitario Indígena Boruca.
Fuente: . Tomada de Museo Comunitarios de Boruca. [Fotografía] Museo Comunitarios de América, s.f. https://museoscomunitario s.org/boruca



Nota. Centro de Curré.
Fuente: Reserva Indígena Brunca. [Fotografía] Southern Costa Rica, 2016.http://www.southerncostarica.biz/spanish/Reserva-Indigena-Boruca/cat-areas-de-conservacion/Reserva-Indigena-Brunca/156/



Nota. Mascaras talladas de Madera.
Fuente: Artesanías Boruca. [Fotografía] Boruca, behind the mask, s.f .http://www.boruca.org/es/artesanias/



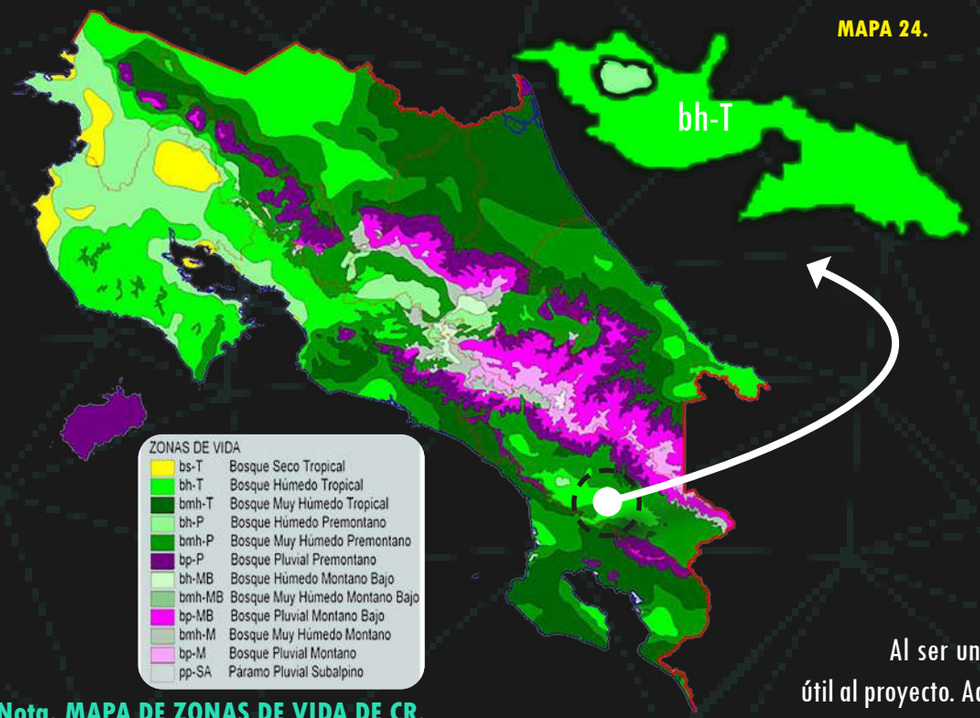
Nota. Festival anual, el juego de los Diablitos.
Fuente: El juego de los Diablitos. [Fotografía] Castro, 2014. ucr.ac.cr/noticias/2014/12/29/el-juego-de-los-diablitos.html

Territorios Indígenas Costa Rica.
Prospección región de Diquis, Cantón de Buenos aires.

3.9 ZONA DE VIDA

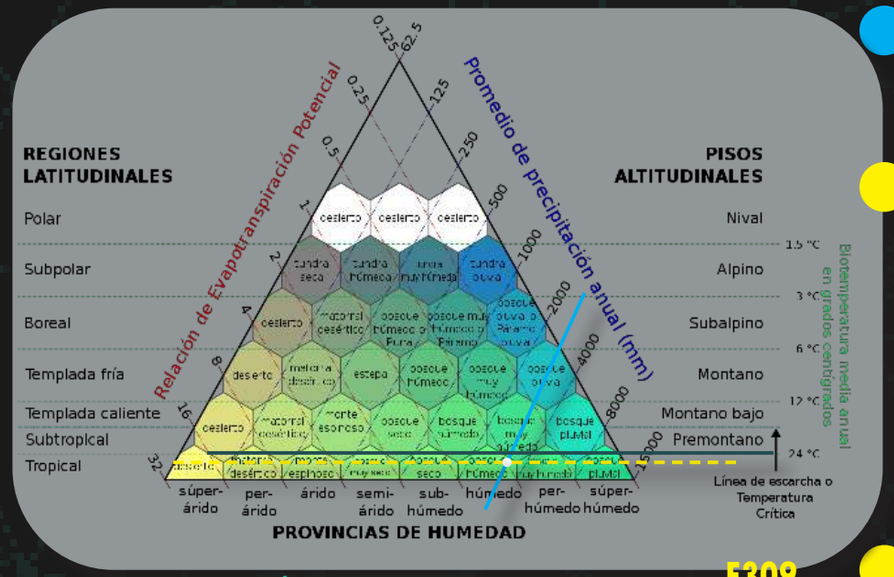
3.9.1 ANÁLISIS AMBIENTAL

MAPA 24.



Nota. MAPA DE ZONAS DE VIDA DE CR.

Fuente: https://3.bp.blogspot.com/-p86R6fTgHsQ/TiwhKAga-5I/AAAAAAAAC5o/LFzGHR-jDj-Q/s1600/BOSQUES.jpg



F309.

Nota. SISTEMA DE CLASIFICACIÓN DE ZONAS DE VIDA DE HOLDRIDGE.

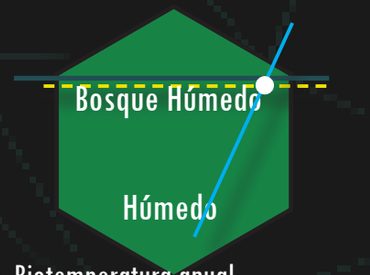
Fuente: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/1/12/Zonas_de_vida_de_Holdrige.svg/350px-Zonas_de_vida_de_Holdrige.svg.png

Promedio de Precipitación por ano en milímetros :

2991,70 m.m

Temperatura media anual:

25,88 °C



Biotemperatura anual:

24.908 °C

Al ser un área tropical húmeda, es indispensable la utilización de materiales que logren adaptarse al clima y brindar una vida larga y útil al proyecto. Ademas de eso, se debe tomar en cuenta la ventilación como clave y estratégica para el bienestar del edificio y la durabilidad. Sin embargo, tomando en cuenta las épocas secas, estas se pueden aprovechar para el disfrute de actividades de los usuarios, y recorridos donde la vegetación sea abundante, tomando ventaja de esta zona de vida , done las especies de árboles permanecen siempre verde, como punto atractivo y de estimulación para el bienestar.

Tras el estudio de la zona de vida, según la clasificación de Holdridge se logra identificar el Bosque Húmedo tropical como el predominante en el cantón de Buenos Aires.

La precipitación es de 1.800 a 4.000 mm., media anual y destaca una temperatura alta. Se caracteriza por ser un bosque siempre verde de muy alta densidad, con un periodo seco de 0 a 2 meses, y se divide en 4 a 5 estratos diferentes.

1. El sotobosque es el más abundante de especies perennifolias, con altura media que pueden alcanzar entre 30 a 40 metros de altura.
2. Bosque no perturbados, con mas de 150 especies de arbóreo.
3. Estrato semidecuduas que se reconoce por estar siempre verde durante el año, estos árboles de dosel pueden alcanzar entre 40 y 50 metros de altura, con copas elevadas y anchas.
4. Estrato subdosel, donde abundan las palmas, y posee arboles de 30m., de altura y de copas angostas.
5. Estrato arbustivo, el cual consiste de palmas enanas, especies de hojas anchas y abundan las lianas o bejucos.

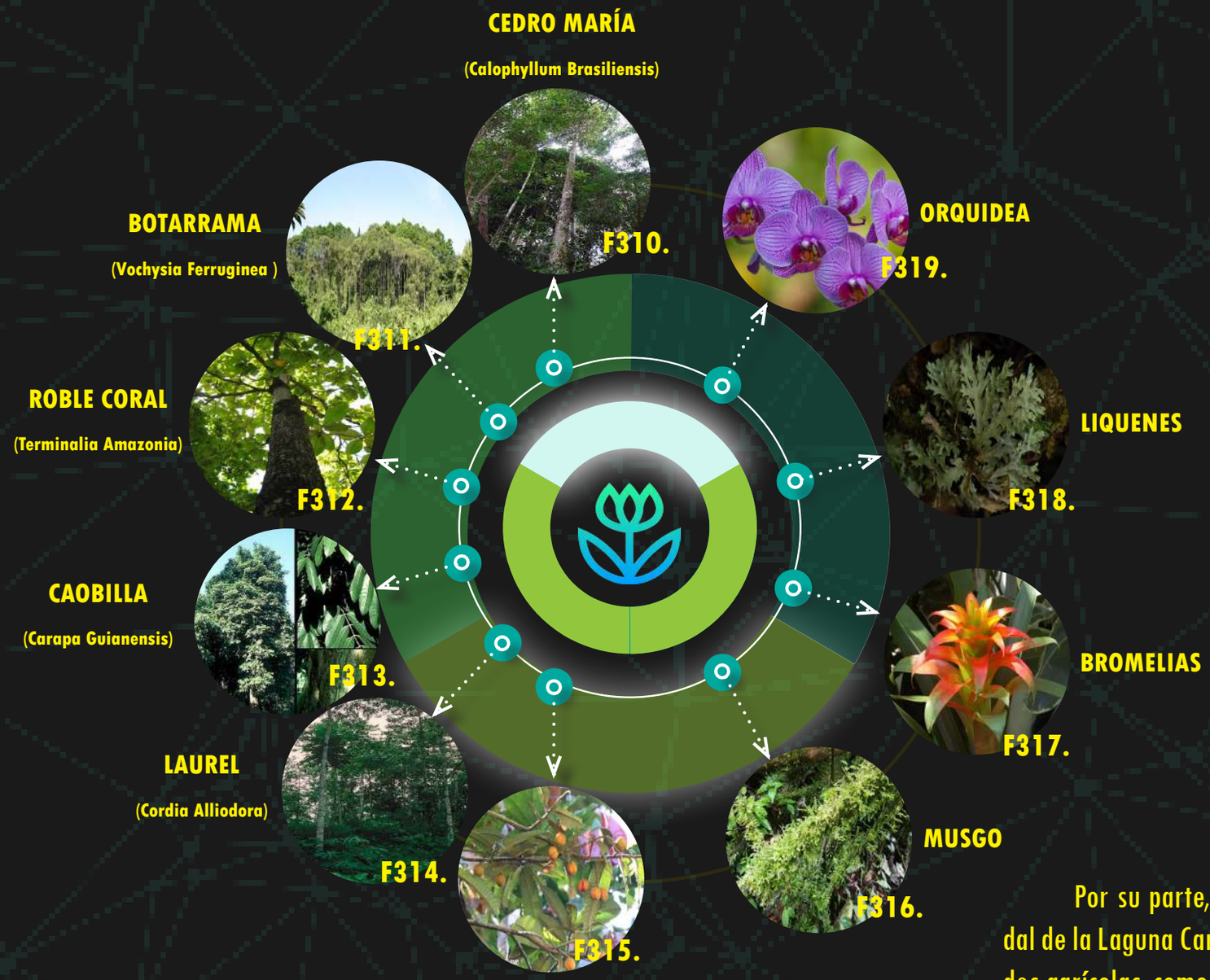
Fuente: Ecosistemas de Costa Rica. El Blog de biodiversidad de Costa Rica.

3.10 VEGETACIÓN EXISTENTE

3.10.1 FLORA EN ZONA DE VIDA

ICONO 115.

La vegetación existente según la zona de vida se clasifica por arboles que alcanzan los 40 y 50 metros de altura. Se caracterizan por ser de copas anchas y con apoyos delgados, altos, lisos y de corteza coloreada.



ICONO 116.

Por otro lado, se destacan plantas particularmente diversas de género tropical húmedo, que viven en las ramas y en los troncos de los arboles.

ICONO 117.

Por su parte, debido a la cercanía del humedal de la Laguna Carse, se realizan diversas actividades agrícolas, como la siembra de frijol, maíz, arroz.

ente: Ecosistemas de Costa Rica. El Blog de biodiversidad de Costa Rica.

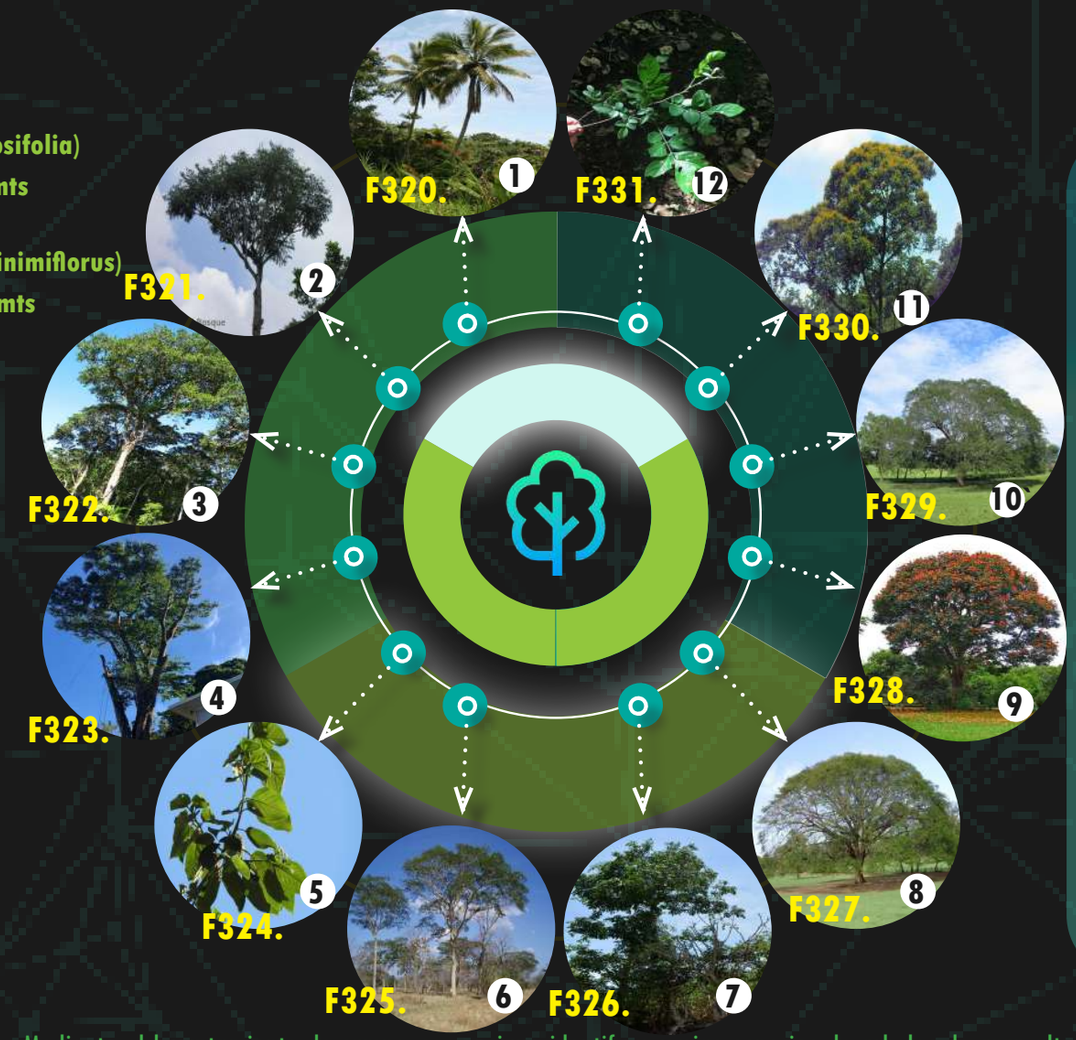
3.10 VEGETACIÓN EXISTENTE

3.10.2 FLORA EN TERRENO DE ESTUDIO

ARBOLES DE GRAN ALTURA

1. **PALMERA**
   (Cocos Nucifera)
   Altura máx.: 30mts
2. **MAYO O BOTARRAMA**
   (Vochysia Ferruginea)
   Altura máx.: 40 mts
3. **ÁRBOL DE SANTA MARÍA**
   (Calophyllum Brasiliense)
   Altura máx.: 50 mts
4. **TARGUA SANGREGAO**
   (Croton gossypiifolius)
   Altura máx.: 20 mts
5. **SALVIO LECHOSO**
   (Morus Insignis)
   Altura máx.: 30 mts
6. **EL GALLINAZO**
   (Schizolobium Parahyba)
   Altura máx.: 30mts
7. **CRISTOBAL**
   (Platymiscium Dimorphandrum)
   Altura máx.: 35 mts
8. **GUANACASTE**
   (Enterolobium Cyclocarpum)
   Altura máx.: 45 mts.
9. **LLAMA DE BOSQUE**
   (Spathodean Campanulata)
   Altura máx.: 24mts
10. **EL GUACHIPELIN**
    (Diphysa americana)
    Altura máx.: 18 mts
11. **JACARANDA**
    (Jacaranda Mimosifolia)
    Altura máx.: 20mts
12. **PAVILLO**
    (Lonchocarpus Minimiflorus)
    Altura máx.. 15 mts

Fuente: Levantamiento de Campo.



Mediante el levantamiento de campo, se consigue identificar varias especies de arboles de gran altura, así mismo como arboles frutales dentro del terreno de estudio. La mayoría de estos arboles se encuentran agrupados en la parte superior, a una altura de 624 msnm. La vegetación actual cumple un papel importante, como implementación en la propuesta paisajista y aprovechar sus copas para espacios recreacional y de confort de los usuarios.

ARBOLES FRUTALES

ICONO 118.

La vegetación viene representada por bromelias, musgos, líquenes y orquídeas, así como infinidad de árboles frutales y de agricultura: En los primeros tenemos de limón, naranja, mango, guaba; y en el segundo grupo encontramos de café, caña y la práctica de horticultura. Por las propias características de la zona de vida, podemos encontrar arboles de gran altura como lo son: Palmas, Mayo, Marillón, Pavillo, María, Targua Sangregao, Salvio Lechoso, Gallinazo, Ira, Cristóbal, Guanacaste, Llama del Bosque.



LIMÓN
(Citrus Limón)
Altura máx.: 6mts



NARANJA
(Citrus Sinensis)
Altura máx: 13mts

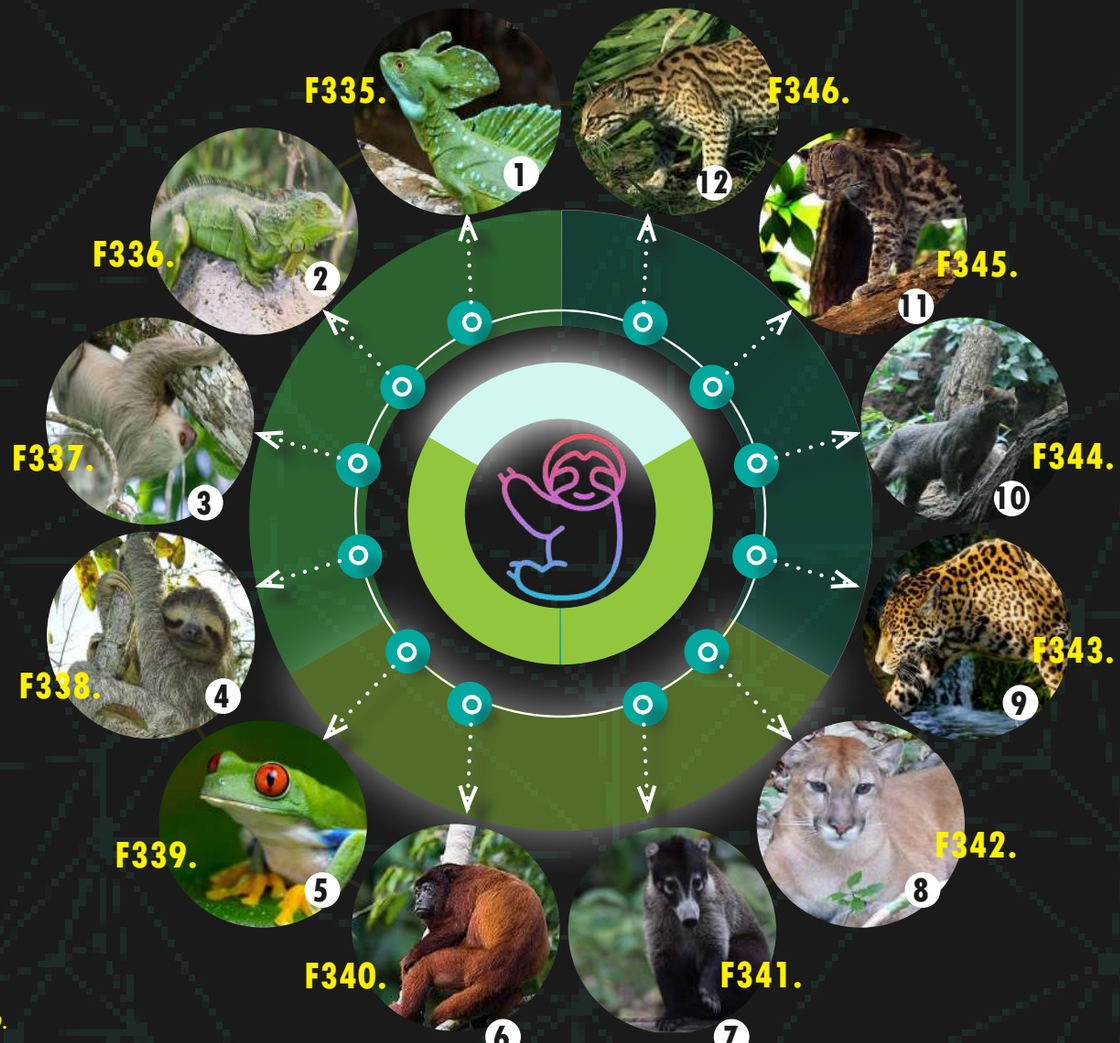


MANGO
(Mangifera Indica)
Altura máx: 45mts

3.11 FAUNA EXISTENTE

3.11.1 FAUNA EN ZONA DE VIDA

1. BASILISCO VERDE (Basiliscus plumifrons)
2. IGUANA VERDE (Iguana iguana)
3. PEREZOSO DE DOS DEDOS (Choloepus hoffmanni)
4. PEREZOSO DE TRES DEDOS (Bradypus variegatus)
5. RANA DE OJOS ROJOS (Agalychnis callidryas)
6. MONO AULLADOR (Alouatta palliata)
7. COATÍ (Nasua narica)
8. PUMA (Puma concolor)
9. JAGUAR (Panthera onca)
10. JAGUARUNDI (Puma yagouaroundi)
11. CAUCEL (Leopardus wiedii)
12. OCELOTE (Leopardus pardalis)



ICONO 119.

ICONO 120.

FAUNA EN TERRENO DE ESTUDIO

Según, datos de los propietarios del lugar sobresalen diferentes especies dentro del terreno, de los cuales se menciona a continuación.

VENADO



F347.

MAPACHE



F351.

SAÍNO



F348.

TERCIOPELO



F352.

CHERENGA O GUATUSA



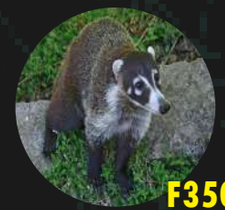
F349.

DANTA



F353.

PIZOTE



F350.

LAPA ROJA



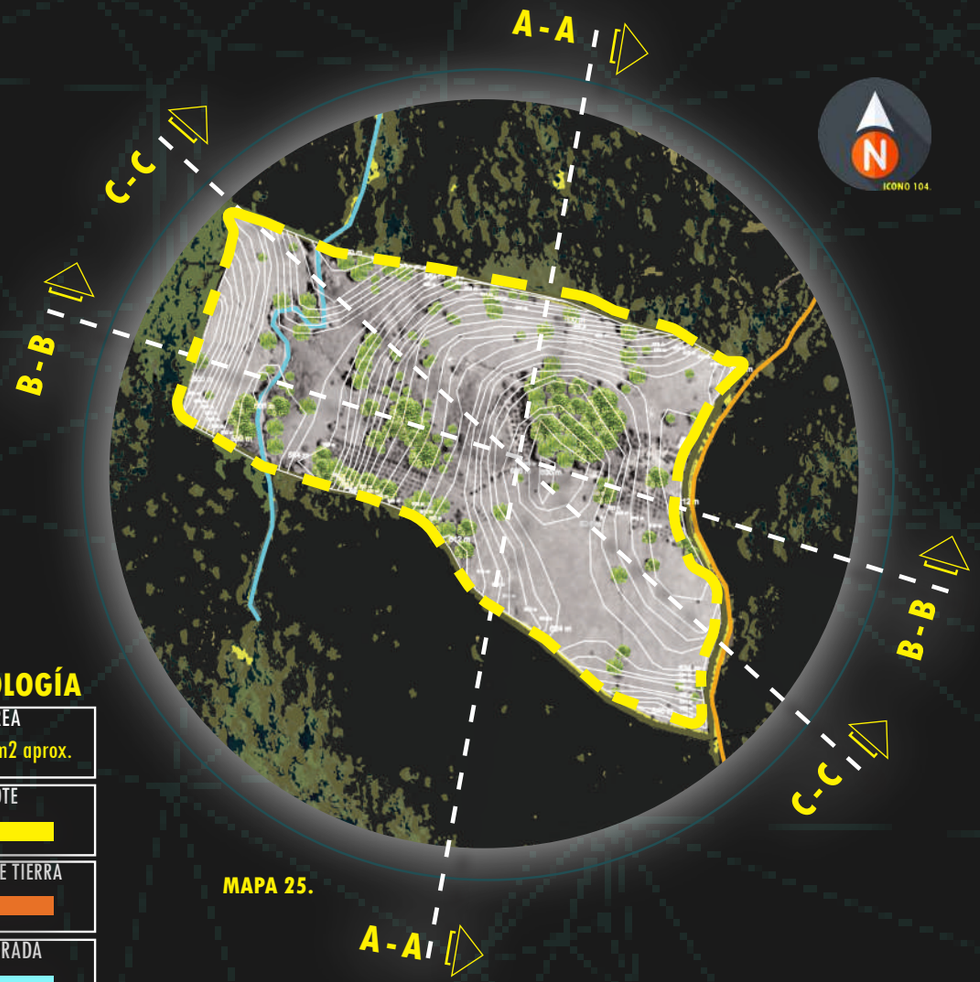
F354.

Gracias a su variedad paisajística y a la presencia de clima tropical húmedo, esta zona es bendecida con gran diversidad; los animales que se pueden encontrar en este ecosistema son muy variados: Perezoso de dos dedos, perezoso de tres dedos, rana de ojos rojos, mono aullador, coatí, basilisco verde, iguana verde, y entre otros. Además, Los grandes felinos de nuestro país los encontramos aquí, tales como el puma, jaguar, jaguarundi, caucel y el ocelote. De igual manera, podemos encontrar especies exóticas como: mariposas, reptiles y cocodrilos americanos. Ante la fauna definida, a pezar de que los grandes felinos se encuentran en la zona de vida, estos se encuentran alejados del sector de estudio, sin embargo, se considera oportuno cerramientos que resguarde el cuidado de los usuarios.

Fuente: Ecosistemas de Costa Rica. El Blog de biodiversidad de Costa Rica.
Fuente: Levantamiento de Campo.

3.12 CARACTERÍSTICAS FÍSICO ESPACIALES TERRENO

3.12.1 TOPOGRAFÍA



MAPA 25.

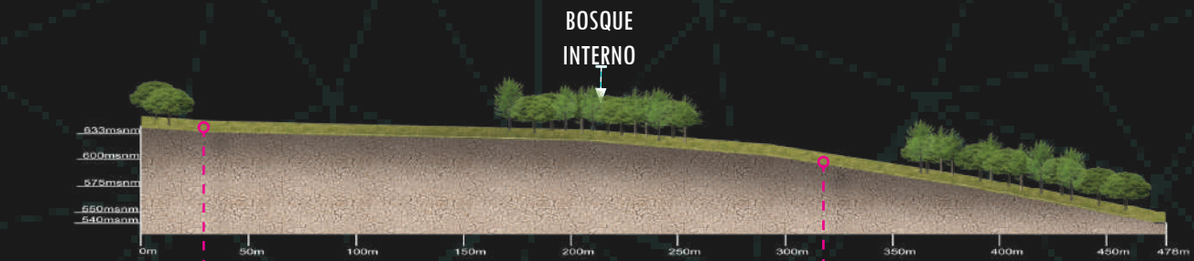
SIMBOLOGÍA

- ÁREA: 126,761m2 aprox.
- LOTE
- CALLE DE TIERRA
- QUEBRADA
- VEGETACIÓN EXISTENTE
- LIMITE DE LOTE
- CURVAS DE NIVEL: a cada 2mts.

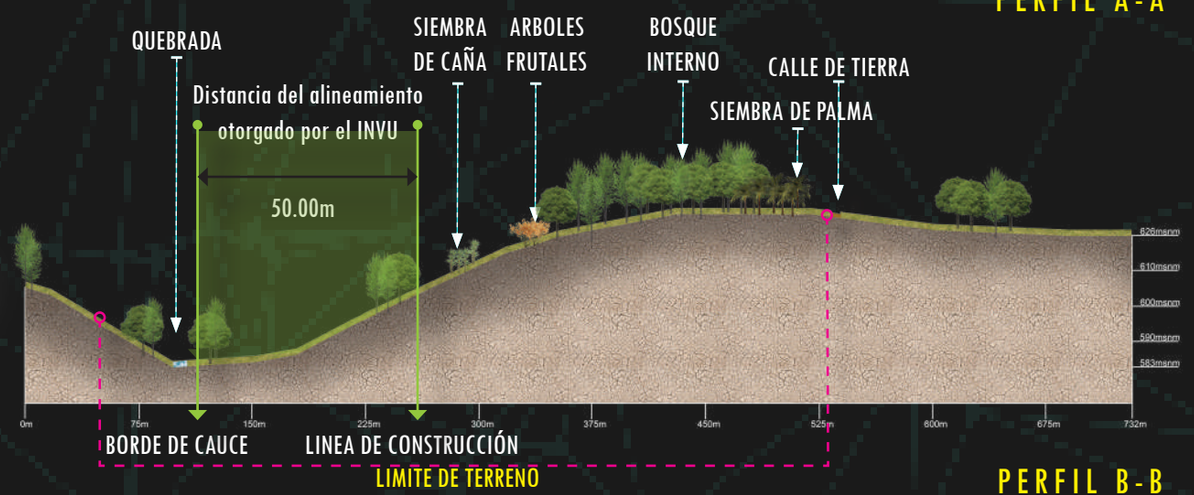
El terreno de estudio es brindado por la ONG , (Misión Girasol) para el desarrollo de un centro de medica natural, como desarrollo humanista.

Nota. Mapa Topográfico, sector de estudio. Boruca, CR.
Fuente: Elaboración propia.
*Mapa construido con base a el levantamiento de campo.

PERFILES DE TERRENO



PERFIL A-A



PERFIL B-B



PERFIL C-C

Nota. Cortes Topográficos, sector de estudio. Boruca, CR.
Fuente: Elaboración propia.
*Mapa construido con base a el levantamiento de campo.

3.12 CARACTERÍSTICAS FÍSICO ESPACIALES TERRENO

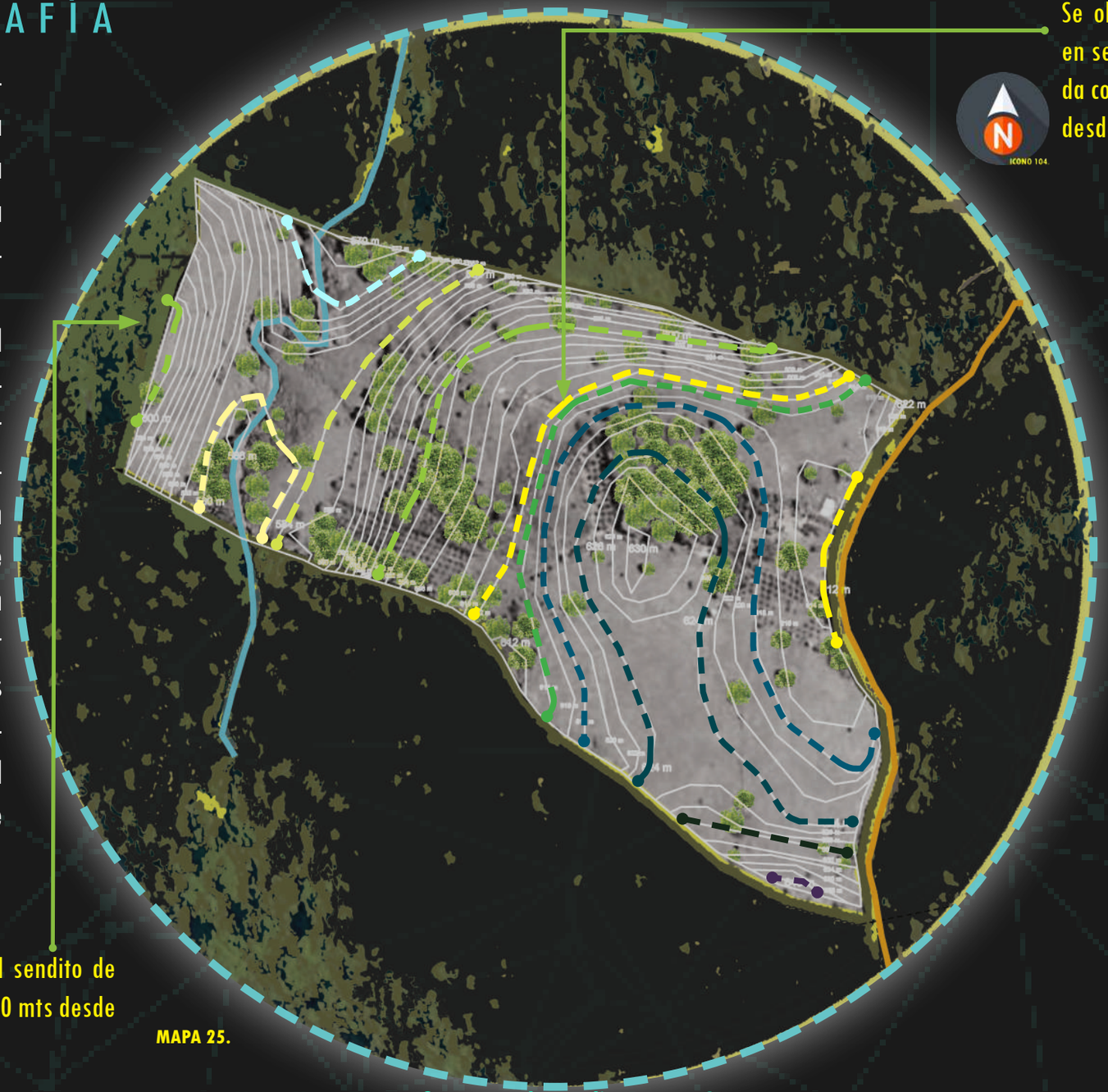
3.12.1 TOPOGRAFÍA

En los perfiles mostrados anteriormente, podemos apreciar la diferencia de curvas que van a cada 2 mts de altura. Es una topografía irregular, con pendientes muy pronunciadas.

El terreno de estudio se encuentra al mismo nivel de la calle de servidumbre, por el cual se puede acceder por el lado este. Posee una zona homogénea a una altura de 624 m.s.n.m , de 12 mts por encima del nivel de acceso. Esto implica en pensar en movimientos de tierra para lograr acceder a esta área, sin embargo es un factor que aporta mayores visuales y un mayor aprovechamiento del terreno. sobre una misma curva de nivel.

Se logra observar otra inclinación en el sendito de Oeste a Este con una altura máxima de 20 mts desde el límite del terreno hasta la quebrada.

Se observa una inclinación del terreno, en sentido Este a Oeste hasta la quebrada con una diferencia de 28mts de altura desde el acceso a 612m.s.n.m.

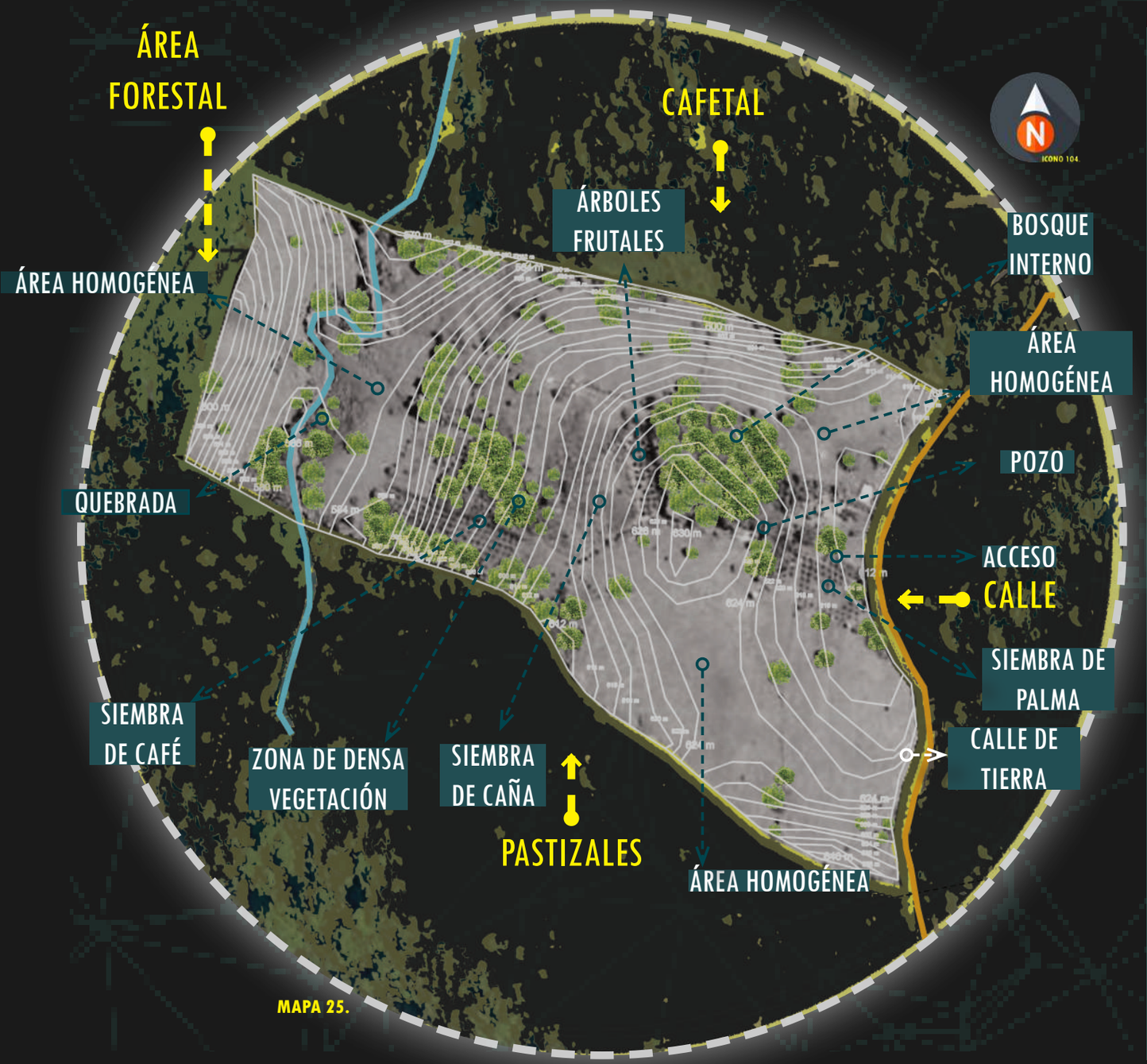


MAPA 25.

Nota. Mapa Topográfico, sector de estudio. Boruca, CR.

Fuente: Elaboración propia. *Mapa construido con base a el levantamiento de campo.

3.12 CARACTERÍSTICAS FÍSICO ESPACIALES TERRENO



MAPA 25.

El terreno de estudio colinda con una densa área forestal al oeste, área de café al norte, pastizales al sur, y con una calle de servidumbre al este. Dispone de un pozo de agua de .90cm de diámetro por 16 metros de profundidad, localizado en la parte este, capaz de suministrar agua a 200 casas, de acuerdo con datos suministrados por los dueños del lugar. Tiene un área aproximada de más de 15 hectáreas, de uso agrícola para la siembra de café, caña, palma, árboles frutales y repasto. Además, se aprecian diversas zonas de densa vegetación y árboles autóctonos que superan los 20 metros de altura.

La topografía es irregular con una altura máxima de 640msnm al sureste y mínima de 570msnm al noroeste. Tiene un acceso al este, desde una altura inicial de 612 mnsm, compuesta de pastizales degradados en la parte central donde se mantiene sobre un mismo nivel a 624msnm, con un área homogénea de 6700 m2 aproximadamente, donde permitirá una distribución adecuada para la propuesta sobre un solo nivel de piso, manteniendo la vegetación actual, del mismo modo para el uso de áreas recreativas y áreas de meditación con la naturaleza. Mientras que el oeste, son áreas con mayores pendientes y ondulaciones, rodeadas de caña, café donde su topografía serán adecuadas para el uso de terrazas en pilotes, voladizos, estructuras de doble altura y el uso de puentes conectores. Por otro lado, las mismas curvas descendientes, se pretenden aprovechar mediante rampas y senderos que logren conectar el lado este con el oeste y hacer uso de la quebrada para actividades recreativas.

3.13 ENTORNO INMEDIATO

3.13.1 VISUALES



MAPA 25.

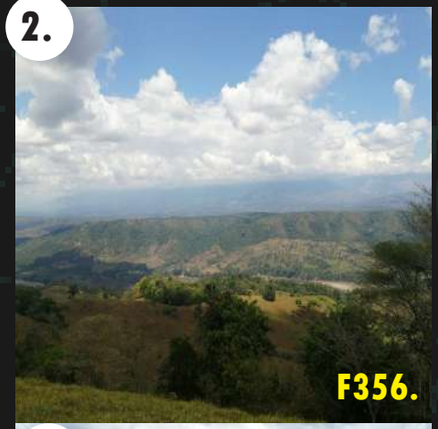
Debido a una topografía irregular, desde cualquier punto se puede apreciar grandes vistas rodeados de naturaleza. Las visuales que destacan se encuentran hacia el norte del terreno, estas vistas proyectan paisajes hacia el Rió Grande, que pueden ser aprovechadas para ubicar actividades de introspección.



MAPA 25.

Se observa una gran extensión de pastos en el interior, rodeados por árboles autóctonos, y lomas a su alrededor.

























Nota. Visuales del terreno.

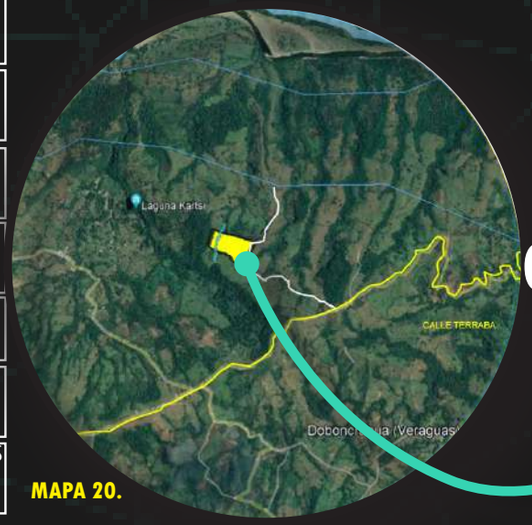
Fuente: Elaboración propia. *Mapa construido con base a el estudio de campo.

3.14 ANÁLISIS AMBIENTAL TERRENO

3.14.1 ANÁLISIS CLIMÁTICO

SIMBOLOGÍA

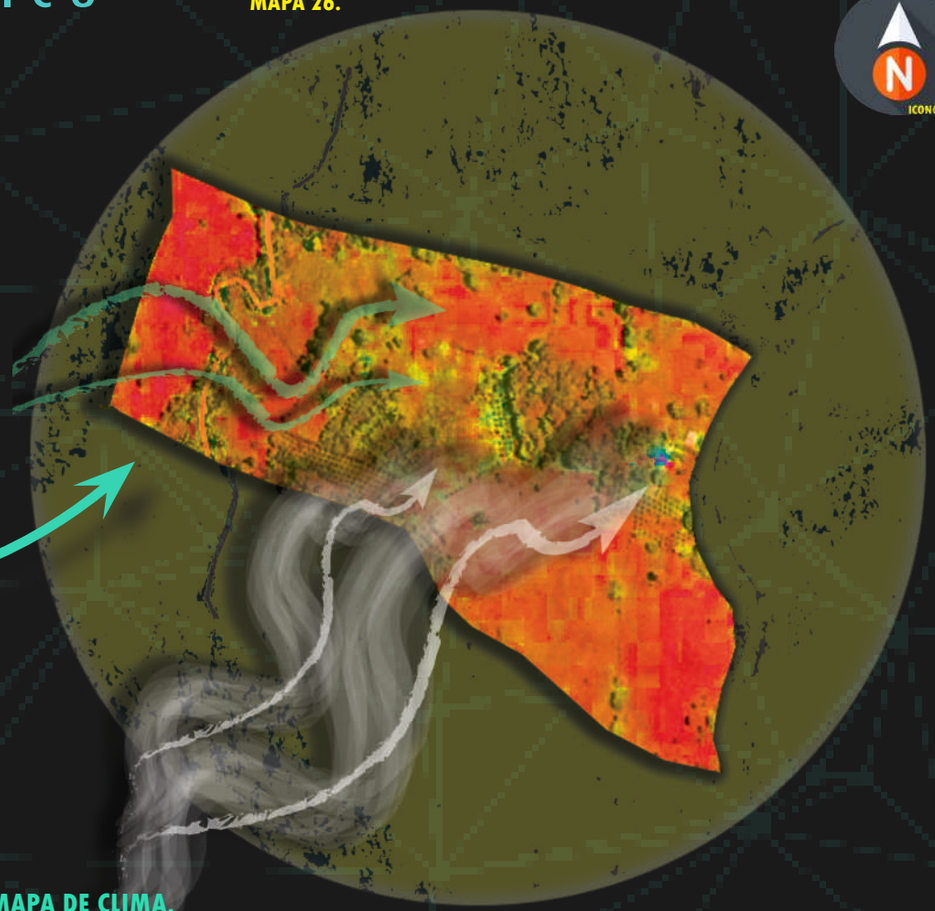
- RADIACIÓN ALTA
- RADIACIÓN MEDIA
- RADIACIÓN BAJA
- VEGETACIÓN ACTUAL
- LIMITE DE TERRENO
- VIENTOS PRIMARIOS
- VIENTOS SECUNDARIOS



MAPA 20.

O

MAPA 26.



E

ICONO 104.

Para el análisis climático se tomaron datos de la estación de PINDECO, ubicada en Buenos Aires de Puntarenas, perteneciente al Instituto Meteorológico Nacional. De igual manera se asistió al sitio web weatherspark.com para constatar empíricamente la situación del sector, así mismo aportar a datos recopilados en la visita al sector de estudio.

El microclima existente demarca un ambiente húmedo (bochornoso), la velocidad de ventilación es baja, posee una precipitación moderada, y el sector en general es mayormente soleado durante los meses de enero a marzo, por lo menos durante un 52% del tiempo.

Nota. MAPA DE CLIMA.
Fuente: Elaboración propia.
*Mapa construido con base a IMN y WeatherSpark.com.

ICONO 121.
3092.9mm

ICONO 122.
218 días.

ICONO 123.
+31.3 °C

ICONO 124.
-20.4 °C

Fuente: Estación de Pineapple Development Corporation. (PINDECO).
Fuente: Instituto Meteorológico Nacional.

Fuente: El clima y el tiempo promedio en todo el año en Buenos Aires, Costa Rica. (Weather Spark)

FACHADA SUR
(ALTA RADIACIÓN)

1. Parasoles horizontales-2m de ancho. (muro cortina).
2. Aleros de 2-4 m.
3. Generar perforaciones adecuadas al espacio.
4. Utilización de paneles solares.

FACHADA OESTE
(MEDIA ALTA RADIACIÓN)

1. Parasoles verticales.
2. Aleros de 2-4 m.
3. Pared verde-recoleccion de aguas de lluvia.

FACHADA ESTE
(MEDIA ALTA RADIACIÓN)

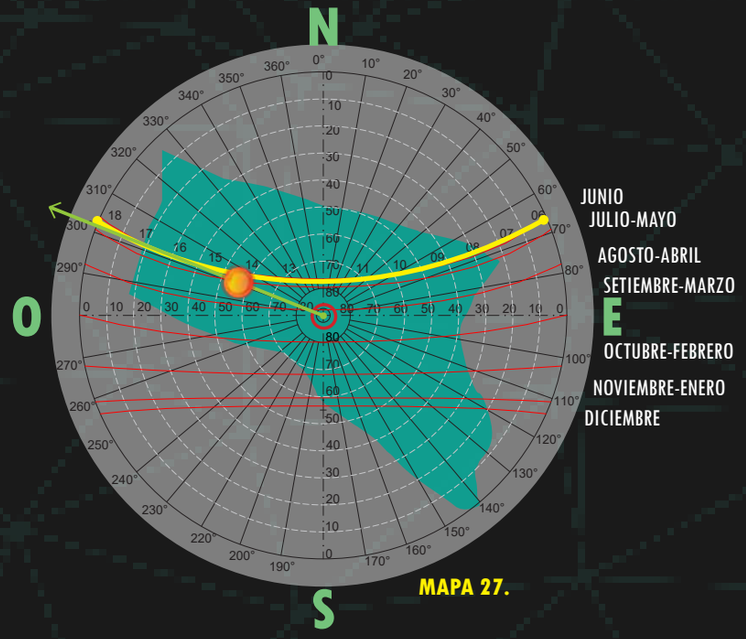
1. Parasoles verticales.
2. Ventanas con protección térmica.
3. Utilización de paneles fotovoltaicos.

FACHADA NORTE
(BAJA RADIACIÓN)

1. Ideal para colocar espacios de terapia.
2. Aprovechamiento de vientos secundarios.

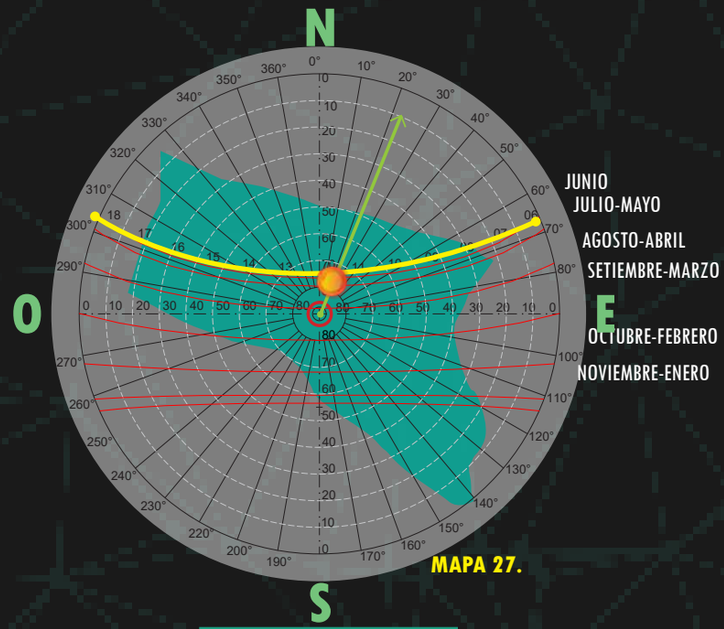
3.14 ANÁLISIS AMBIENTAL TERRENO

3.14.1 ANÁLISIS CLIMÁTICO



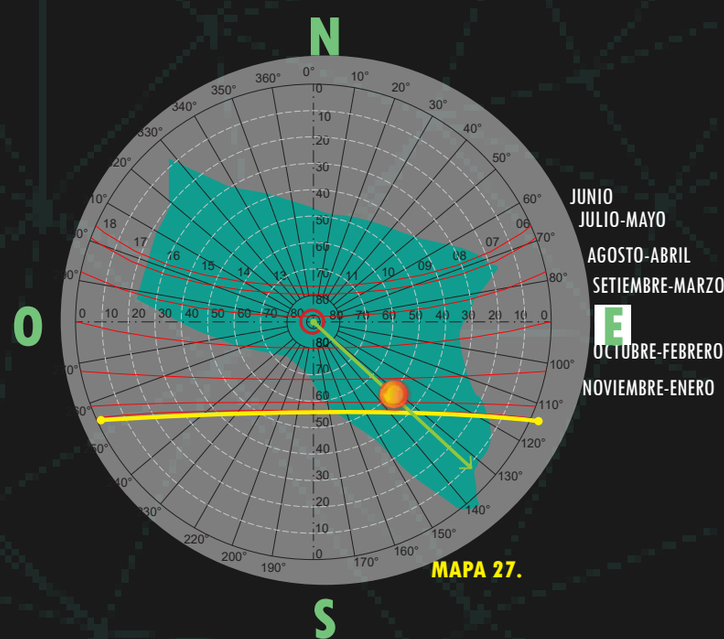
3PM 21 de junio
AZIMUT: 302 °
ALTURA SOLAR: 50°

Nota. CARTA SOLAR LATITUD 10°.
Fuente: Elaboración propia.



12PM 21 de junio
AZIMUT: 22 °
ALTURA SOLAR: 75°

Nota. CARTA SOLAR LATITUD 10°.
Fuente: Elaboración propia.

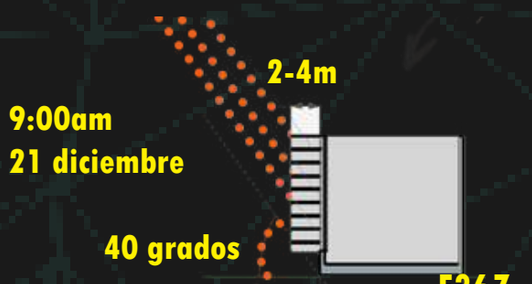


9AM 21 de diciembre
AZIMUT: 132 °
ALTURA SOLAR: 40°

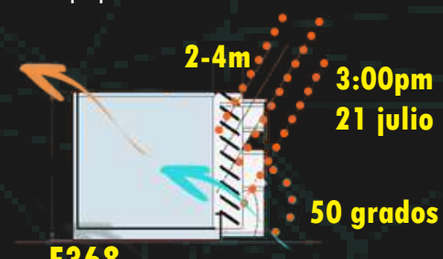
Nota. CARTA SOLAR LATITUD 10°.
Fuente: Elaboración propia.

Los siguientes análisis, permiten identificar los ángulos principales de soleamiento en el terreno de estudio, durante el solsticio, que ocurre dos veces al año, y este marca el comienzo de dos estaciones. Los dos solsticios ocurren el 21 de junio y el 21 de diciembre.

En base a el estudio de la carta solar, el análisis de los ánglulos solares nos muestrra la influencia del sol en las fachadas Noroeste y Sureste.



VOLADIZOS



PARASOLES

Se sugiere el uso de voladizos y parasoles para contrarrestar los rayos directos en los ángulos de los solisticios, de este modo crear un ambiente calido para diferentes actividades.

Fuente: Estación de Pineapple Development Corporation. (PINDECO).
Fuente: Instituto Meteorológico Nacional.

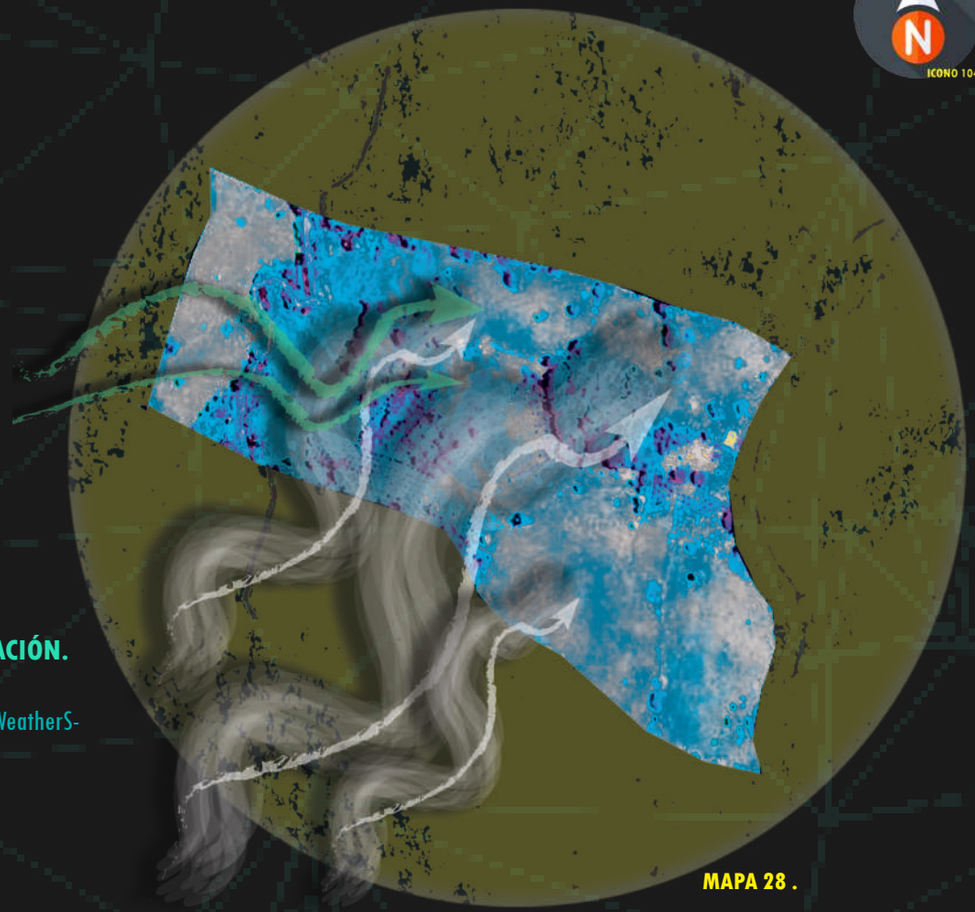
3.14 ANÁLISIS AMBIENTAL TERRENO

3.14.2 ANÁLISIS DE VIENTOS

SIMBOLOGÍA

- VENTILACIÓN ALTA
- VENTILACIÓN MEDIA
- VENTILACIÓN BAJA
- VEGETACIÓN ACTUAL
- LIMITE DE TERRENO
- VIENTOS PRIMARIOS
- VIENTOS SECUNDARIOS

ICONO 104.

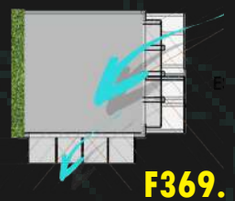


MAPA 28 .

Nota. MAPA DE VENTILACIÓN.
Fuente: Elaboración propia.
*Mapa construido con base a WeatherS-park.com.

FACTOR VIENTO-LLUVIA

VENTILACIÓN CRUZADA



F369.

GENERACIÓN DE FRESCURA



F370.

MANIPULACIÓN DE VIENTOS



F371.

VIENTOS POR DEBAJO DE ESTRUCTURA ELEVADA



F372.

Fuente: El clima y el tiempo promedio en todo el año en Buenos Aires, Costa Rica. (Weather Spark)

VELOCIDAD DEL VIENTO(Km-h)

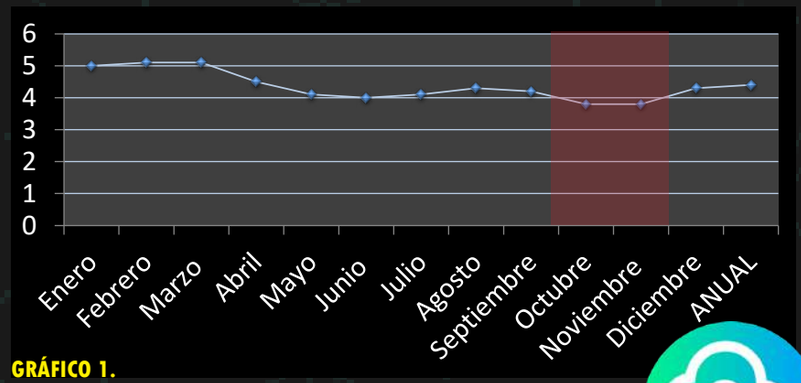


GRÁFICO 1.

ICONO 125.

GRÁFICO DE VELOCIDAD DE VIENTO

En el transcurso del año, Buenos Aires tiende a variar sus estaciones levemente. En cierta manera el comportamiento del viento depende en gran medida de la topografía y la vegetación.

La velocidad promedio del viento es de 4,4kilómetros , durante los meses de setiembre a noviembre, siendo los dos meses más ventosos del año. La velocidad de viento puede alcázar hasta los 5,0 kilómetros durante febrero y marzo, y la mínima velocidad que alcanza es durante los meses de octubre y noviembre con 3,8 kilómetros por hora. Tomando en cuenta la velocidad y su frecuencia durante el año, la zona crítica varia de los meses de octubre y noviembre, donde la velocidad es mínima.

Por otra parte, debido a la velocidad baja es oportuno, disponer de una ventilación continua. Es por esto, que al tomar en cuenta los vientos primarios, es recomendable la orientación del edificio de noroeste al sureste, para la manipulación de las brisas y permitir una ventilación cruzada, junto con otras estrategias.

De acuerdo a la plataforma WeatherSpark.com , en resumen la dirección predominante de los vientos primarios son del suroeste, durante todo el año. En segundo aspecto, los vientos secundarios predominan del oeste.

Fuente: Estación de Pineapple Development Corporation. (PINDECO).
Fuente: Instituto Meteorológico Nacional.

3.14 ANÁLISIS AMBIENTAL TERRENO

3.14.3 ANÁLISIS DE TEMPERATURA

SIMBOLOGÍA

CRITICO

ICONO 126.

GRÁFICO DE TEMPERATURA

La gráfica de temperatura, se utiliza de tal manera que nos indique el comportamiento de la temperatura en grados Celsius durante todo el año, de este modo buscar soluciones para el disfrute de actividades tanto en el interior así como el exterior.

De este modo, se toma en cuenta la temperatura máxima promedio de 31 °C, la cual perdura aproximadamente 2,0 meses, iniciando desde el 20 de febrero y finalizando a partir del 19 de abril. Mientras que marzo se considera el más cálido, con una temperatura promedio de 31 °C y mínima de 22 °C.

Además, dispone de una temporada fresca durante setiembre hasta diciembre, y su temperatura máxima durante este tiempo no sobrepasa los 29 °C, siendo oportuno el aprovechamiento de 2,8 meses, donde el usuario logre conectarse constantemente con la naturaleza. En relación, se detecta la zona crítica de temperatura en los meses de febrero a abril.

No obstante, la realización de senderos y pasillos con protección solar, vegetación y espejos de agua, es oportuno, con el fin de crear un microclima adaptable, de este modo extender el rango de confort durante el año, el cual permita a los pacientes y personal recorrer las instalaciones sin alteraciones en la temperatura corporal, durante el tiempo de febrero a abril donde la

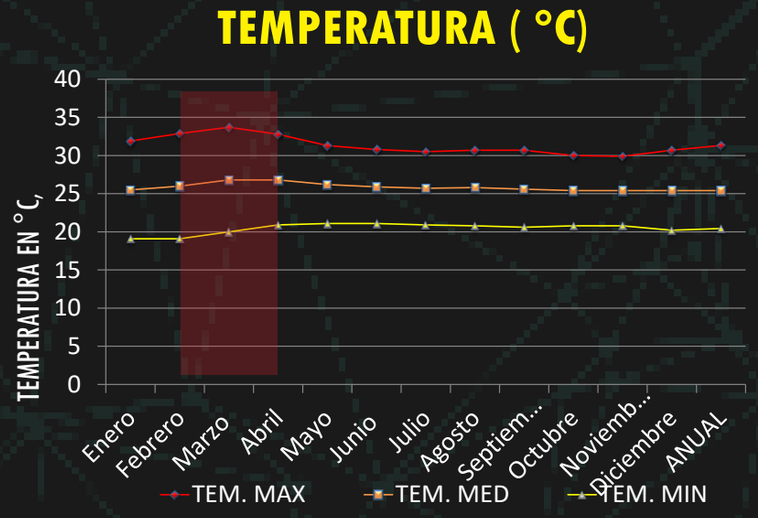


GRÁFICO 2.

Fuente: Estación de Pineapple Development Corporation. (PINDECO).
Fuente: Instituto Meteorológico Nacional.

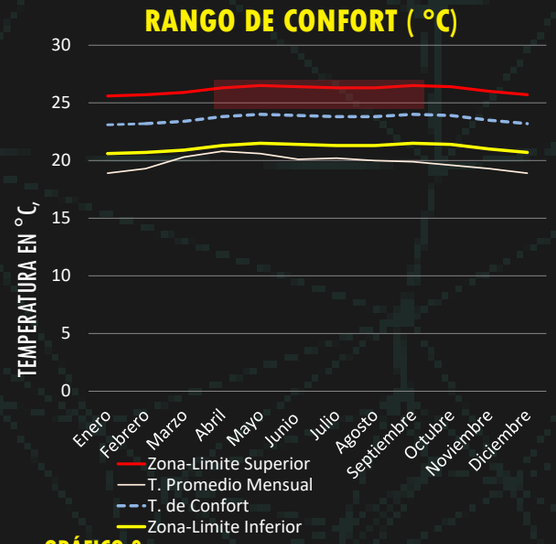


GRÁFICO 3.

Fuente: El clima y el tiempo promedio en todo el año en Buenos Aires, Costa Rica. (Weather Spark)

ESTRATEGIAS PASIVAS

FACTOR SOL

GANANCIA DIRECTA



F373.

MURO DE ACUMULACIÓN NO VENTILADO



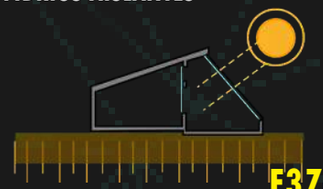
F374.

MURO DE ACUMULACIÓN VENTILADO



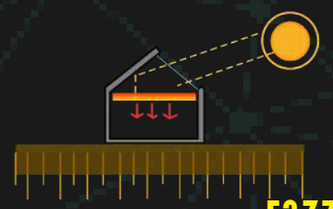
F375.

VIDRIOS AISLANTES



F376.

CAPTACIÓN SOLAR Y ACUMULACIÓN DE ENERGÍA



F377.



F378.

3.14 ANÁLISIS AMBIENTAL

3.14.4 ANÁLISIS DE PRECIPITACIÓN Y HUMEDAD

GRÁFICO DE PRECIPITACIÓN

ICONO 127.

La presencia de lluvias, en Buenos Aires, varia considerablemente durante todo el año. Contemplando la gráfica de lluvias, un día mojado es un día como mínimo de 1 milímetro de líquido y para el cantón, se muestra en gran mayoría la precipitación durante 7,3 meses partiendo desde abril y culminando en diciembre con un máximo de 488.2 mm de lluvia. Entre los meses más mojados, se distingue octubre con un promedio de 16,5 días siento el mes con mas días con solo lluvia.

Así mismo, los meses más secos van del 5 de diciembre a abril, siendo febrero el mes con menos precipitación variando desde los 28.9 mm de agua.

Si bien, cabe mencionar que para contrarrestar los meses secos, es razonable cavilar para el almacenamiento de agua pluvial, y reutilizarla como solución pasiva hacia el proyecto, tomando en cuenta los meses con mayor precipitación que superan los 300 mm.

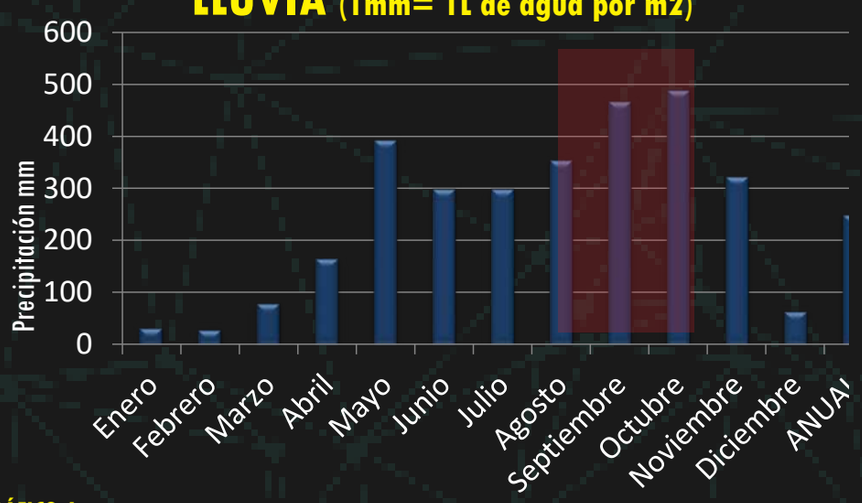


GRÁFICO 4.

Fuente: Estación de Pineapple Development Corporation. (PINDECO).
Fuente: Instituto Meteorológico Nacional.

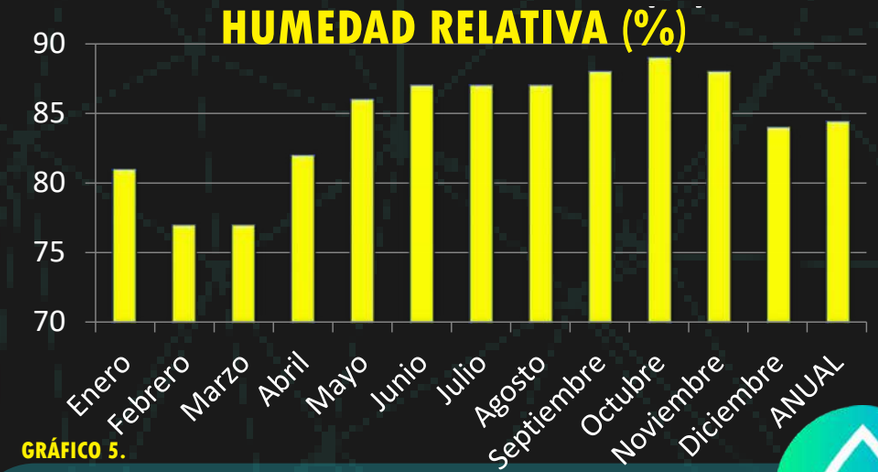


GRÁFICO 5.

GRÁFICO DE HUMEDAD

ICONO 128.

La humedad por otro lado, se determina basado en punto de pico, ya que logra determinar si el sudor se evapora de la piel, enfriado de este modo el cuerpo.

En cuanto a la humedad de Buenos Aires, está varía extremadamente. En este sentido, basado en los datos de la gráfica de humedad, se observa que el periodo de humedad permanece durante 9,4 meses, iniciando el 23 de marzo hasta enero. Por lo menos el 52% del tiempo durante estos meses el nivel de comodidad es bochornoso, tomando en cuenta que en el mes de octubre es de 89%, el mayor porcentaje durante el año. Esto quiere decir, que del total de vapor de agua que pueda llegar a encontrarse en el aire, hay un 89% de humedad ambiental relativa que afecta la comodidad del usuario.

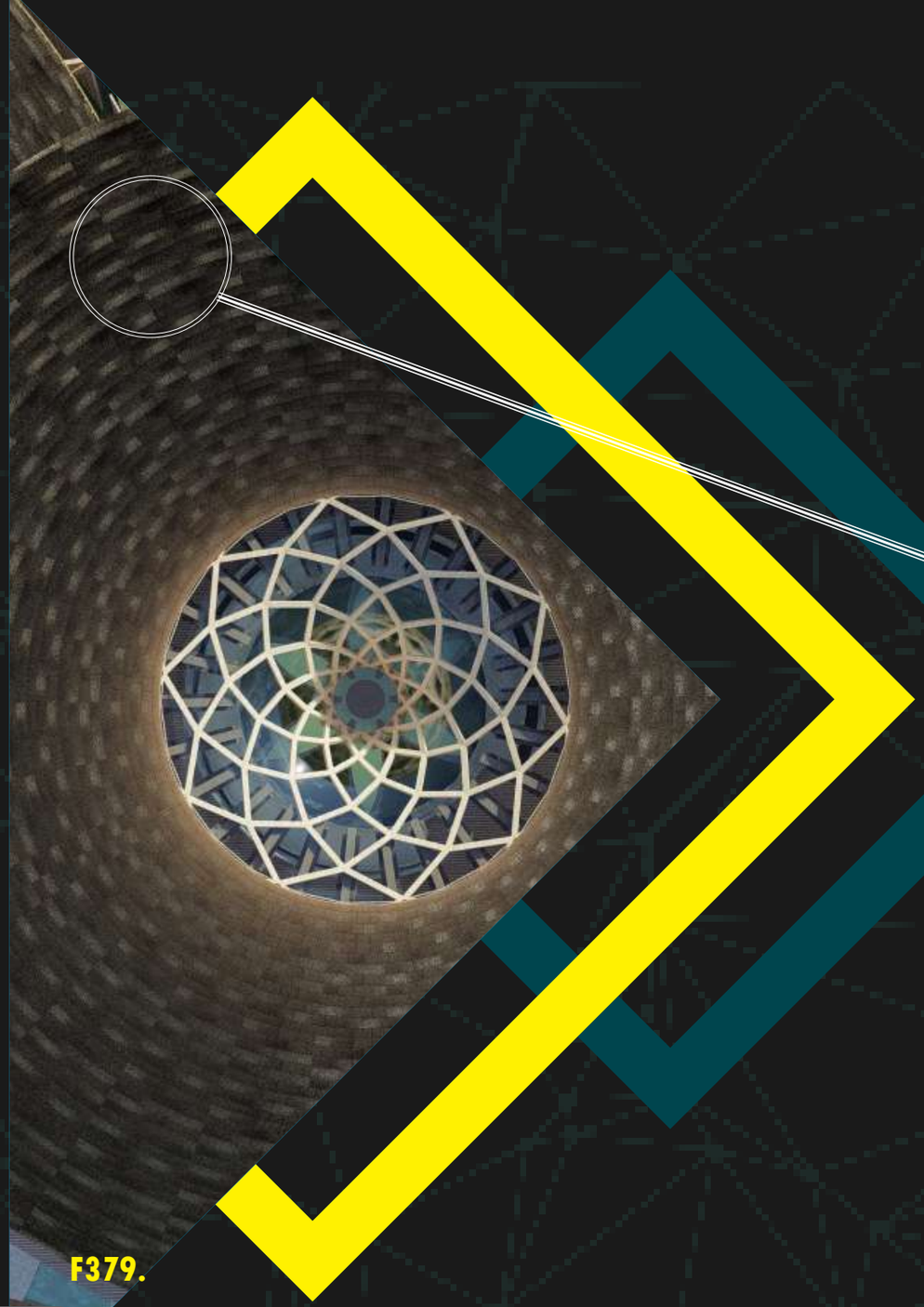
En este sentido, para llevar acabo espacios de bienestar, los meses de mayor bochorno, se debe incorporar estrategias tales como la orientación del edificio y la manipulación de los vientos que permitirán la disminución de estos porcentajes dentro de los espacios.

Fuente: El clima y el tiempo promedio en todo el año en Buenos Aires, Costa Rica. (Weather Spark)

ANTEPROYECTO

4

CAPÍTULO



“La función de la arquitectura debe resolver el problema material sin olvidarse de las necesidades espirituales del hombre”.

Luis Barragán

F379.



ICONO 20.

- Diseñar a nivel del anteproyecto arquitectóctico la propuesta del “Centro Holístico de medicina, sanación y retiro espiritual”, para el bienestar y el equilibrio de la salud.

En esta etapa de investigación, se determinan las faces de anteproyecto. Del cual parte de un análisis creativo de conceptualización, que establece las bases de la propuesta, mediante aspectos simbólicos, forma, proporción y distribución que determinan el anteproyecto final.

En la ultima fase, se presenta contenido de la propuesta final de manera gráfica con carácter preliminar que representara el Centro Holistico de Medicina natural, clasificando la información para el entendimiento de sus espacios, el funcionamiento de la instalaciones y el beneficio para los usuarios.

4.1 CONCEPTUALIZACIÓN

4.1.1 CONCEPTO


ICONO 129.

FLOR DE VIDA

La esfera de la Flor de vida, es considerado como el símbolo de la geometría sagrada, con un fuerte valor religioso y místico, que representan las estructuras básicas del tiempo y el espacio por diversas culturas. Se cree que los patrones geométricos y estructuras se encuentra configuraciones biológicas de la fuente de la vida, la interconexión y a la vez la lógica de la creación.


F382.

SIMBOLISMO
+
ESPIRITUALIDAD
+
ARTE
+
FORMA
+
PROPORCIÓN


ICONO 130.


ICONO 131.


ICONO 132.


ICONO 133.


ICONO 134.

ORIGEN


F380.


F381.

La representación más antigua de la flor de la vida se ha encontrado grabada en piedra en tre el 4000 a.C y el 250 d.C, en el templo Osirión, templo dedicado a Osiris en Abydos, Egipto. Por otro lado, se ha encontrado en otras culturas, tanto en Turquía, Rumanía, Japón, España, Italia, México, China, entre otros..

Sin embargo, el símbolo tiene conexión con bases del Cábala del Judaísmo, conocido como el árbol de vida, conteniendo los 10 símbolos espirituales, para la compresión los aspectos específicos de Dios. También, tiene conexión en el cristianismo, conocido como la semilla de vida y el huevo de la vida, vinculadas a las etapas de división del embrión y la creación del mundo en siete días del relato bíblico.

PROPUESTA CONCEPTUAL

A través de este concepto, se desea que la propuesta arquitectónica tenga un carácter simbólico, que represente la espiritualidad entre diferentes culturas. Por otro lado, que sea un arte entre la comunidad, mediante una forma que pueda ser plasmada en proporción y así, reflejar una geometría sagrada.

No obstante, ser el símbolo que refleje el inicio de una vida plena, inspirada en la naturaleza, que trasmite la armonía y la perfección en la geométrica contenida en la Flor de vida, y que por medio de este, los usuarios logren estar en constante conexión con el universo y con el creador.

FLOR DE VIDA. Significados.online, (s.f).
Fuente: https://significados.online/flor-de-la-vida/

4.1 CONCEPTUALIZACIÓN

4.1.1 CONCEPTO

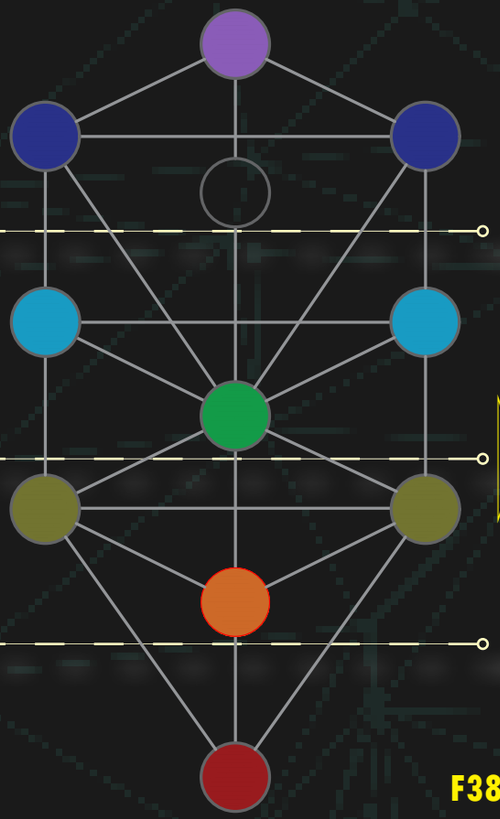
LOS CUATRO MUNDOS DE CRECIMIENTO ESPIRITUAL

ATZILUTH, EMANACIÓN
MUNDO ESPIRITUAL.
NUESTRO SER ESPIRITUAL
ELEMENTO NATURAL: FUEGO

BRIAH. CREACIÓN.
MUNDO MENTAL.
INTELECTUAL
ELEMENTO NATURAL: AIRE

YETSIRAH. FORMACIÓN.
MUNDO EMOCIONAL. PSIQUE.
NUESTRA PERSONALIDAD
ELEMENTO NATURAL: AGUA

ASIAH. ACCIÓN.
NUESTRO MUNDO FÍSICO
ELEMENTO NATURAL: TIERRA



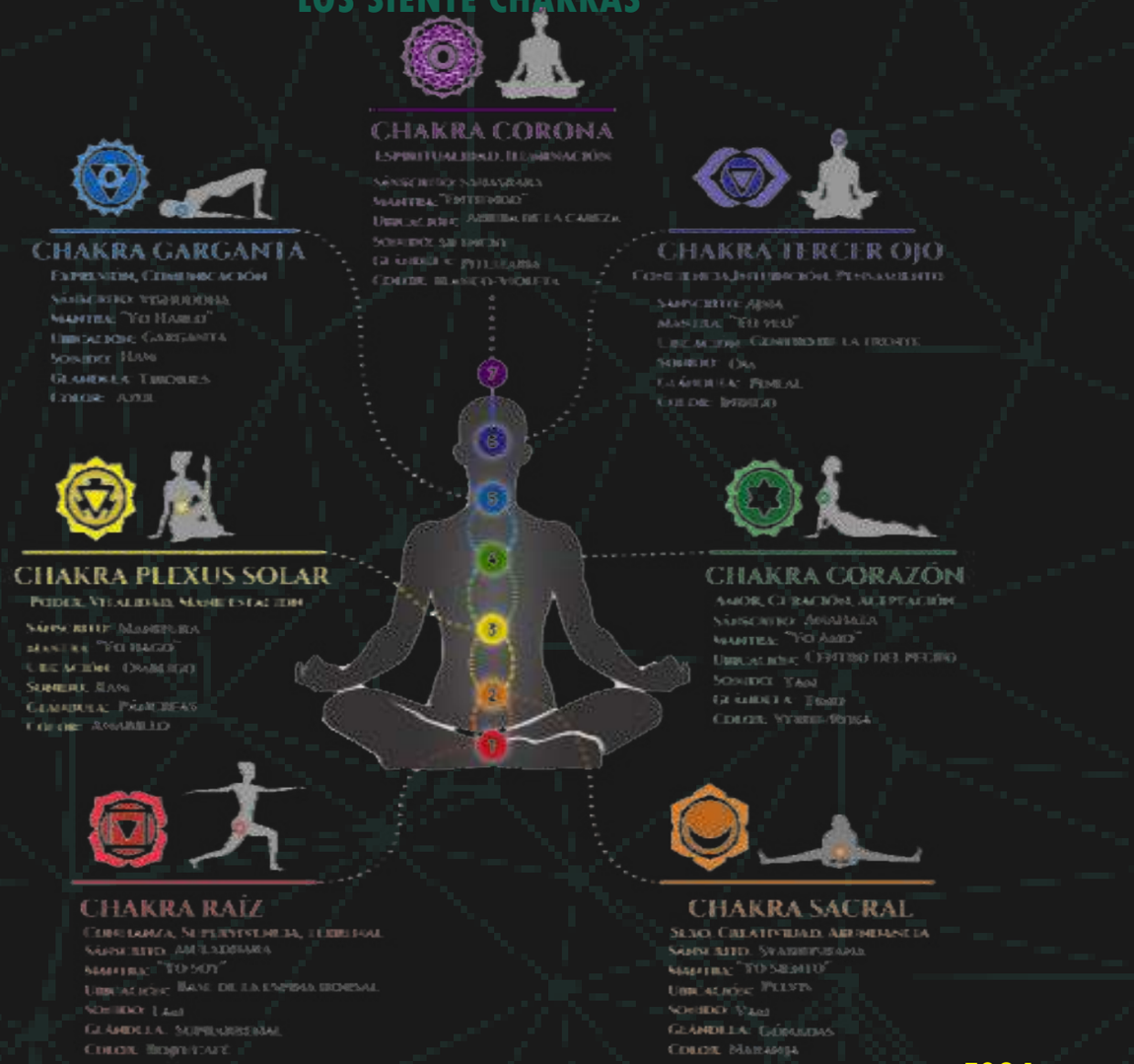
F383.

El símbolo del Árbol de Vida, derivado de la Flor de la vida, es un concepto reconocido dentro de la Kabbalah, utilizado para comprender la naturaleza de Dios y la manera que creó todo lo que existe.

De acuerdo al Kabbalah, el propósito de nuestra vida es ascender los cuatro mundos de el Árbol de Vida y ascender a un mundo espiritual de ilumi-nación continua.

Nota. ÁRBOL DE VIDA, CONCEPTO KABBALAH.
Fuente: Elaboración propia.

LOS SIENTE CHAKRAS



F384.

La Flor de Vita, también se relaciona con los 7 chakras del hinduismo, los cuales promueven el equilibrio físico y espiritual. De acuerdo con la forma del árbol de vida, este se conecta con los chakras y la energía de pranica o vital del ser humano para equilibrar el cuerpo y así ascender.

Nota. CHAKRAS
Fuente: https://cdn.shopify.com/s/files/1/0564/7420/6371/t/2/assets/633326aa-e1ce-4b38-bd8d-0fabe6dfb6a7.PNG?v=1430168237737696494 7

SÍMBOLOS SAGRADOS DENTRO DE LA FLOR DE VIDA



F385.

LA VESICA PISCIS

Primer día de la creación. Del latín, vejiga de pez. Base de la creación.



F386.

LA SEMILLA DE LA VIDA

7 días de la creación. Símbolo de la fertilidad y la creación. Representa los 7 chakras humanos. Base de la naturaleza fractal y de la vida.



F387.

EL HUEVO DE LA VIDA

Vórtice continuo de la vida. Estructura celular en tercera división del embrión.



F388.

EL ÁRBOL DE LA VIDA

Ilustra el ciclo de la vida, el árbol sagrado. Las raíces representan el nacimiento, la vida que se ha llevado a acabo, y las ramas las decisiones de la vida.



F389.

EL FRUTO DE LA VIDA

13 Sistemas informáticos, sobre la realidad. Contiene la base para el diseño de cada átomo, estructura molecular, todo en existencia.



F390.

EL CUBO DE METATRÓN

13 círculos iguales que expresan la unión entre lo masculino y lo femenino. Compuesto por los Cinco sólidos Platónicos, los Cinco elementos naturales y el guardián del árbol de vida.

FIGURAS QUE REPRESENTAN LAS ESPECIFICAS CREENCIAS ESPIRITUA-

SÍMBOLOS SAGRADOS QUE AFECTAN NUESTRO ESPÍRITU, NUESTRA MENTE Y NUESTRO CUERPO.

COMPUESTO DE CÍRCULOS Y ARCOS.

LENGUAGE PRIMARIO DEL UNIVERSO.

CONTIENE CADA ÁTOMO, Y FORMA BIOLÓGICA.

GEOMETRÍAS PARALELAS A LOS CICLOS DE UN ÁRBOL FRUTAL.

REPRESENTACIÓN DEL TIEMPO Y EL ESPACIO.

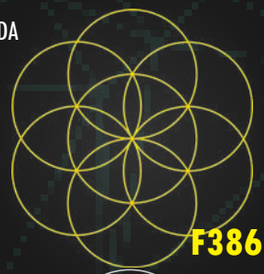
7 CÍRCULOS QUE REPRESENTAN LA CREACIÓN.
GÉNESIS 2:2-3.

SÍMBOLOS SAGRADOS DE LA FLOR DE VIDA. Multidomos, (s.f).
Fuente: Elaboración propia.

4.1 CONCEPTUALIZACIÓN

4.1.2 DESCOMPOSICIÓN DE LA FORMA

SEMILLA DE LA VIDA



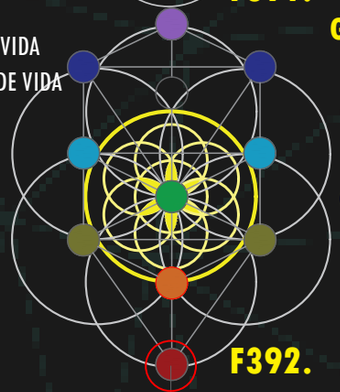
F386.

HUEVO DE VIDA
SOBRE FLOR DE VIDA



F391.

ÁRBOL DE VIDA
SOBRE FLOR DE VIDA



F392.

FRUTO DE VIDA Y
CAMINOS DE EL CUBO
DE METATRÓN



F393.

CHAKRA CORONA

CHAKRA TERCER OJO

CHAKRA GARGANTA

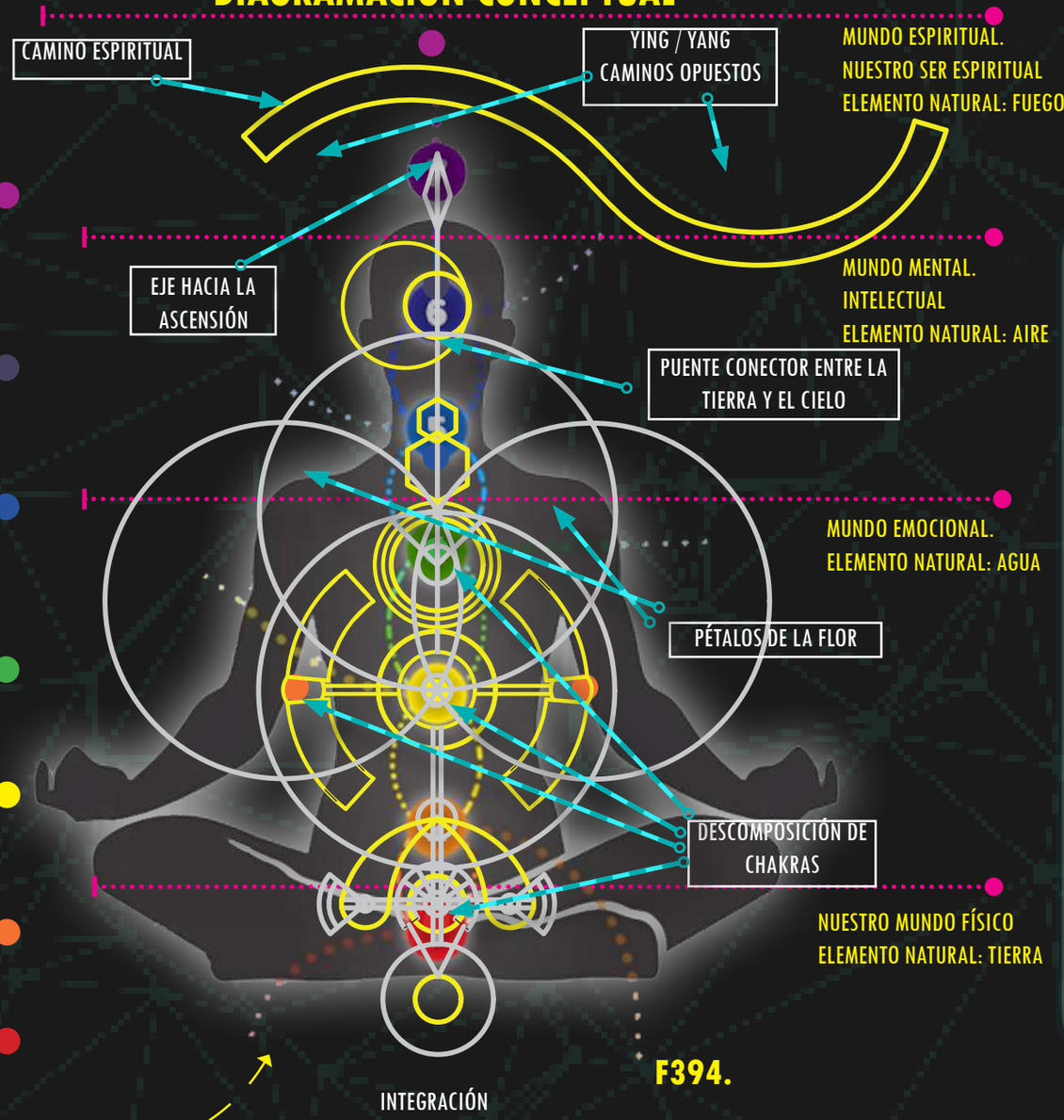
CHAKRA CORAZÓN

CHAKRA PLEXUS

CHAKRA SACRAL

CHAKRA RAÍZ

DIAGRAMACIÓN CONCEPTUAL



F394.

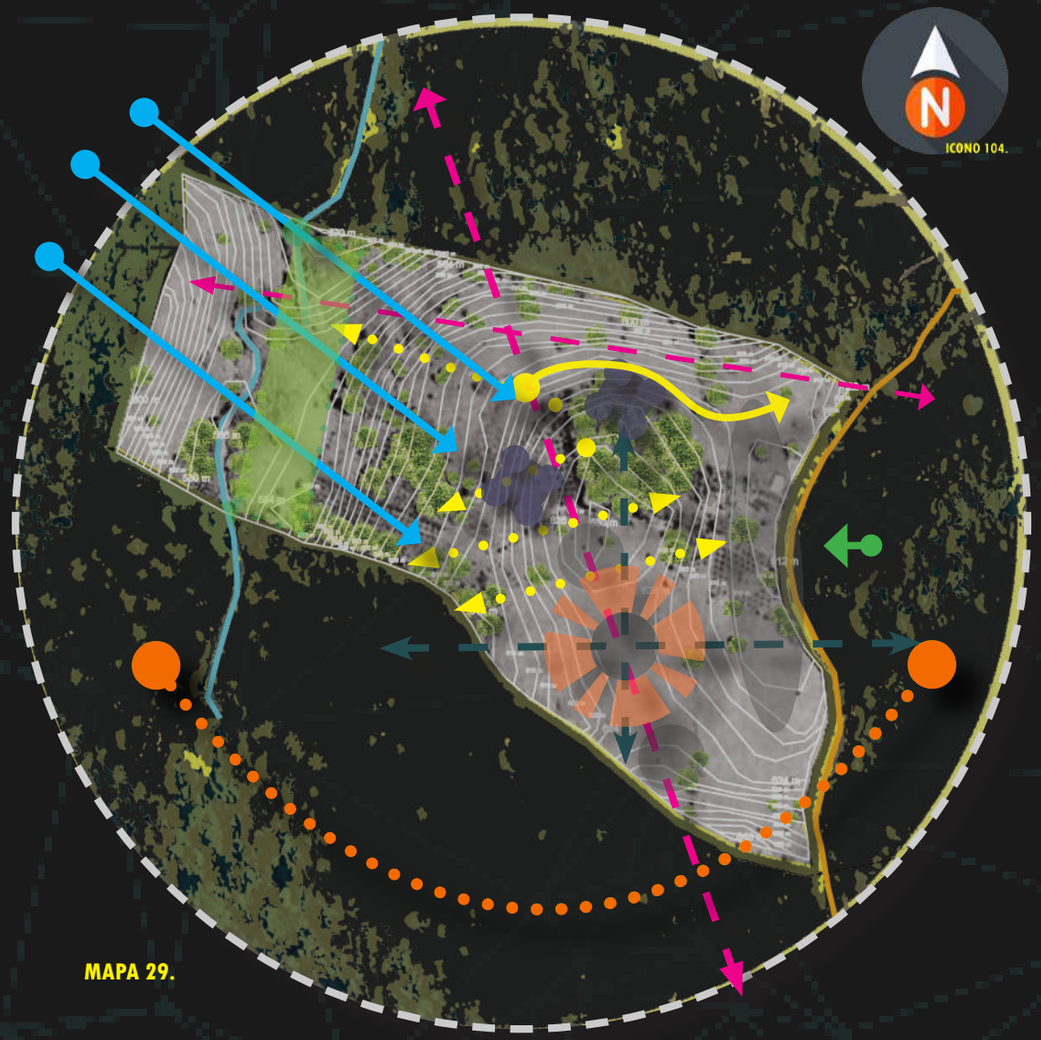
Nota. DIAGRAMA CONCEPTUAL SOBRE EL CUERPO ESPIRITUAL.
Fuente: Elaboración propia.

PROPUESTA CONCEPTUAL

Para llegar a la forma conceptual, se realizo un estudio de la geometría de los 19 círculos que componen la forma de vida, los cuales tienen un mismo diámetro. Estos círculos al solaparse crean patrones simétricos, similares a flores de 6 pétalos, los cuales se consideran un símbolo sagrado.

Al comprender el origen de la forma, y sus compuestos sagrados dentro de la flor, se logra unificar las figuras dando un lenguaje oculto en la distribución de la propuesta, simbolizando cada núcleo desde la integración, con principios de dejar atrás el mundo terrenal, hacia la purificación del alma y poder así ascender a un camino espiritual.

4.2 ESTRUCTURA DE CAMPO



MAPA 29.

SIMBOLOGÍA

EJE PRIMARIO
Lo define el área con mayor espacio en un eje central dentro del terreno, del cual se logra distribuir en un mismo remate visual sobre un mismo nivel de huella.

EJE SECUNDARIO
Lo define la trayectoria del sol y la distribución del espacio.

EJE TERCIARIO
Marcado por las visuales hacia la naturaleza dentro del proyecto.

EJE DE DISTRIBUCIÓN EN VEGETACIÓN
Lo define por ser un área de mayor emplazamiento sobre pilotes entre la naturaleza.

RETIRO DE QUEBRADA
Alimiento de 50.00 m de retiro en quebradas con pendientes mayores a 40%, en zona rural y urbana. (Otorgado por el INVU).

ACCESO
Acceso al terreno actual, el cual se desea mantener como punto estrategico para el parqueo.

HUELLA
Espacio en el terreno cercano a la entrada y el cual permite la mayor alteración de movimiento de tierra.

RECORRIDO DE SOL

EJE DE VIENTOS PRIMARIOS

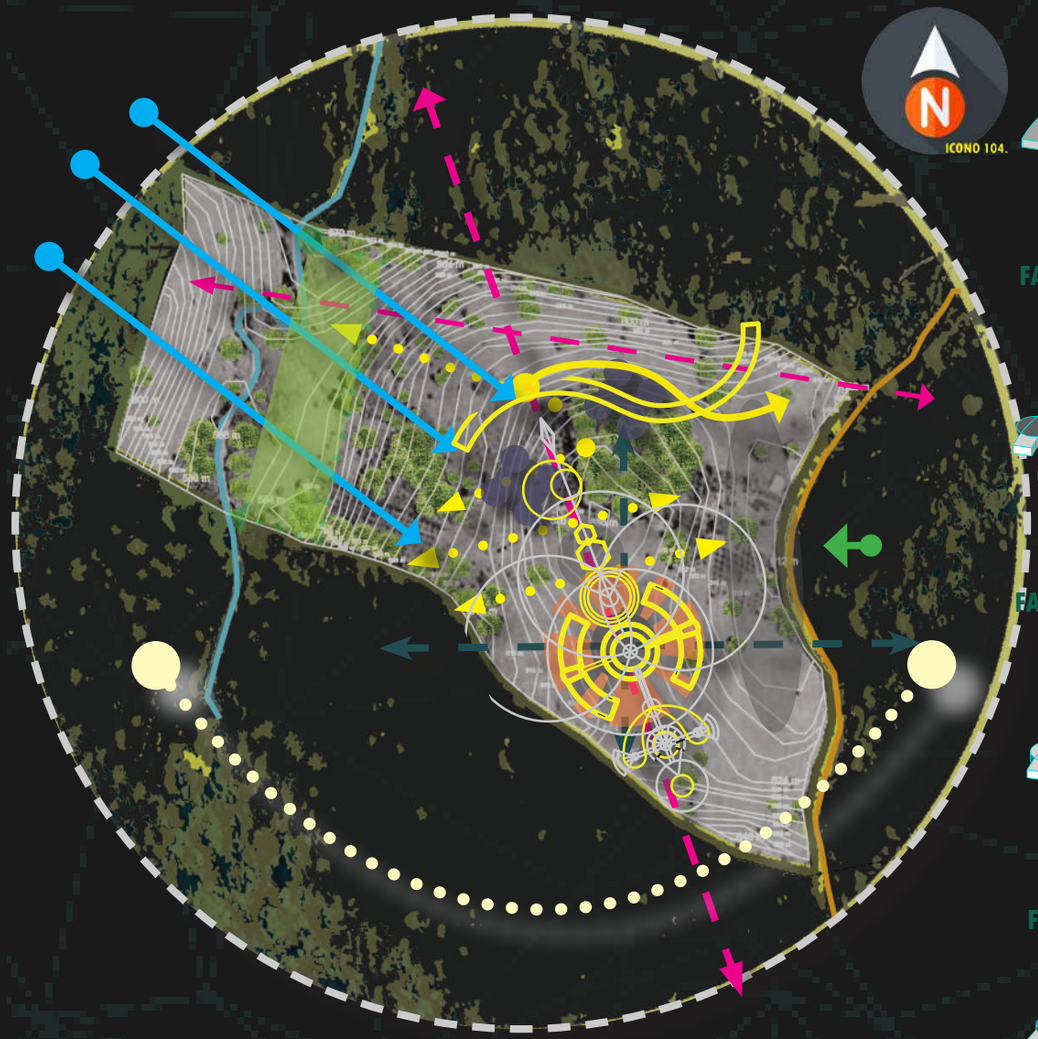
PRINCIPAL PUNTO DE INTERSECCIÓN DE EJES

CONEXIÓN ENTRE NATURALEZA Y VISUALES

Nota. MAPA DE ESTRUCTURA DE CAMPO.
Fuente: Elaboración propia.

4.2 ESTRUCTURA DE CAMPO

4.2.1 DESARROLLO DE LA FORMA

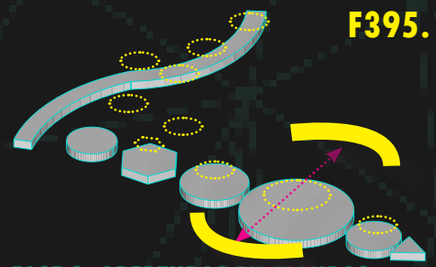


MAPA 30.

Nota. MAPA DE DIAGRAMACIÓN CONCEPTUAL SOBRE ESTRUCTURA DE CAMPO.
Fuente: Elaboración propia.

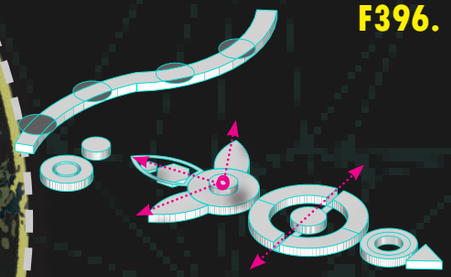
FASE 1. FIGURAS GEOMÉTRICAS DE LA FLOR DE VIDA

F395.



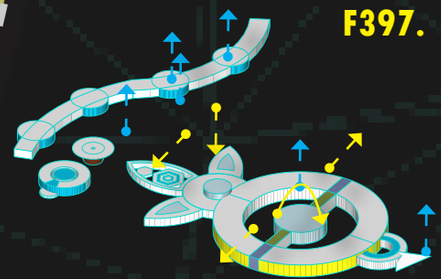
FASE 2. APERTURAS EN FIGURAS

F396.



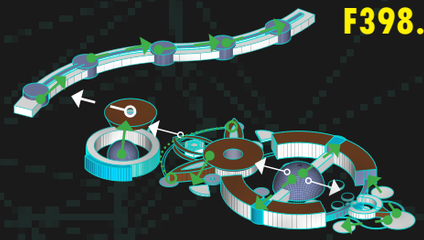
FASE 3. PERMEABILIDAD Y DISTRIBUCIÓN

F397.



FASE 4. DISTRIBUCIÓN Y CONEXIÓN

F398.



PROPUESTA VOLUMÉTRICA



PROPUESTA DE MATERIALES



4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

ÁREA DE INTEGRACIÓN	ÁREA :1172,33m2
ÁREA DE HABITACIONES (HOTEL)	ÁREA :7020.4m2
ÁREA DE DOMO	ÁREA :1259.88m2
ÁREA DE ENSEÑANZA E INVESTIGACIÓN	ÁREA :316.40m2
SALÓN MULTIUSO	ÁREA :631.36m2
ÁREA DE CULTO Y MEDITACIÓN	ÁREA :254.50m2
ÁREA DE MEDICINA TRADICIONAL	ÁREA :1859,176m2
ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (NUTRICIÓN)	ÁREA :285.58m2
ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (HIDROTERAPIA)	ÁREA :1345.69m2
ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (KINESIS)	ÁREA :946.55m2
ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (LIBERACIÓN)	ÁREA :646.25m2
ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (DEPURACIÓN)	ÁREA :1003.21m2
ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (ESTIMULO)	AREA :661.60m2
ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (EQUILIBRIO)	ÁREA :1112.84m2
VIVIENDAS COMUNITARIAS-COMUNIDAD BORUCA	ÁREA :2120m2
ÁREA DE MAQUINAS	ÁREA :164.69m2
PARQUEOS	ÁREA :2385.70
TOTAL DE ÁREAS	ÁREA :23186,15

TABLA 1.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.1 ÁREA DE INTEGRACIÓN

TOTAL DE ÁREA:8140.166m2

PROGRAMA ARQUITECTONICO

Centro Holístico de Medicina Natural

CONJUNTO	SUB CONJUNTO		DESCRIPCION	USUARIO	MOBILIARIO	REQUERIMIENTOS ESPECIALES	CAPACIDAD	UN	AREA					AREA TOTAL
SEMI-PUBLICO	RECEPCIÓN	Acceso	Acceso publico principal al edific	Visitantes, trabajadores	N/A	Control de seguridad	Circulación		1	12	m²	12	m²	131,6
		Recepción	Centro de información general	Visitantes	Centro de información	N/A	2	pa	1	10	m²	10	m²	
		Sala de espera	Lobby de espera principal	Visitantes	Sillones, mesas de café	N/A	25	pa	1	30	m²	30	m²	
		Vestíbulo	Espacio de circulación entre el ac	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulación		1	10	m²	10	m²	
		Of. de atención al usuario.	Atención a usuarios	Trabajadores	Cubiculo, archiveros, impresión	N/A	4	pa	1	10	m²	10	m²	
		OF. Admisión central	Centro de admisión general	Trabajadores	Cubiculo, archiveros, impresión	N/A	Circulación		1	22	m²	22	m²	
		OF.de Jefatural	Jefatura general del Centro	Trabajadores	Cubículo, archiveros, impresión	N/A	Circulación		1	37,6	m²	37,6	m²	
	SERVICIOS	Baños generales	Batería de baños general	Visitantes, trabajadores	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600	Baños		2	24	m²	48	m²	58
		Bodega limpieza- residuos	Materiales de limpieza-almacén	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje		1	10	m²	10	m²	
	MUSEO	Exposición de obras	Área libre para exposición de pinturas y esculturas	Visitantes y trabajadores	Estantería	N/A	45,8333	pa	1	55	m²	55	m²	106,4
		Bodega	Para arte y reliquias	trabajadores	Almacenaje estanterías	N/A	Almacenaje		1	21	m²	21	m²	
		Circulaciones	20% del espacio total del área	N/A	N/A	Ley 7600	Circulación		N/A	30,4	m²	30,4	m²	
PRIVADO	OF. ADMINISTRATIVAS Y PROVEEDURIA	Direccion	Oficina del administrador del Centro	Director de Hotel	Escritorio, mesa de juntas (4 pax), baño personal	N/A	1	pa	1	12	m²	12	m²	176,4
		Administracion	Control de personal general	Trabajadores	Cubiculo, archiveros, impresión	N/A	4	pa	1	25	m²	25	m²	
		Sala de Juntas	Para reuniones internas	Trabajadores	Mesa de juntas (6 pax)	N/A	8	pa	1	25	m²	25	m²	
		Sala de servidores-seguridad	Area de almacenaje para documentacion y servidores	Personal tecnico	Racks de servidores, banco de baterias	Control de acceso, 1	1	pa	1	25	m²	25	m²	
		Tesorería	Sala de comedor para empleados del hotel	Trabajadores	Cubiculo, archiveros, impresión	Control de acceso, 1	6	pa	1	12	m²	12	m²	
		Contaduria	Para empleados	Trabajadores	Cubiculo, archiveros, impresión	N/A	6	pa	1	12	m²	12	m²	
		Baños empledos	2 baños sin genero	Expositores, presentadores	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600, 1 por piso	Baños		2	12	m²	24	m²	
		Bodega limpieza- residuos	Materiales de limpieza	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje		1	12	m²	12	m²	
		Circulaciones	20% del espacio total del área	N/A	N/A	Ley 7600	Circulación		N/A	27	m²	29,4	m²	

TABLA 2.1.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.1 ÁREA DE INTEGRACIÓN

PRIVADO	RESTAURANTE	Cocina	Preparacion de alimentos	Cocineros	Cocina industrial, horno, mesa de trabajo, asador, lavaplatos, fregadero, mesa de preparacion	Ventilación natural	6	pa	1	44	m²	44	m²	490,48
		Bodega-Refrigeración	Para alimentos	Cocineros, Bodegueros	Alacenas, espacio refrigerado	N/A	Almacenaje		1	22	m²	22	m²	
		Área de carga y descarga	Ingreso de materias primas	Cocineros, Bodegueros	N/A	N/A	Almacenaje		1	15	m²	15	m²	
		Vestidores	Vestidores y/o duchas/s.s	vestidores mixtos	Lockers, bancas/ duchas/s.s	N/A	10	pa	1	12	m²	12	m²	
		Bufete - Autoservicio	Area de servicio y entrega de comidas preparadas para	Trabajadores, personal medi	Bufetera, Urnas, urnas refrigeradas de auto servicio	Conexion a Gas	6	pa	1	25	m²	25	m²	
		Caja	Para pagos	Trabajadores	Caja registradora	N/A	1	pa	1	4	m²	4	m²	
		Terraza	Espacio para el consumo de alimentos	Trabajadores, personal medi	Mesas y sillas de comedor, basureros de comedor, lavamanos	Ventilacion natural	70	pa	1	84	m²	84	m²	
		Comedor	Espacio para el consumo de alimentos	Trabajadores, personal medi	Mesas y sillas de comedor, basureros de comedor, lavamanos	Ventilacion natural	101,667	pa	1	122	m²	122	m²	
	SERVICIOS	Baños generales	Bateria de baños general	Visitantes, trabajadores	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600	Baños		2	24	m²	48	m²	
		Baños de personal.	Bateria de baños general	Visitantes, trabajadores	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600	Baños		2	6,8	m²	13,6	m²	
		Vestidores	Vestidores y/o duchas/s.s	vestidores mixtos	Lockers, bancas/ duchas/s.s	N/A	9,16667	pa	1	11	m²	11	m²	
		Depósito de Residuos	Almacen y depósito de residuos	Trabajadores	Alacenas y cuartos de almacenaje separados	N/A	Almacenaje		1	6,8	m²	6,8	m²	
		Bodega limpieza	Materiales de limpieza	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje		1	4	m²	4	m²	
		Zona de Gases GLP	Almacen de tanques de gases GLP	Trabajadores	Tanques de gas, sistema de distribucion, compresores	1 por restairante	Almacenaje		1	10	m²	10	m²	
		Circulaciones	20% del espacio total del área	N/A	N/A	Ley 7600	Circulación		N/A	62,9	m²	69,08	m²	

TABLA 2.2.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.1 ÁREA DE INTEGRACIÓN

PÚBLICO	DOMO	Área de meditación, recreación y eventos grupales.	Área destinada a servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación mediante la meditación.	Pacientes-trabajadores	Telas para yoga aérea, colchonetas, cojines, equipo de mussicoterapia, equipo de aromaterapia.	N/A	376,783	pax	1	452	m²	452,1	m²	1259,88
		Área verde de meditación interna	Área destinada a servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación	Pacientes-trabajadores	Cojines, equipo de mussicoterapia, equipo de aromaterapia.	N/A	79,7083	pax	2	95,7	m²	191,3	m²	
		Circulaciones	Espacio de circulación entre las áreas de enseñanza.	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulación		1	616	m²	616,4	m²	
	VIVIENDAS COMUNITARIAS-COMUNIDAD BORUCA	Viviendas	Viviendas comuntarias para familias de 4 miembros	Comunidad Boruca	Camas,sofas, equipo de cosina, mesa, armarios.	N/A	46,6667	pa	20	56	m1	1120	m²	2120
		Área de Recreación	Acceso público	Comunidad Boruca, Visitant	Área al aire libre	N/A	833,333	pa	1	1000	m²	1000	m²	
	PARQUEOS	Estacionamiento Público	Estacionamientos en área exterior	Visitantes	N/A	Control de acceso	166	pa	123	12,5	m²	1538	m²	2373,65
		Estacionamiento Público 7600 5%	Estacionamientos en área exterior	Visitantes	N/A	LEY 7600	16	pa	10	12,5	m1	125	m²	
		Estacionamiento Privado	Estacionamientos en área exterior	Trabajadores, personal medi	N/A	Control de acceso	0	pa	48	12,5	m1	600	m²	
		Estacionamiento Privado 7600 5%	Estacionamientos en área exterior	Trabajadores, personal medi	N/A	LEY 7600	0	pa	6	12,5	m1	75	m²	
		Caseta de Seguridad	Seguridad y vigilancia de área de máquinas	Trabajadores	N/A	N/A			3	12,1	m1	36,15	m²	

TABLA 2.3.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.1 ÁREA DE INTEGRACIÓN

PÚBLICO	ÁREAS PÚBLICAS	GUARDERIA	Área de recepción e informacion	Centro de informacion general-Sala de espera	Visitantes, trabajadores	sillas, escritorio, almacenaje de documentos	Centro de informacio	2	pa	1	7	m²	7	m²	214,8
			Almacen	Almacen y ref.	Visitantes, trabajadores	Alacenas, espacio refrigerado	N/A	Almacenaje		1	12	m²	12	m²	
			Área de cambio de pañales	Cuidado de infantes Ärea de cambio de pañales	Visitantes, trabajadores	Alacenas, mesa para cambiar pañales	N/A	10	pa	1	12	m²	12	m²	
			Área de Infantes	Área de descanso para infantes	Visitantes, trabajadores	Colchonetas, cunas.	N/A	20,8333	pa	1	25	m²	25	m²	
			Aprendizaje-enseñanza	Área de enseñanza precoz	Visitantes, trabajadores	Lockers, bancas/ duchas/s.s	N/A	20,8333	pa	1	25	m²	25	m²	
			Área de Juegos y Estimulación	Área de espacio de recreación	Visitantes, trabajadores	Estanteria, juegos de mesa, Sillas colgantes, Bean bags.	N/A	20,8333	pa	1	25	m²	25	m²	
			Área de alimentación	Alimetación a infantes	Visitantes, trabajadores	Mesas y sillas de comedor, basureros de comedor,	N/A	20,8333	pa	1	25	m²	25	m²	
			Baños	2 baños sin género	Visitantes, trabajadores	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600	Baños		2	12	m²	24	m²	
			Deposito de Residuos	Almacen y deposito de residuos	Trabajadores	Alacenas y cuartos de almacenaje separados	N/A	Almacenaje		1	7	m²	7	m²	
			Bodega limpieza	Materiales de limpieza	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje		1	5	m²	5	m²	
			Vestidores de personal	Vestidores y/o duchas/s.s	Trabajadores	Lockers, bancas/ duchas/s.s	N/A	10	pa	1	12	m²	12	m²	
			Circulaciones	20% del espacio total del área	N/A	N/A	Ley 7600	Circulación		N/A	33,4	m²	35,8	m²	
		SALON MULTIUSOS	Escenario	Espacio para presentación y clases magistrales	Expositores, presentadores	N/A	Rampa para accesar,	20,8333	pa	1	25	m²	25	m²	631,356
			Salón	Sillas para el público	Visitantes	Butacas	Ley 7600	320,333	pa	1	384	m²	384,4	m²	
			Bodega	Almacenaje de equipos de sonido, instrumentos musicales, mobiliario, etc.	Sonidista, personal técnico	N/A	N/A	Almacenaje		2	14	m²	28	m²	
			Cabina de control	Control de luces y sonido dentro del auditorio	Sonidista, personal técnico	Consola de control, sillas, monitores	Vista hacia escenario	2	pa	1	35,9	m²	35,85	m²	
			Vestidores / Baños	Vestidores y/o duchas/s.s	Expositores, presentadores	Lockers, bancas/ duchas/s.s	N/A	22,0333	pa	2	26,4	m²	52,88	m²	
			Circulaciones	20% del espacio total del área	N/A	N/A	Ley 7600	Circulación		N/A	97,1	m²	105,2	m²	
		ÁREA DE CULTO Y MEDITACIÓN	Área de culto	Área de meditación y rezo.	Visitantes, trabajadores	Colchonetas, cojines, equipo de mussicoterapia, equipo de aromaterapia.	N/A	74,3083	pa	1	89,2	m²	89,17	m²	254,5
			Of. General de Culto	Of. De terapia con el encargado de liberación y sanación	Visitantes, trabajadores	sillas, escritorio, almacenaje de documentos	Ley 7600	Baños		1	20,5	m²	20,48	m²	
			Bodega	Almacenaje de equipos de sonido, instrumentos musicales,	Sonidista, personal técnico	N/A	N/A	Almacenaje		2	6	m²	12	m²	
			Baños	2 baños sin genero	Visitantes, trabajadores	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600	Baños		2	6	m²	12	m²	
			Piramides sanadoras	Área destinada a sanación y liberación	Visitantes, trabajadores	N/A	Ley 7600	8,63333	pa	6	10,4	m²	62,16	m²	
			Circulaciones	Espacio de circulación entre las áreas de enseñanza.	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulación		1	52,8	m²	58,69	m²	

TABLA 2.4.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.2 ÁREA DE HABITACIONES (HOTEL)

TOTAL DE ÁREA:7020.40m2

PROGRAMA ARQUITECTONICO

Centro Holístico de Medicina Natural

CONJUNTO	SUB CONJUNTO		DESCRIPCIÓN	USUARIO	MOBILIARIO	REQUERIMIENTOS ESPECIALES	CAPACIDAD	UN	AREA	AREA TOTAL	
PRIVADO / HOTEL	ADMINISTRACIÓN	Dirección	Oficina del administrador del hotel	Director de Hotel	Escritorio, mesa de juntas (4 pax), baño personal	N/A	1 pax	1	10 m²	10 m²	220,8	7020,4
		Administración	Control de usuarios y habitaciones	Trabajadores	Cubiculo, archiveros, impresión	N/A	4 pax	1	10 m²	10 m²		
		Sala de Juntas	Para reuniones internas	Trabajadores	Mesa de juntas (6 pax)	N/A	8 pax	1	21 m²	21 m²		
		Sala de servidores-seguridad	Área de almacenaje para documentacion y servidores	Personal técnico	Racks de servidores, banco de baterías	Control de acceso, 1 p	1 pax	1	20 m²	20 m²		
		Sala de Descanso-Comedor	Sala de comedor para empleados del hotel	Trabajadores	Mesa de comedor, tv, refrigeradora, microondas, fregadero	Control de acceso, 1 p	6 pax	1	21 m²	21 m²		
		Vestidores	Para empleados	Trabajadores	Lockers, bancas	N/A	6 pax	1	10 m²	10 m²		
		Baños empledos	2 baños sin género	Expositores, presentadores	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600, 1 por piso	Baños	2	10 m²	20 m²		
		Bodega suministros	Almacenaje de refrescos, jabones, shampoo, etc	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje	1	10 m²	10 m²		
		Bodega limpieza- residuos	Materiales de limpieza	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje	1	10 m²	10 m²		
		Bodega ropa de cama	Paños, sábanas, almohadas, etc.	Trabajadores	Alacenas	0 por piso	Almacenaje	1	10 m1	10 m²		
		Lavado	Zona de lavado y secado industrial de ropa	Trabajadores	Lavadores y secadoras industriales	N/A	4 pax	1	21 m²	21 m²		
		Planchado	Planchado de ropa ya lavada	Trabajadores	Planchas industriales	N/A	4 pax	1	21 m²	21 m²		
		Circulaciones	Espacio de circulacion entre el acceso y la recepcion del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulacion	1	34,8 m²	36,8 m²		
	HOTEL	Habitaciones	Habitaciones para 1 o 2 persona, con baño y ducha	Visitantes	Cama queen, escritorio, tv, closet, caja fuerte	N/A	2 pax	84	26 m²	2184 m²	6799,6	
		Habitaciones grupales	Habitaciones con para 2 o 4 personas, con baño y ducha	Visitantes	Cama queen, escritorio, tv, closet, caja fuerte	N/A	4 pax	84	30 m²	2520 m²		
		Sala de Estar	Espacio de entretenimiento	Visitantes	Sillones, mesas de café,	N/A	8 pax	6	28 m²	168 m²		
		Acceso Diferenciado	Acceso controlado solo para usuarios registrados en el hotel	Investigadores, Personal me	N/A	Control de acceso	Circulacion	N/A	6 m²	6 m²		
		Ducto vertical	Ducto de ascensores y escaleras	N/A	Ascensores	Ley 7600	12 pax	1	166 m²	166 m²		
		Bodega limpieza- residuos	Materiales de limpieza	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje	12	7,3 m²	87,6 m²		
		Circulaciones	20% del espacio total del area	N/A	N/A	Ley 7600	Circulacion	N/A	51,2 m²	1668 m²		

TABLA 3.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.3 ÁREA DE MEDICINA TRADICIONAL

TOTAL DE ÁREA:1859,177m2

PROGRAMA ARQUITECTONICO

Centro Holístico de Medicina Natural

CONJUNTO	SUB CONJUNTO		DESCRIPCIÓN	USUARIO	MOBILIARIO	REQUERIMIENTOS ESPECIALES	CAPACIDAD	UN	AREA	AREA TOTAL	
PRIVADO	ADMISIÓN Y DIAGNOSTICO INICIAL	Oficina admisión	Área de admisión e informacion visitatntes	Visitantes, trabajadores	Consola de control, sillas, monitores	N/A	2 pax	1	14,3 m²	14,3 m²	234,96
		Oficina atención al usuario	Consulta de registros médicos	Visitantes, trabajadores	Consola de control, sillas, monitores	Control de acceso	2 pax	1	14,3 m²	14,3 m²	
		Diagnositicos iniciales	Recopilación de diagnóstico por paciente	Enfermos, Personal medico	Camillas, sillas, escritorio, almacenaje de documentos	Control de acceso	2 pax	1	14,3 m²	14,3 m²	
		Documentacion clínica	Área de almacenamiento de expedientes - codificación y digitalización	Especialistas, trabajadores	N/A	Control de acceso	2 pax	1	14,3 m²	14,3 m²	
		Farmacia	Oficina -tienda	Especialistas, trabajadores	Sillas, escritorio, almacenaje de medicamentos	Control de acceso	4 pax	1	30 m²	30 m²	
		Área de servicio social	Oficina de servicio social	Especialistas, trabajadores	sillas, escritorio, almacenaje de documentos	Control de acceso	2 pax	1	14,3 m²	14,3 m²	
		Baños generales	2 baños	Pacientes	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600, 1 por piso	Baños	2	14,6 m²	29,2 m²	
		Circulaciones	Espacio de circulacion entre el acceso y la recepcion del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulacion	1	20,3 m²	104,3 m²	
	ADMINISTRACION	Direccion-jefatura	Oficina del administrador del Centro	Dirección Del centro	Escritorio, mesa de juntas (4 pax), baño personal	N/A	1 pax	1	14,6 m²	14,6 m²	293,84
		Sala multiusos	Para reuniones internas	Investigadores, doctores	Mesa de juntas (8 pax)	1 por piso	8 pax	3	30,4 m²	91,2 m²	
		Secretaria	Asistencia a la dirección	Trabajadores	Cubículos	N/A	6 pax	1	14,6 m²	14,6 m²	
		Sala de espera	Lobby de espera	Trabajadores, doctores, inves	Sillones, mesas de café	N/A	6 pax	1	33,1 m²	33,14 m²	
		Sala de servidores-seguridad	Área de almacenaje para documentacion y servidores	Personal técnico	Racks de servidores, banco de baterías	Control de acceso, 1 p	1 pax	1	30,4 m²	30,4 m²	
		Bodega limpieza	Materiales de limpieza	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje	1	14,3 m²	14,3 m²	
		Circulaciones	Espacio de circulacion entre el acceso y la recepcion del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulacion	1	27,5 m²	95,6 m²	

TABLA 4.1.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.3 ÁREA DE MEDICINA TRADICIONAL

PÚBLICO	HOSPITAL	MEDICINA TRADICIONAL	CONSULTORIOS MEDICINA INTEGRATIVA	Área de Recreación Grupal	Acceso público principal al edificio	Visitantes, trabajadores	Sillones, mesas de café	N/A	6	pax	1	41,6	m²	41,6	m²	580,536
				Sala de espera	Acceso público principal al edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	Control de seguridad	16,66667	pax	1	20	m²	20	m²	
				Área de consultorio Psicológico-indiviual	Consultorios médicos para diagnósticos y tratamientos	Pacientes, Personal médico	Cama de hospitalizacion, salidas electricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pax	4	14,9	m²	59,4	m²	
				Área de consultorio Psicológico-grupal	Consultorios médicos para diagnósticos y tratamientos	Pacientes, Personal médico	Cama de hospitalización, salidas eléctricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pax	3	20,3	m²	60,9	m²	
				Área de Medicina Integrativa	Consultorios médicos para diagnósticos y tratamientos	Pacientes, Personal médico	Cama de hospitalizacion, salidas eléctricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pax	3	14,5	m²	43,5	m²	
				Consultorio Médico	Consultorios médicos para diagnósticos y tratamientos	Pacientes, Personal médico	Cama de hospitalizacion, salidas eléctricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pax	2	14,5	m²	29	m²	
				Consultorio Médico-Grupal	Consultorios médicos para diagnósticos y tratamientos	Pacientes, Personal médico	Cama de hospitalizacion, salidas eléctricas especiales, salidas de oxígeno y	Control de acceso	1	pax	5	20,3	m²	101,5	m²	
				Toma de muestras	Toma de muestras de sangre, hisopados, orina, excretes, segregaciones , etc.	Pacientes, Personal médico	Camillas, sillas, escritorio, almacenaje de muestras	N/A	4	pax	1	14,6	m²	14,6	m²	
				Almacenaje de suministros médicos	Almacenaje de instrumentación médica, suministros y gases como oxígeno.	Personal técnico, personal m	Alacenas, espacio refrigerado	Control de acceso	Almacenaje		1	14,6	m²	14,6	m²	
				Almacenaje de residuos médicos	Área de almacenaje de material médico usado, separado por riesgo biológico	Personal técnico	Alacenas y cuartos de almacenaje separados	Control de acceso	Almacenaje		1	14,6	m²	14,6	m²	
				Área de Arteterapia	Área de rehabilitacion	Pacientes, Personal médico	Bicicletas estacionarias, area de pesas, caminadoras y área de estiramiento	N/A	16,91667	pax	1	20,3	m²	20,3	m²	
				Área de Terapia Ocupacional	Área de rehabilitacion	Pacientes, Personal medico	Bicicletas estacionarias, área de pesas, caminadoras y área de estiramiento	N/A	16,91667	pax	1	20,3	m²	20,3	m²	
				Vestidores	Área para aseos y cambios de ropa para personal del hospital	Pacientes	Lavatorios, orinales, inodoros y duchas	Ley 7600, 1 por piso	2	pax	2	14,3	m²	28,6	m²	
				Bodega limpieza	Materiales de limpieza	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje		1	14,9	m²	14,88	m²	
					Espacio de circulacion entre el											

TABLA 4.2.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.3 ÁREA DE MEDICINA TRADICIONAL

PRIVADO		LAVANDERIA	Almacen de ropa sucia	Almacenaje de ropa sucia, separados	Trabajadores	Alacenas	N/A	Almacenaje		1	14,6	m²	14,6	m²	70,08
			Almacen ropa limpia	Almacenaje de ropa de cama, ropa de pacientes y personal medico ya procesada	Trabajadores	Alacenas	N/A	Almacenaje		1	14,6	m²	14,6	m²	
			Lavado	Zona de lavado y secado industrial de ropa	Trabajadores	Lavadores y secadoras industriales	N/A	4	pax	1	14,6	m²	14,6	m²	
			Planchado	Planchado de ropa ya lavada	Trabajadores	Planchas industriales	N/A	4	pax	1	14,6	m²	14,6	m²	
			Circulaciones	Espacio de circulacion entre el acceso y la recepcion del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	Compartido con área	Circulacion		1	11,7	m²	11,68	m²	
		PERSONAL	Sala de doctores	Espacio de espacimiento y descanso de doctores	Doctores	Mesa de comedor, tv, sillones, area de descanso con cama individual	Control de acceso	6	pax	1	20,3	m²	20,3	m²	157,17
			Sala enfermeria	Espacio de espacimiento y descanso de enfermeros	Enfermeros	Mesa de comedor, tv, sillones, area de descanso con cama individual	Control de acceso	6	pax	1	20,3	m²	20,3	m²	
			Vestidores	Area para aseos y cambios de ropa para personal del hospital	Personal medico	Duchas, lockers, bancas	Ley 7600, 1 por piso	2	pax	2	19,9	m²	39,72	m²	
			Baños generales	Bateria de baños general	Personal	Lavatorios, orinales, inodoros y duchas	Compartido con área	Baños		2	0	m²	0	m²	
			Circulaciones	Espacio de circulacion entre el acceso y la recepcion del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulacion		1	12,1	m²	76,85	m²	

TABLA 4.3.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.4 ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (NUTRICIÓN)

TOTAL DE ÁREA:285.58m2

PROGRAMA ARQUITECTONICO

Centro Holístico de Medicina Natural

CONJUNTO	SUB CONJUNTO		DESCRIPCION	USUARIO	MOBILIARIO	REQUERIMIENTOS ESPECIALES	CAPACIDAD		UN	AREA		AREA TOTAL			
MEDICINA COMPLEMENTARIA(NNUTRICIÓN)	ÁREA DE NUTRICIÓN	Cocina	Preparacion de alimentos	Cocineros	Cocina industrial, horno, mesa de trabajo, asador, lavaplatos, fregadero, mesa de preparacion	Ventilacion natural	6	pa	1	24,4	m²	24,35	m²		
		Comedor	Espacio para el consumo de alimentos	Trabajadores, personal med	Mesas y sillas de comedor, basureros de comedor, lavamanos	Ventilacion natural	45,83333	pa	1	55	m²	55	m²		
		Bodega-Refrigeración	Para alimentos	Cocineros, Bodegueros	Alacenas, espacio refrigerado	N/A	Almacenaje		1	4,55	m²	4,55	m²		
		Almacen	Almacenaje de equipo preferenciado	Trabajadores	Estantería, bodega	N/A	Almacenaje		1	12	m²	12	m²		
		Área de descarga	Ingreso de materias primas	Cocineros, Bodegueros	N/A	N/A	Almacenaje		1	15	m²	15	m²		
		Bufete - Autoservicio	Area de servicio y entrega de comidas preparadas para entrega al usuario	Trabajadores, personal med	Bufetera, Urnas, urnas refrigeradas de auto servicio	Conexion a Gas	6	pa	1	4,75	m²	4,75	m²		
		Área de consultorio de nutrición-Individual	Consultorios medico para diagnosticos y tratamientos	Pacientes, Personal medico	Sillas, escritorio, almacenaje, equipo de nutrición	Control de acceso	1	pa	3	12	m²	36	m²		
		Área de consultorio de nutrición-Grupal	Consultorios médicos para diagnósticos y tratamientos	Pacientes, Personal médico	Sillas, escritorio, almacenaje, equipo de nutrición	Control de acceso	1	pa	1	25	m²	25	m²		
		Circulaciones	Espacio de circulacion entre el acceso y la recepcion del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulacion		1	11,4	m²	49,43	m²		
	SERVICIOS	Baños generales	Batería de baños general	Pacientes-trabajadores	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600	Baños		2	12	m²	24	m²	285,58	285,58
		Vestidores de personal	Área para aseos y cambios de ropa	Trabajadores	Duchas y casilleros	Ley 7600, 1 por piso	10	pa	1	12	m²	12	m²		
		Bodega limpieza	Materiales de limpieza	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje		1	4,5	m²	4,5	m²		
		Cuarto de Residuos	Materiales de residuos	Trabajadores		1 por piso	Almacenaje		1	7	m²	7	m²		
	PERSONAL	Oficina Personal	Atención a usuarios	Trabajadores	Cubículo, archiveros, impresión	N/A	4	pa	1	12	m²	12	m²		

TABLA 5.1.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.5 ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (HIDROTERAPIA)

TOTAL DE ÁREA:1345.69m2

MEDICINA COMPLEMENTARIA(KINESIS)	HIDROTERAPIA	Almacén	Almacenaje de equipo preferenciado	Trabajadores	Estantería, bodega	N/A	Almacenaje		1	19,5	m²	19,5	m²	1345,69	2292,24
		Área de Hidroterapia	Piscina principal de Hidroterapia y área de duchas y jacuzzis	Pacientes y trabajadores, te	piscina y equipos de natación y rehabilitación	piscina hidrotermal	227,6667	pa	1	273	m²	273,2	m²		
		Piscina con Corriente y equipamiento	Piscinas de rehabilitación y fisioterapia	Doctores, pacientes	piscina y equipos y rehabilitación	Ley 7600,	31,5	pa	2	37,8	m²	75,6	m²		
		Cuarto de Tinas	Tinas terapéuticas para el tratamiento de lesiones y affecciones	Doctores, pacientes			21,05	pa	1	25,3	m²	25,26	m²		
		Duchas Terapeuticas	Duchas que estimulan el bienestar con regulacion de temperatura y presión del agua	Doctores, pacientes			21,05	pa	2	25,3	m²	50,52	m²		
		Almacenaje	Área de almacenaje	Trabajadores	Estantería, bodega	Climatizacion regula	Almacenaje		2	5	m²	10	m²		
		Área de camillas de Hidroterapia	Termo masajeador automático que combina masaje y presion.	Doctores, pacientes			42,08333	pa	1	50,5	m²	50,5	m²		
		Jacuzzi	Área de jacuzzis acompañado de accion terapeutica con chorros de agua.	Pacientes			13,98333	pa	1	16,8	m²	16,78	m²		
		Área de fangoterapia	Área de fangoterapia.	Pacientes, trabajadores			7,958333	pa	1	9,55	m²	9,55	m²		
		Área de terapia grupal interior	Área de terapia grupal interior central	Pacientes, trabajadores			65,45833	pa	1	78,6	m²	78,55	m²		
		Vestidores	Área para aseos y cambios de ropa	Pacientes	Duchas y casilleros	Ley 7600, 1 por piso	22,04167	pa	2	26,5	m²	52,9	m²		
	SERVICIOS	Cuarto de máquinas	Sistema de suministro constante de agua potable	Personal técnico	Bombas de agua, tubería y llaves de control, sistema de filtrado	N/A	Maquinaria		1	12,4	m²	12,4	m²		
		Almacenaje de equipo	Área de almacenaje y equipamiento de hidroterapia	Trabajadores	Estantería, bodega	Climatización regula	Almacenaje		1	12,4	m²	12,4	m²		
		Vestidores de personal	Área para aseos y cambios de ropa	Trabajadores	Duchas y casilleros	Ley 7600, 1 por piso	22,04167	pa	2	26,5	m²	52,9	m²		
		Baños generales	Batería de baños general	Pacientes-trabajadores	Lavatorios, orinales,	Ley 7600	Baños		2	26,5	m²	52,9	m²		
		Bodega de ropa limpia	Paños, sábanas, almohadas, etc.	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje		1	14,2	m²	14,15	m²		
		Bodega ropa sucia	Paños, sábanas, almohadas, etc.	Trabajadores	Alacenas	0 por piso	Almacenaje		1	4,6	m1	4,6	m²		
		Bodega limpieza- residuos	Materiales de limpieza	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje		1	8,76	m²	8,76	m²		
		Ducto vertical	Ducto de escaleras	N/A	Ascensores	Ley 7600	12	pa	1	22	m²	78,58	m²		
		Circulaciones	Espacio de circulacion entre el acceso y la recepcion del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulacion		1	145	m²	390,6	m²		

TABLA 5.2.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.6 ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (KINESIS)

TOTAL DE ÁREA:946.55m2

ÁREA DE TRATAMIENTO KINESIOLOGÍA	Gimnasio	Área especializada de maquinaria y equipos adecuados para hacer gimnasia y reforzamiento muscular.	Pacientes-trabajadores	Bicicletas estacionarias, área de pesas, caminadoras y area de estiramiento	N/A	117,9167	pa	1	142	m²	141,5	m²	946,55	
	Área de liberación-meditación interior	Área especializada para multiples actividades grupales.	Pacientes-trabajadores	Bicicletas estacionarias, área de pesas, caminadoras	N/A	113,0833	pa	1	136	m²	135,7	m²		
	Ejercicios grupales	Área propicia para la práctica de actividades físicas grupales.	Pacientes-trabajadores	Balones medicinales, Cintas, cuerdas, pelotas suizas,	N/A	46,25833	pa	2	55,5	m²	111	m²		
	Hidratación y Recuperación	Espacio de recuperacion para mejorar el rendimiento al realizar actividades físicas.	Pacientes-trabajadores	Sillones, estanteria de alimentos, máquinas dispensadoras	N/A	9,041667	pa	2	10,9	m²	21,7	m²		
	Consultorios de Fisioterapia	Área destinada a prestar servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación del movimiento muscular	Pacientes-trabajadores	Camillas, sillas, escritorio, almacenaje, equipo de rehabilitación	N/A	16,625	pa	2	20	m²	39,9	m²		
	Almacén de equipo	Área de almacenaje y equipamiento de gimnasio	Trabajadores	Estantería, bodega	Climatización regula	Almacenaje		2	6,4	m²	12,8	m²		
	Vestidores	Área para aseos y cambios de ropa	Pacientes	Duchas y casilleros	Ley 7600, 1 por piso	16,29167	pa	2	19,6	m²	39,1	m²		
SERVICIOS	Baños generales	Bateria de baños general	Pacientes-trabajadores	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600	Baños		2	26,5	m²	52,9	m²		
	Vestidores de personal	Área para aseos y cambios de ropa	Trabajadores	Duchas y casilleros	Ley 7600, 1 por piso	16,29167	pa	1	19,6	m²	19,55	m²		
	Almacén de materiales e insumos	Área de almacenaje y material de insumo	Trabajadores	Estantería, bodega	Climatizacion regula	Almacenaje		1	10,5	m²	10,45	m²		
	Bodega limpieza	Materiales de limpieza	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje		1	6,4	m²	6,4	m²		
	Circulaciones	Espacio de circulacion entre el acceso y la recepcion del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulacion		1	90,5	m²	318,1	m²		
PERSONAL	Oficina Personal	Atención a usuarios	Trabajadores	Cubículo, archiveros, impresión	N/A	4	pa	1	6,6	m²	6,6	m²		
	Sala multiusos	Para reuniones internas	Trabajadores	Mesa de juntas (6 pax)	N/A	8	pa	1	20	m²	19,95	m²		
	Sala de estar	Área de estar de personal	Trabajadores	Sillones, mesas de café	N/A	8	pa	1	10,9	m²	10,85	m²		

TABLA 5.3.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.7 ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (LIBERACIÓN)

TOTAL DE ÁREA:646.25m2

PROGRAMA ARQUITECTONICO

Centro Holístico de Medicina Natural

CONJUNTO	SUB CONJUNTO		DESCRIPCIÓN	USUARIO	MOBILIARIO	REQUERIMIENTOS ESPECIALES	CAPACIDAD		UN	AREA		AREA TOTAL			
MEDICINA COMPLEMENTARIA(LIBERACIÓN)	ÁREA DE ATENCIÓN	Recepción	Centro de información general	Visitantes	Centro de información	N/A	2	pa	1	29,7	m²	29,65	m²	281,98	646,25
		Sala de espera	Lobby de espera principal	Visitantes	Sillones, mesas de café	N/A	29,25	pa	2	35,1	m²	70,2	m²		
		Oficina admisión	Área de admisión e información visitantes	Visitantes, trabajadores	Consola de control, sillas, monitores	N/A	2	pa	2	15,4	m²	30,8	m²		
		Almacén	Almacenaje de equipo preferenciado	Trabajadores	Estantería, bodega	N/A	Almacenaje		1	15,2	m²	15,2	m²		
		Balcones	Espacio de miradores y circulación	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A		pa	1	36,7	m1	36,71	m²		
		Circulaciones	Espacio de circulación entre el acceso y la recepción del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulacion		1	26,4	m²	99,42	Ml		
	TERAPIAS	Área de meditacion interior	Área destinada a servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación mediante la meditación.	Pacientes-trabajadores	Telas para yoga aérea, colchonetas, cojines, equipo de mussicoterapia, equipo de aromaterapia.	N/A	47,75	pa	1	57,3	m²	57,3	m²	364,27	
		Área de Energización	Área destinada a servicios para el mejoramiento, recuperación de la energía.	Pacientes-trabajadores	Plancas, fuentes, cojines, colchonetas	N/A	42,375	pa	1	50,9	m²	50,85	m²		
		Área de meditacion exterior-Terraza1	Área destinada a servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación mediante la meditación.	Pacientes-trabajadores	Telas para yoga aérea, colchonetas, cojines, equipo de mussicoterapia, equipo de aromaterapia.	N/A	103,0833	pa	1	124	m²	123,7	m²		
		Área de meditacion exterior-Terraza 2	Área destinada a servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación mediante la meditación.	Pacientes-trabajadores	Telas para yoga aérea, colchonetas, cojines, equipo de mussicoterapia, equipo de aromaterapia.	N/A	110,35	pa	1	132	m²	132,4	m²		
		Senderos para la reflexión y conexión con la naturaleza.	Área destinada a la reflexologia	Pacientes-trabajadores	Sendeors, texturas, vegetación, mobiliario	N/A	0	pa	0	0	m²	0	m²		

TABLA 5.4.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.8 ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (DEPURACIÓN)

TOTAL DE ÁREA:1003.21m2

ÁREA DE DEPURACIÓN	Cuarto de Diagnóstico y tratamiento	Consultorios médicos para diagnósticos	Pacientes, Personal médico	Cama de hospitalización, escritorio, sillas, estación de cómputo, equipos según la terapia.	Control de acceso	1	pa	2	16,7	m²	33,3	m²	407,22
	Área de terapia individual-vista a NATURALEZA	Área destinada a prestar servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación de energia espiritual, psíquica.	Pacientes, Personal médico	Camilla de tratamiento , equipo de aromaterapia, equipo de musicoterapia. salidas eléctricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	4	16,7	m²	66,6	m²	
	Área de terapia individual-vista a RÍO	Área destinada a prestar servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación de energía espiritual, psíquica.	Pacientes, Personal medico	Camilla de tratamiento , equipo de aromaterapia, equipo de musicoterapia. salidas eléctricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	4	15,4	m²	61,6	m²	
	Área de terapia pareja-vista a NATURALEZA	Área destinada a prestar servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación de energia espiritual, psíquica.	Pacientes, Personal médico	Camilla de tratamiento , equipo de aromaterapia, equipo de musicoterapia. salidas electricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	2	34,5	m²	68,94	m²	
	Área de terapia pareja-vista a RÍO	Área destinada a prestar servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación de energia espiritual, psíquica.	Pacientes, Personal médico	Camilla de tratamiento , equipo de aromaterapia, equipo de musicoterapia. salidas eléctricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	2	31,9	m²	63,74	m²	
	Área de fototerapía-luz	Área destinada al tratamiento que emplea radiaciones electromagneticas. Infrarrojos, luz descodificadora.	Pacientes, Personal médico	Camilla de tratamiento , equipo de aromaterapia, equipo de fototerapia	Control de acceso	1	pa	2	15,4	m²	30,8	m²	
	Circulaciones	Espacio de circulacion entre el	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulacion		1	26,1	m²	82,24	Ml	
SERVICIOS	Baños generales	Bateria de baños general	Pacientes, Personal medico	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600	Baños		2	15,2	m²	30,44	m²	58,28
	Vestidores y Duchas	Área para aseos y cambios de ropa	Pacientes, Personal medico	Duchas y casilleros	Ley 7600, 1 por piso	11,6	pa	2	13,9	m²	27,84	m²	

TABLA 5.5.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.9 ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (DEPURACIÓN)

PRIVADO		PERSONAL	Oficina Personal	Atención a usuarios	Trabajadores	Cubículo, archiveros, impresión	N/A	12,66667	pa	1	15,2	m²	15,2	m²	332,48
			Sala multiusos	Para reuniones internas	Trabajadores	Mesa de juntas (6 pax)	N/A	26,66667	pa	1	32	m²	32	m²	
			Sala de estar	Área de estar de personal	Trabajadores	Sillones, mesas de café	N/A	28,75	pa	1	34,5	m²	34,5	m²	
			Habitaciones de personal Op. 1	Habitaciones para 1 o 2 persona, con baño y ducha	Trabajadores	Cama twin , escritorio, tv, closet, caja fuerte	N/A	2	pa	6	15,4	m²	92,4	m²	
			Habitaciones de personal Op. 2	Habitaciones para 1 o 2 persona, con baño y ducha	Trabajadores	Cama twin , escritorio, tv, closet, caja fuerte	N/A	2	pa	6	16,7	m²	100	m²	
			Baños generales	Bateria de baños general	Pacientes-trabajadores	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600	Baños		2	15,2	m²	30,36	m²	
			Vestidores	Área para aseos y cambios de ropa	Trabajadores	Duchas y casilleros	Ley 7600, 1 por piso	11,66667	pa	2	14	m²	28	m²	
		LAVANDERIA	Almacen de ropa sucia	Almacenaje de ropa sucia, separados	Trabajadores	Alacenas	N/A	Almacenaje		1	16,7	m²	16,67	m²	205,23
			Almacen ropa limpia	Almacenaje de ropa de cama, ropa de pacientes y personal médico ya procesada	Trabajadores	Alacenas	N/A	Almacenaje		1	16,7	m²	16,68	m²	
			Lavado	Zona de lavado y secado industrial de ropa	Trabajadores	Lavadores y secadoras industriales	N/A	4	pa	1	31,9	m²	31,93	m²	
			Planchado	Planchado de ropa ya lavada	Trabajadores	Planchas industriales	N/A	4	pa	1	31,9	m²	31,94	m²	
			Circulaciones	Espacio de circulacion entre el acceso y la recepcion del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulacion		1	48	m²	108	Ml	

TABLA 5.5.1.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.10 ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (ESTIMULO)

TOTAL DE ÁREA:661.60m2

MEDICINA COMPLEMENTARIA(ESTÍMULO)	ÁREA DE ATENCIÓN	Recepción	Centro de información general	Visitantes	Centro de información	N/A	2	pa	1	33,9	m²	33,92	m²	174,1
		Sala de espera	Lobby de espera principal	Visitantes	Sillones, mesas de café	N/A	29,725	pa	1	35,7	m²	35,67	m²	
		Balcones	Espacio de miradores y circulación	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A		pa	1	36,7	m1	36,71	m²	
		Circulaciones	Espacio de circulacion entre el acceso y la recepcion del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulación		1	21,3	m²	67,8	Ml	
	SERVICIOS	Baños generales	Bateria de baños general	Pacientes-trabajadores	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600	Baños		2	13,7	m²	27,4	m²	57,72
		Vestidores	Área para aseos y cambios de ropa	Trabajadores	Duchas y casilleros	Ley 7600, 1 por piso	12,63333	pa	2	15,2	m²	30,32	m²	
	ÁREA DE ESTÍMULO	Área de terapia individual-NATURALEZA	Área destinada a prestar servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación de energia espiritual, psíquica.	Pacientes, Personal médico	Camas de masajes, equipo de aromaterapia, equipo de musicoterapia. salidas electricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	4	15,1	m²	60,48	m²	429,78
		Área de terapia individual-RÍO	Área destinada a prestar servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación de energia espiritual, psíquica.	Pacientes, Personal médico	Camas de masajes, equipo de aromaterapia, equipo de musicoterapia. salidas eléctricas especiales, salidas de oxigeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	4	16,6	m²	66,4	m²	
		Área de terapia pareja-NATURALEZA	Área destinada a prestar servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación de energia espiritual, psíquica.	Pacientes, Personal médico	Camas de masajes, equipo de aromaterapia, equipo de musicoterapia. salidas eléctricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	3	31,4	m²	94,2	m²	
		Área de terapia pareja-RÍO	Área destinada a prestar servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación de energia espiritual, psíquica.	Pacientes, Personal medico	Camas de masajes, equipo de aromaterapia, equipo de musicoterapia. salidas eléctricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	3	34,3	m²	102,9	m²	
		Ducto vertical	Ducto de escaleras	N/A	Ascensores	Ley 7600		pa	1	24,4	m²	24,43	m²	
		Circulaciones	Espacio de circulacion entre el acceso y la recepcion del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulacion		1	24,4	m²	81,37	Ml	

TABLA 5.6.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.9 ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (EQUILIBRIO)

TOTAL DE ÁREA:1112.84m2

MEDICINA COMPLEMENTARIA(EQUILIBRIO)	ÁREA DE ATENCIÓN	Recepción	Centro de información general	Visitantes	Centro de información	N/A	2	pa	1	33,2	m²	33,2	m²	214,46
		Sala de espera	Lobby de espera principal	Visitantes	Sillones, mesas de café	N/A	24,95833	pa	1	30	m²	29,95	m²	
		Oficina admisión	Área de admisión e información visitantes	Visitantes, trabajadores	Consola de control, sillas, monitores	N/A	2	pa	2	16,6	m²	33,1	m²	
		Almacén	Almacenaje de equipo preferenciado	Trabajadores	Estantería, bodega	N/A	Almacenaje		1	13,7	m²	13,7	m²	
		Balcones	Espacio de miradores y circulación	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A		pa	1	36,7	m1	36,71	m²	
		Circulaciones	Espacio de circulación entre el acceso y la recepción del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulación		1	26	m²	67,8	Ml	
	ÁREA DE EQUILIBRIO	Cuartos de Tratamiento Individual	Consultorios médicos para diagnósticos y tratamientos individual	Pacientes, Personal médico	Cama de hospitalización, salidas eléctricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	2	16,4	m²	32,8	m²	400,42
		Cuarto de Diagnóstico inicial	Consultorios médicos para diagnósticos	Pacientes, Personal médico	Cama de hospitalización, salidas eléctricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	2	15	m²	30	m²	
		Área de terapia y escaneo Inicial	Área destinada a prestar servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación del equilibrio	Pacientes, Personal médico	Cama de majases, salidas eléctricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	6	15,2	m²	90,9	m²	
		Área de terapia y escaneo Final	Área destinada a prestar servicios para el mejoramiento, prevención y recuperación del equilibrio	Pacientes, Personal médico	Cama de majases, salidas eléctricas especiales, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	6	16,6	m²	99,6	m²	
		Área de reposo	Área destinada al reposo de los pacientes.	Pacientes, Personal médico	Cama de relegación, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	1	31,4	m²	31,4	m²	
		Área de reposo	Área destinada al reposo de los pacientes.	Pacientes, Personal médico	Cama de relajación, salidas de oxígeno y sistemas de monitoreo.	Control de acceso	1	pa	1	34,4	m²	34,35	m²	
		Circulaciones	Espacio de circulación entre el acceso y la recepción del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulación		1	25,8	m²	81,37	Ml	
	SERVICIOS	Baños generales	Batería de baños general	Pacientes	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600	Baños		2	13,7	m²	27,4	m²	109,01
		Vestidores	Área para aseos y cambios de ropa	Pacientes	Duchas y casilleros	Ley 7600, 1 por piso	12,61667	pa	2	15,1	m²	30,28	m²	
		Almacén de materiales e insumos	Área de almacenaje y material de insumo	Trabajadores	Estantería, bodega	Climatización regula	Almacenaje		1	13,7	m²	13,7	m²	
		Bodega residuos	Materiales de limpieza	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje		1	7,2	m²	7,2	m²	
		Bodega limpieza	Materiales de limpieza	Trabajadores	Alacenas	1 por piso	Almacenaje		1	6	m²	6	m²	
		Ducto vertical	Ducto de escaleras	N/A	Ascensores	Ley 7600		pa	1	24,4	m²	24,43	m²	

TABLA 5.7.

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.9 ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA (EQUILIBRIO)

PRIVADO			PERSONAL	Oficina Personal	Atención a usuarios	Trabajadores	Cubículo, archiveros, impresión	N/A	4	pa	1	13,7	m²	13,7	m²	190,2
				Sala multiusos	Para reuniones internas	Trabajadores	Mesa de juntas (6 pax)	N/A	8	pa	1	34,3	m²	34,25	m²	
				Sala de estar	Área de estar de personal	Trabajadores	Sillones, mesas de café	N/A	26,25	pa	2	31,5	m²	63	m²	
				Baños generales	Batería de baños general	Trabajadores	Lavatorios, orinales, inodoros	Ley 7600	Baños		2	13,7	m²	27,4	m²	
				Vestidores	Área para aseos y cambios de ropa	Trabajadores	Duchas y casilleros	Ley 7600, 1 por piso	12,5	pa	2	15	m²	30	m²	
				Terraza	Área para estar en exterior-salida de emergencia	Trabajadores	Duchas y casilleros	Ley 7600, 1 por piso	18,20833	pa	1	21,9	m²	21,85	m²	
			LAVANDERIA	Almacén de ropa sucia	Almacenaje de ropa sucia, separados	Trabajadores	Alacenas	N/A	Almacenaje		1	15,2	m²	15,15	m²	198,75
				Almacén ropa limpia	Almacenaje de ropa de cama, ropa de pacientes y personal médico ya procesada	Trabajadores	Alacenas	N/A	Almacenaje		1	15,2	m²	15,15	m²	
				Lavado	Zona de lavado y secado industrial de ropa	Trabajadores	Lavadores y secadoras industriales	N/A	4	pa	1	34,3	m²	34,25	m²	
				Planchado	Planchado de ropa ya lavada	Trabajadores	Planchas industriales	N/A	4	pa	1	34,3	m²	34,25	m²	
				Sala de estar	Área de estar de personal	Trabajadores	Sillones, mesas de café	N/A	28,54167	pa	1	34,3	m²	34,25	m²	
				Circulaciones	Espacio de circulación entre el acceso y la recepción del edificio	Visitantes, trabajadores	N/A	N/A	Circulación		1	26,6	m²	65,7	Ml	

TABLA 5.7.1

4.3 PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

4.3.11 ÁREA DE MAQUINAS

TOTAL DE ÁREA:164.69m2

PROGRAMA ARQUITECTÓNICO

Centro Holístico de Medicina Natural

CONJUNTO	SUB CONJUNTO		DESCRIPCION	USUARIO	MOBILIARIO	REQUERIMIENTOS ESPECIALES	CAPACIDAD	UN	AREA	AREA TOTAL		
PRIVADO	ÁREA DE MAQUINAS	Generadores eléctricos	Maquinaria para generación eléctrica capaz de sustentar el	Personal técnico	Generadores, tanque de combustible	N/A	Maquinaria	1	40,3 m²	40,34 m²		
		Bombas de agua	Sistema de suministro constante de agua potable	Personal técnico	Bombas de agua, tubería y llaves de control, sistema de filtrado	N/A	Maquinaria	1	12,6 m²	12,57 m²		
		Tanques de almacenamiento y tratamiento de aguas	Almacenamiento de agua potable	Personal técnico	N/A	N/A	Almacenaje	1	63,5 m²	63,49 m²		
		Maquinaria para gases	Sistema de suministro de gases	Personal técnico	Tanques de aire, bomba de presión de aire, sistema de distribución	N/A	Maquinaria	1	21,2 m²	21,24 m²		
		Andén de carga y descarga	Área para la carga y descarga de suministros y residuos médicos	Trabajadores	N/A	N/A	Almacenaje	1	15 m²	15 m²	164,69	164,69
		Caseta de Seguridad	Seguridad y vigilancia de área de máquinas	Trabajadores	N/A	N/A			12,1 m1	12,05 m²		

TABLA 6.

4.4 DIAGRAMA DE RELACIONES

4.4.1 DIAGRAMA DE RELACIONES GENERAL

SIMBOLOGÍA

- DIRECTO
- INDIRECTO
- RELACIONADO
- CIRCULACIÓN IMPERMEABLE

CHAKRA CORONA

CHAKRA TERCER OJO

CHAKRA GARGANTA

CHAKRA CORAZÓN

CHAKRA PLEXUS

CHAKRA SACRAL

CHAKRA RAÍZ

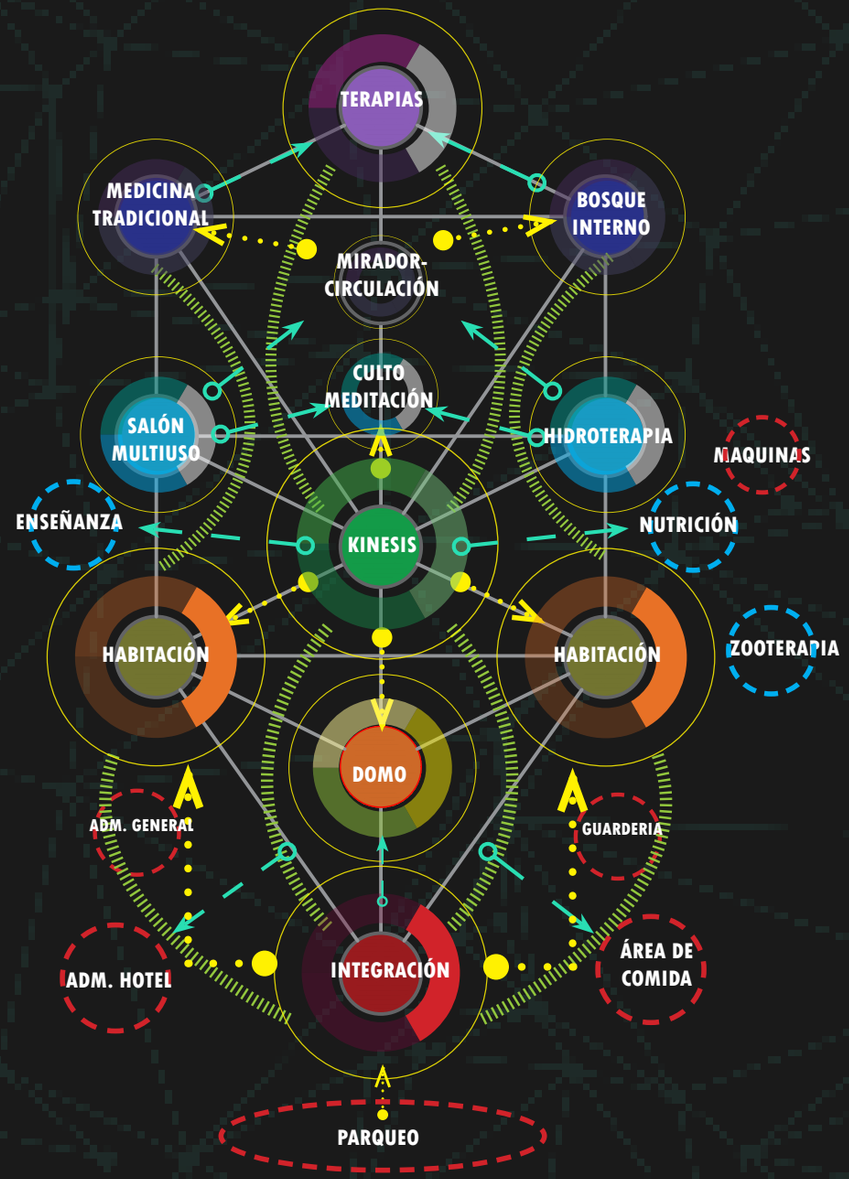
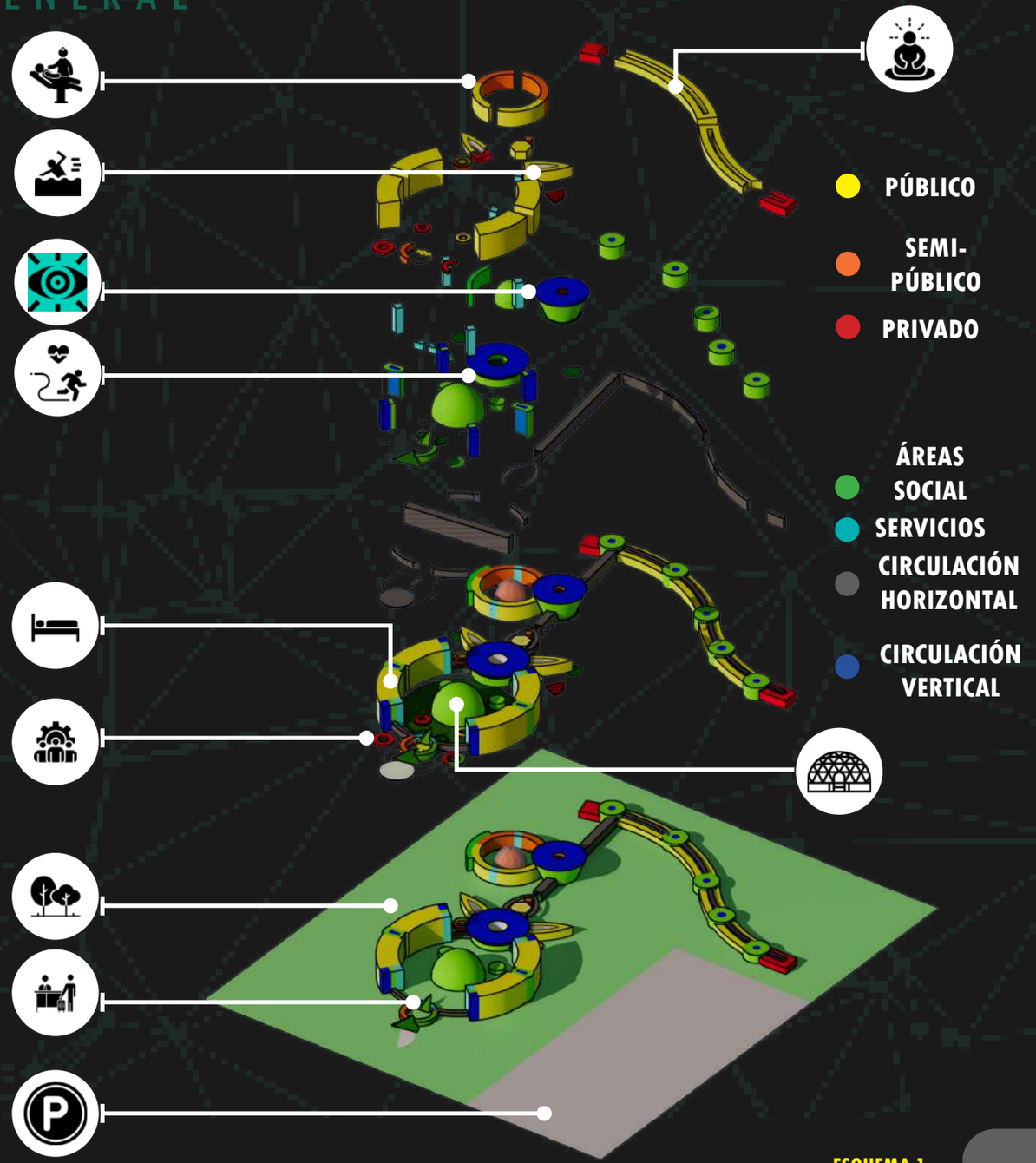


DIAGRAMA 1.



ESQUEMA 1.

4.4 DIAGRAMA DE RELACIONES

4.4.2 DIAGRAMA DE RELACIONES MICRO

SIMBOLOGÍA

- ACCESO
- DIRECTO
- INDIRECTO
- RELACIONADO
- CIRCULACIÓN IMPERMEABLE
- SERVICIOS
- PRIVADO
- PÚBLICO
- SEMI-PÚBLICO
- ÁREA VERDE

DIAGRAMA DE RELACIONES SECCIÓN RAÍZ

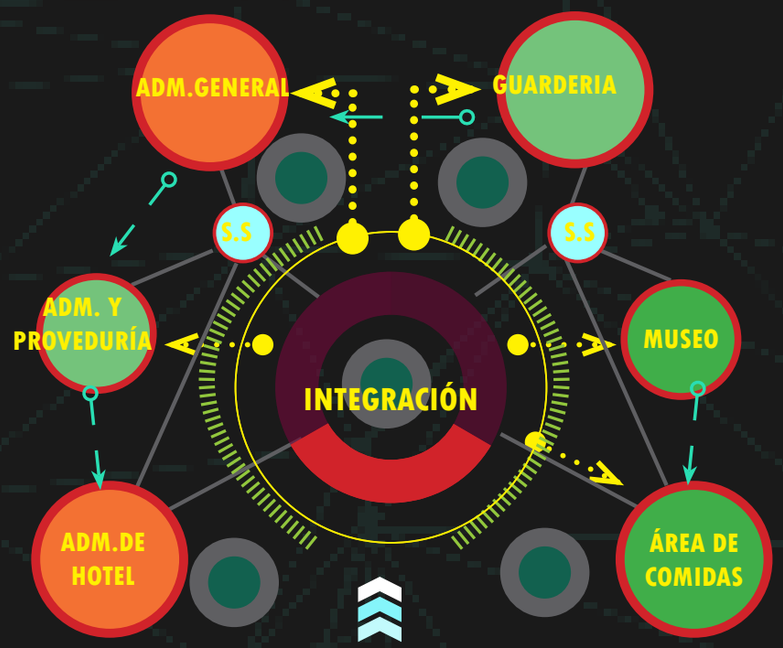


DIAGRAMA 2.

DIAGRAMA DE RELACIONES SECCIÓN SACRO-PLEXU SOLAR

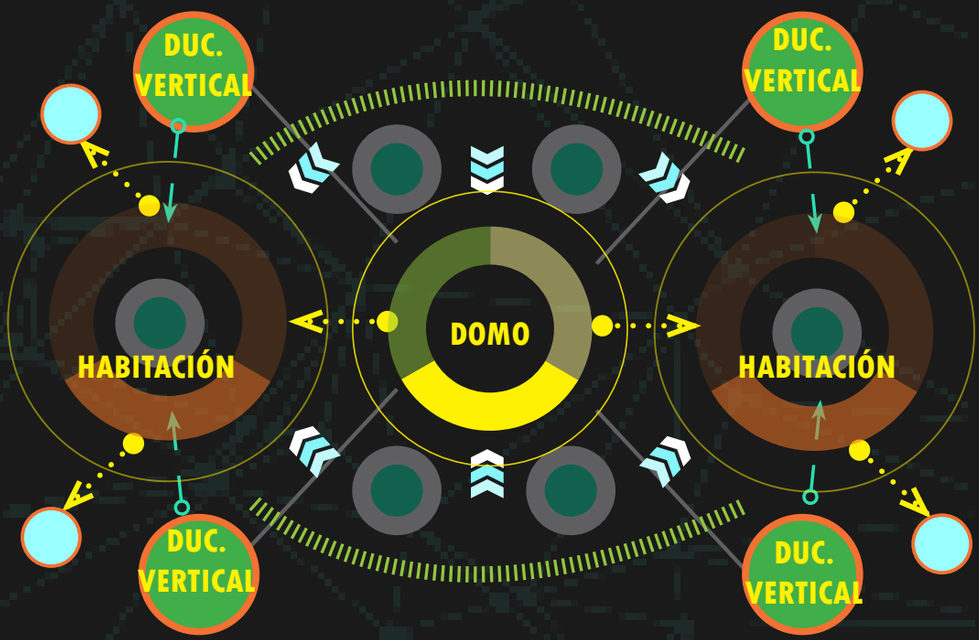


DIAGRAMA 3.

4.4 DIAGRAMA DE RELACIONES

4.4.2 DIAGRAMA DE RELACIONES MICRO

DIAGRAMA DE RELACIONES SECCIÓN CORAZÓN-GARGANTA

SIMBOLOGÍA

- ACCESO
- DIRECTO
- INDIRECTO
- RELACIONADO
- CIRCULACIÓN IMPERMEABLE
- SERVICIOS
- PRIVADO
- PÚBLICO
- SEMI-PÚBLICO
- ÁREA VERDE

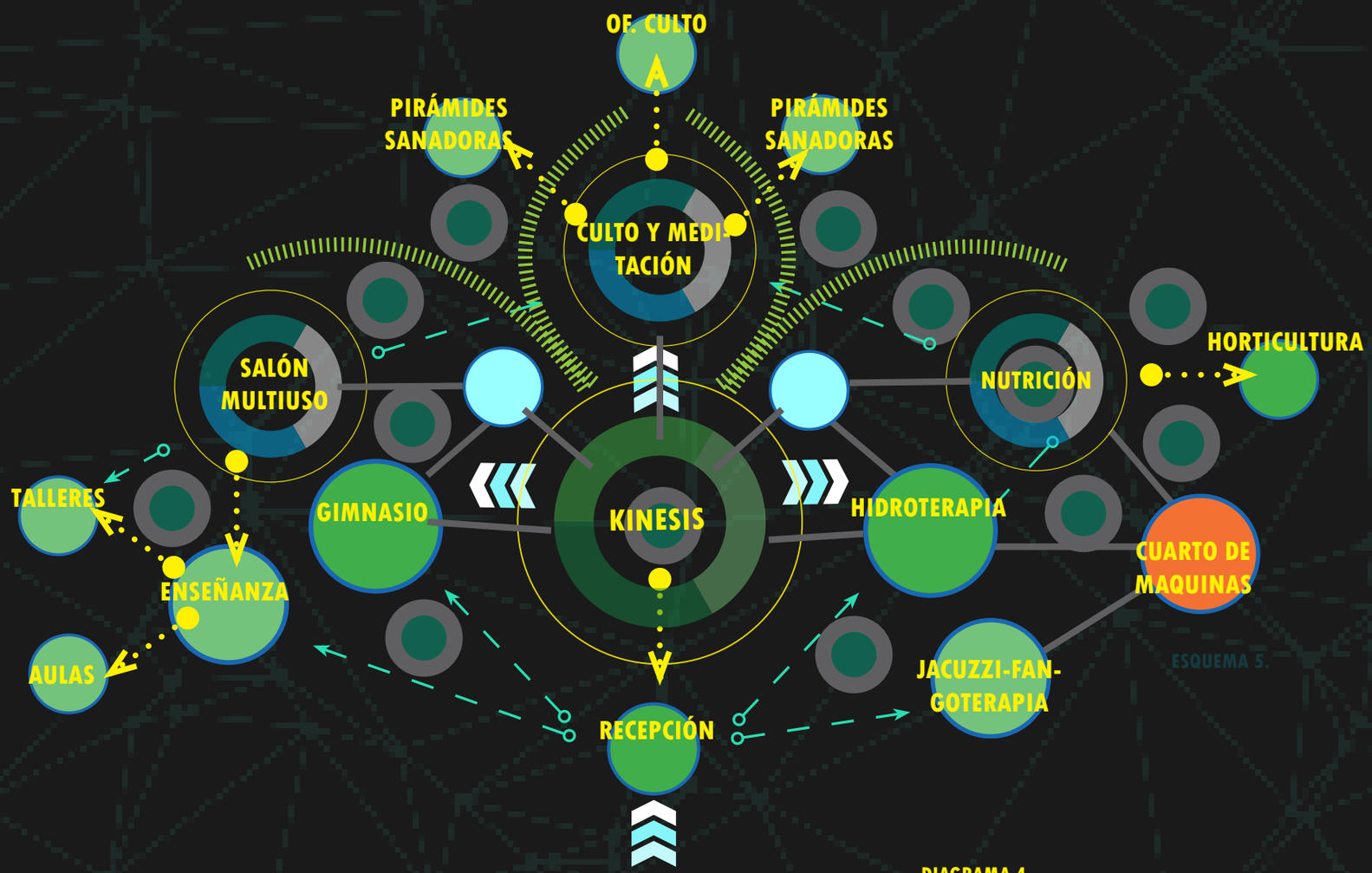


DIAGRAMA 4.

ESQUEMA 5.

4.4 DIAGRAMA DE RELACIONES

4.4.2 DIAGRAMA DE RELACIONES MICRO

DIAGRAMA DE RELACIONES SECCIÓN TERCER OJO-CORONA

SIMBOLOGÍA

- ACCESO
- DIRECTO
- INDIRECTO
- RELACIONADO
- CIRCULACIÓN IMPERMEABLE
- SERVICIOS
- PRIVADO
- PÚBLICO
- SEMI-PÚBLICO
- ÁREA VERDE

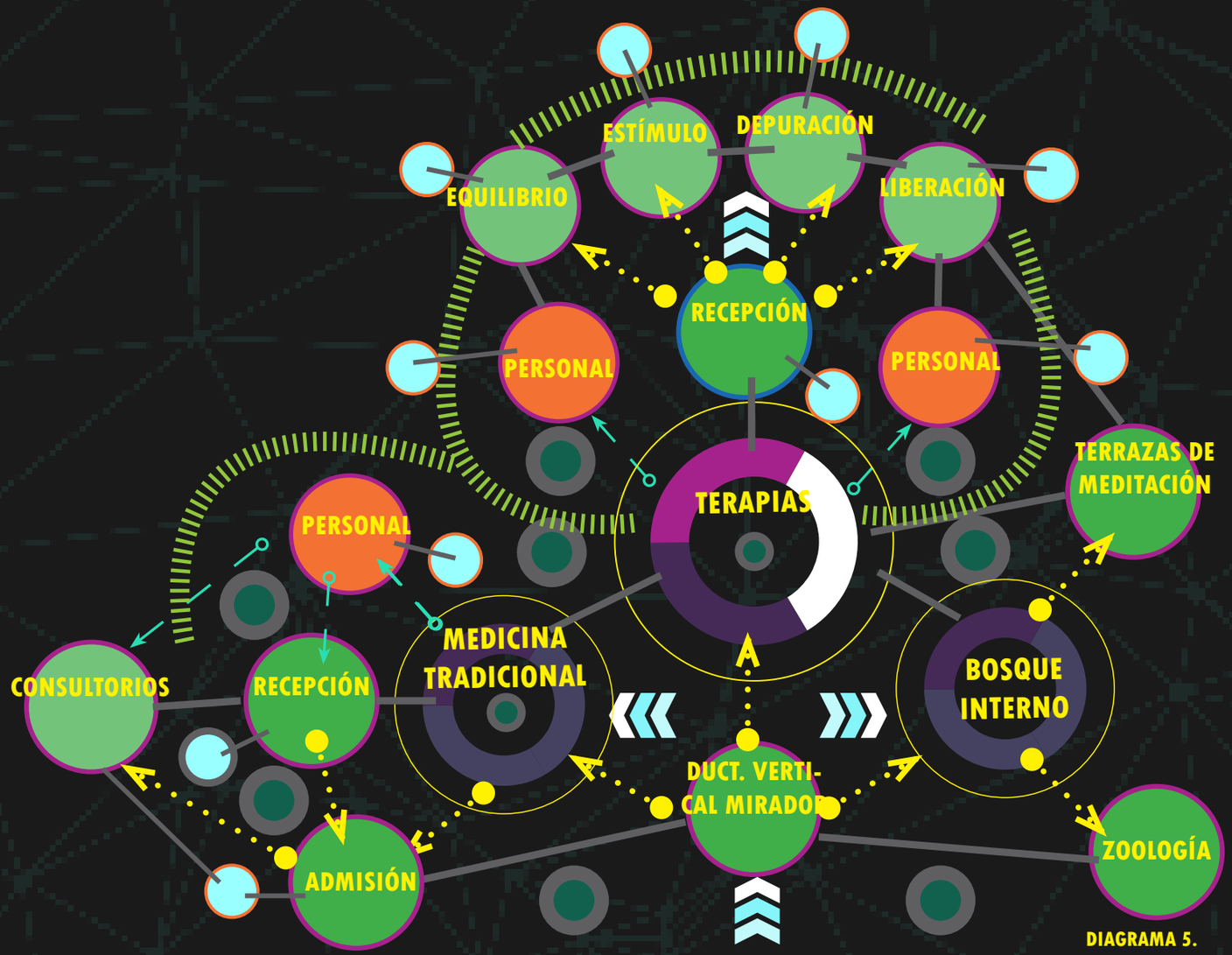


DIAGRAMA 5.

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

PLANTA DE CONJUNTO



F408.

PLANTA DE SITIO PLAN MAESTRO
ESC. 1:150

FICHA TÉCNICA

ARQUITECTÓNICO

UBICACIÓN: 614 M.S.N.M

TIPO: PLAN MAESTRO

ÁREA TERRENO: 125,000M2

ÁREA M2: 23186,15M2

ICONO 136

CAPACIDAD MÁX. TOTAL: **5383 personas m2**

CAPACIDAD MÁX. VEHÍCULOS: **195**

1. EDIFICIO RAIZ-INICIACIÓN **CAP. MÁX: 552 P**
2. EDIFICIO SACRO-DESCANSO **CAP. MÁX: 364 P**
3. EDIFICIO PLEXUS SOLAR-VITALIDAD **CAP. MÁX: 900 P**
4. EDIFICIO CORAZON- CRECIMIENTO **CAP. MÁX: 1730 P**
5. EDIFICIO GARGANTA- MEDITACIÓN **CAP. MÁX: 394 P**
6. EDIFICIO TERCER OJO- MENTAL **CAP. MÁX: 705P**
7. EDIFICIO CORONA- ESPIRITUAL **CAP. MÁX: 738 P**

SIMBOLOGÍA

- ACCESO PRINCIPAL
- ACCESO SECUNDARIO
- CASETA DE SEGURIDAD
- PARQUEOS
- PASO PEATONAL
- ÁREA DE ESTAR
- VEGETACIÓN AUTÓCTONA
- LAGUNA DE RETENCIÓN
- QUEBRADA

PENDIENTE 20%

PENDIENTE 25%

PENDIENTE 40%

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.1 PLANTA DE CONJUNTO



LAS AGUAS PLUVIALES, ESCURREN POR LAS CUBIERTAS HACÍA LOS BAJANTES DE PVC, QUE SON DESCARGARGADAS A EL CUERPO RECEPTOR HACIA LA CUENCA HIDROGRÁFICA, QUE SE ENCUENTRA EN EL SECTOR OESTE.

MATERIALES DE CUBIERTAS



TEJA DE CEDRO



TECHO DE PAJA



VIDRIO FOTOVOLTAICO



VIDRIO INTELIGENTE

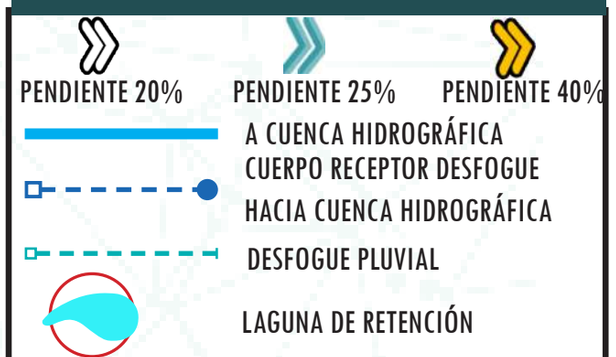


ACERO



MADERA

SIMBOLOGÍA



Debido a que el lugar no dispone de una red pública de aguas pluviales, se propone distribuir las aguas hacia la quebrada, con el fin de restablecer y revivir su belleza natural para el uso de actividades recreativas.

F409.

PLANTA DE TECHOS-EVACUACIÓN PLUVIAL
ESC. 1:150

PLAN MAESTRO ISOMETRICO

INTERCAMBIO CULTURAL

ICONO 137. FESTEJOS DE LOS DIABLITOS

ICONO 138. VIVIENDAS

ELEMENTOS NATURALES

ICONO 139. QUEBRADA

ICONO 140. BOSQUE EXISTENTE

ICONO 141. POZO

ICONO 142. PERMACULTURA

ICONO 143. LAGUNA DE RETENCIÓN

ACTIVIDADES NATURALES

ICONO 144. TERAPIAS

ICONO 145. RECOLECCIÓN DE FRUTOS

ICONO 146. SENDEROS

ICONO 147. FOGATAS

ICONO 148. ZOOTERAPIA

ICONO 149. MIRADOR

SALÓN MULTIUSO | MED. TRAD. | ED.TERAPIAS | CAPILLA | ED. HIDROTERAPIA | ED. KINESIS

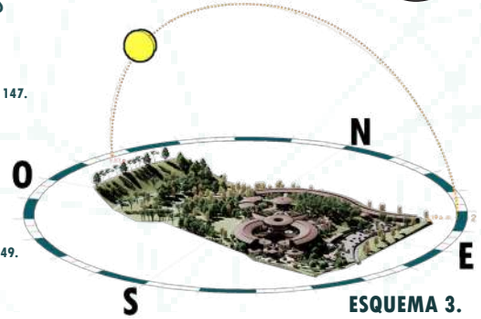


ESQUEMA 2.

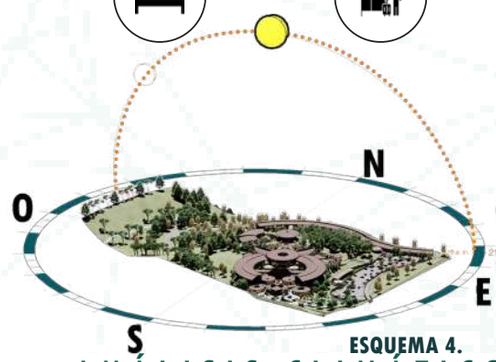
ED. ENSEÑANZA | HABITACIONES | INTEGRACIÓN | DOMO | NUTRICIÓN

MATERIALES

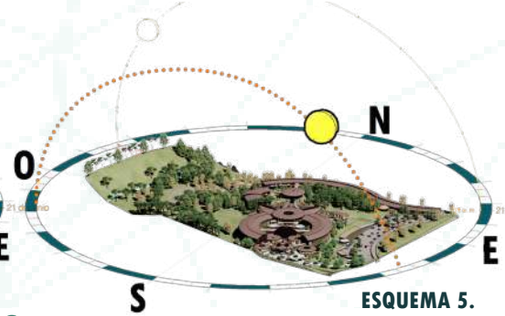




ESQUEMA 3.



ESQUEMA 4.



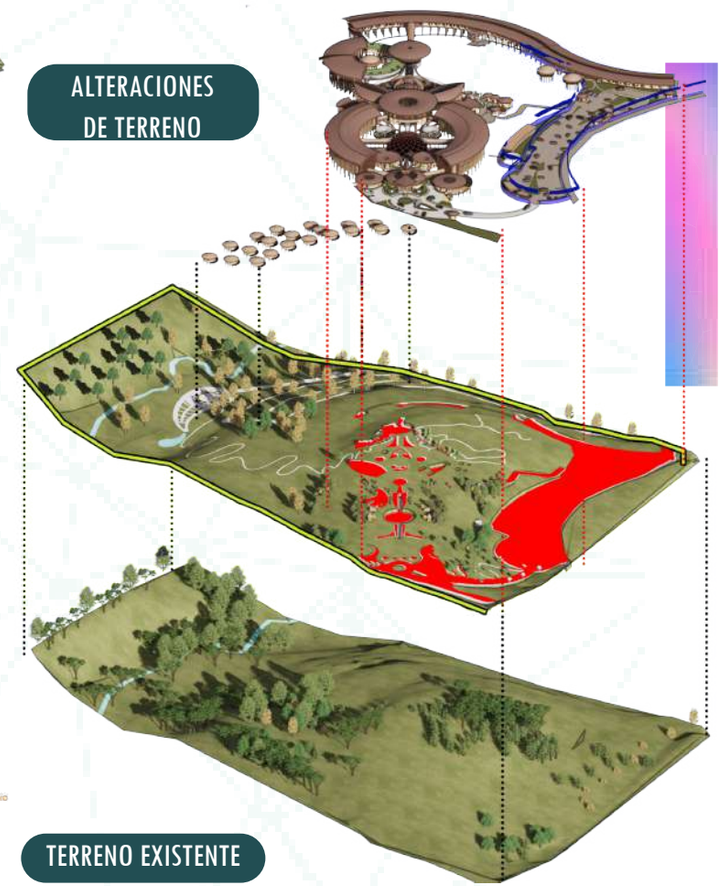
ESQUEMA 5.

ANÁLISIS CLIMÁTICO
ESC. LIBRE

PROPUESTA DE PLAN MAESTRO



ALTERACIONES DE TERRENO



TERRENO EXISTENTE

ISOMETRICO EXPLOTADO
ESC. LIBRE

ESQUEMA 6.

4.5.2 PLANTAS ARQUITECTÓNICAS

FICHA TÉCNICA

ARQUITECTÓNICO

UBICACIÓN: SUR

TIPO: SOCIAL-ADM.

ÁREA M2: 1397.98 M2

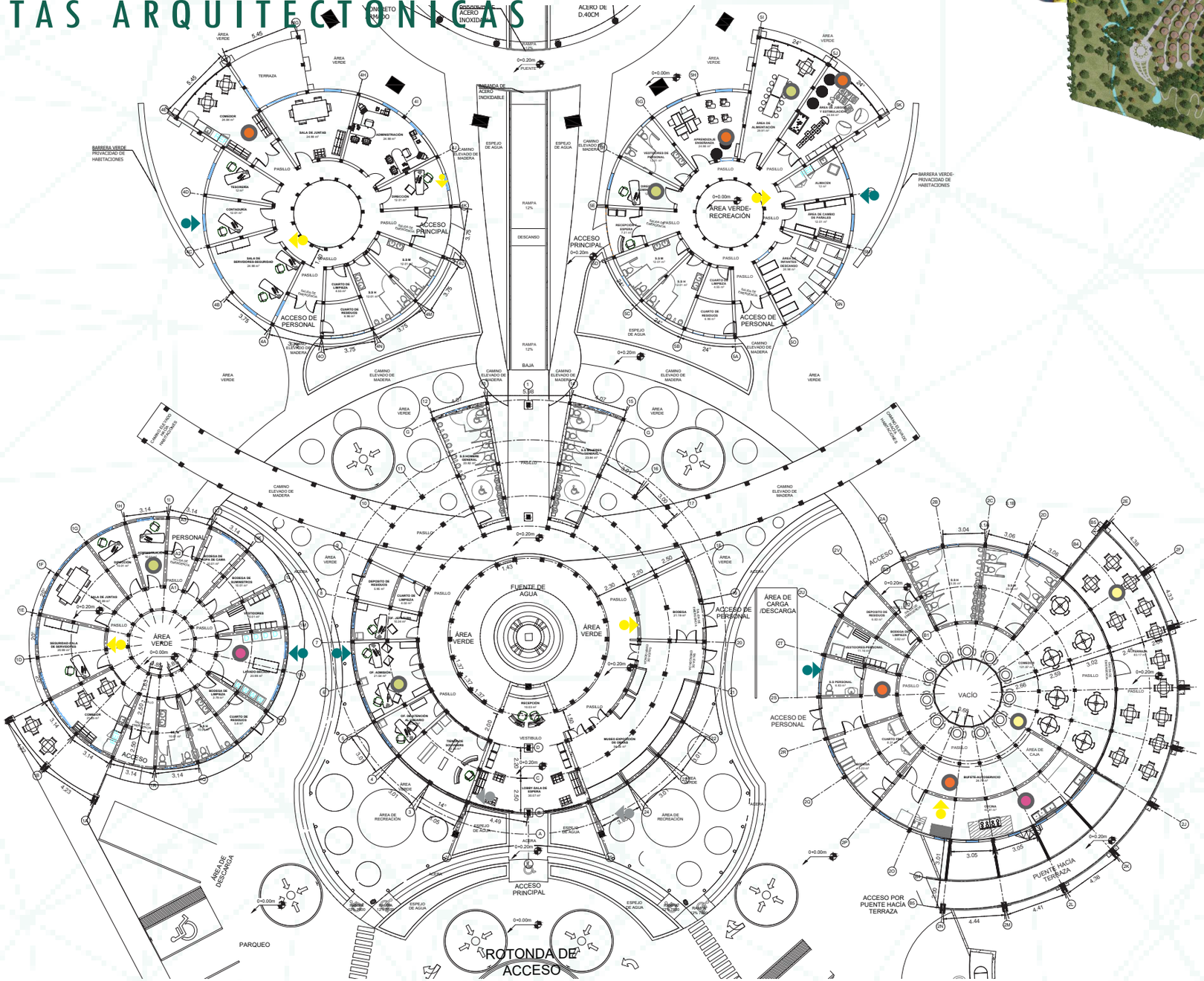
CAPACIDAD MÁX. TOTAL:
552 personas m2

SOLUCIONES PASIVAS

- BAJO CONSUMO ELÉCTRICO
- VENTILACIÓN E ILUMINACIÓN NATURAL
- RECOLECIÓN DE AGUA PLUVIAL
- ESPEJOS DE AGUA
- PATIOS INTERNOS

MATERIALES

- MADERA TECA-CEDRO-PINO
- CONCRETO
- PAJA
- PIEDRA
- TECHO TEJA DE CEDRO



F414.



F415.

SIMBOLOGÍA GENERAL

- INDICA DIRECCIÓN DE CORTE O SECCIÓN
- NPT INDICA NIVEL DE PISO TERMINADO EN PLANTA
- INDICA EJE DE PARED

ACABADOS GENERALES

- CIELOS
  TPT- CIELORASO EN TABLILLA DE PINO TRATADA CON MICROPRO
- PISOS
  PISO DE MADERA TECA
- PISOS
  PISOS LAMINADO DE MADERA
- PISOS
  CERAMICA ANTIDEZLIZANTE
- PISOS
  MARBOL

PAREDES
1. PARED DE CONCRETO CON REVESTIMIENTO DE PIEDRA

PAREDES
1. PARED LIVIANA ESCANTILLON EN MADERA DE PINO- PLACAS TERCIADO RANURADA 1.22 X 2.44M
2. REVESTIMIENTO EXTERIOR -SIDING DE CEDRO

PLANTA DE INTEGRACIÓN-MODULO RAÍZ

ESC. 1:150

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.2 PLANTAS ARQUITECTÓNICAS

FICHA TÉCNICA

ARQUITECTÓNICO

UBICACIÓN: SUR

TIPO: HOSPEDAJE Y RECREACIÓN

ÁREA M2: 8059.48M2

CAPACIDAD MÁX. TOTAL:
1264.91 personas m2

SOLUCIONES PASIVAS

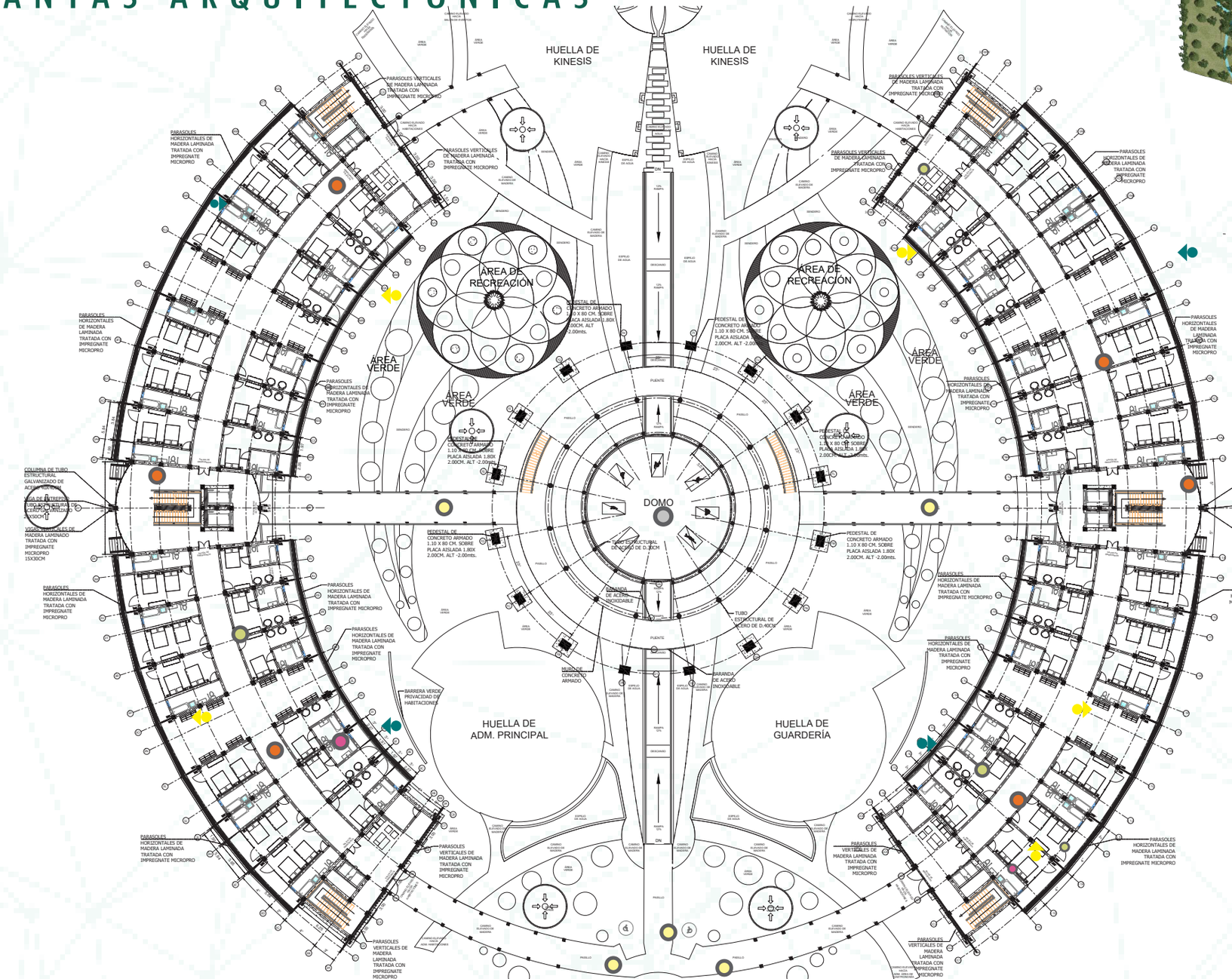
- BAJO CONSUMO ELÉCTRICO
- VENTILACIÓN E ILUMINACIÓN NATURAL
- RECOLECCIÓN DE AGUA PLUVIAL
- ESPEJOS DE AGUA

MATERIALES

- MADERA CEDRO-PINO
- CONCRETO
- HIERRO
- PAJA
- TECHO TEJA DE CEDRO



F415.



F416.

PLANTA DE EDIFICIO HABITACIONES-MODULO SACRO-1RD NIVEL

ESC. 1:150

SIMBOLOGÍA GENERAL

- INDICA DIRECCIÓN DE CORTE O SECCIÓN
- NPT — INDICA NIVEL DE PISO TERMINADO EN PLANTA
- INDICA EJE DE PARED

ACABADOS GENERALES

- CIELOS
  TPT- CIELORASO EN TABLILLA DE PINO TRATADA CON MICROPRO
- PISOS
  PISO DE MADERA TECA
- PISOS
  PISOS LAMINADO DE MADERA
- PISOS
  CERAMICA ANTIDEZLIZANTE
- PISOS
  MARBOL
- PAREDES
  1. PARED DE CONCRETO CON REVESTIMIENTO DE PIEDRA
- PAREDES
  1. PARED LIVIANA ESCANTILLON EN MADERA DE PINO- PLACAS TERCIADO RANURADA 1.22 X 2.44M
  2. REVESTIMIENTO EXTERIOR -SIDING DE CEDRO

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.2 PLANTAS ARQUITECTÓNICAS

FICHA TÉCNICA

ARQUITECTÓNICO

UBICACIÓN: SUR

TIPO: HOSPEDAJE Y RECREACIÓN

ÁREA M2: 8059.48M2

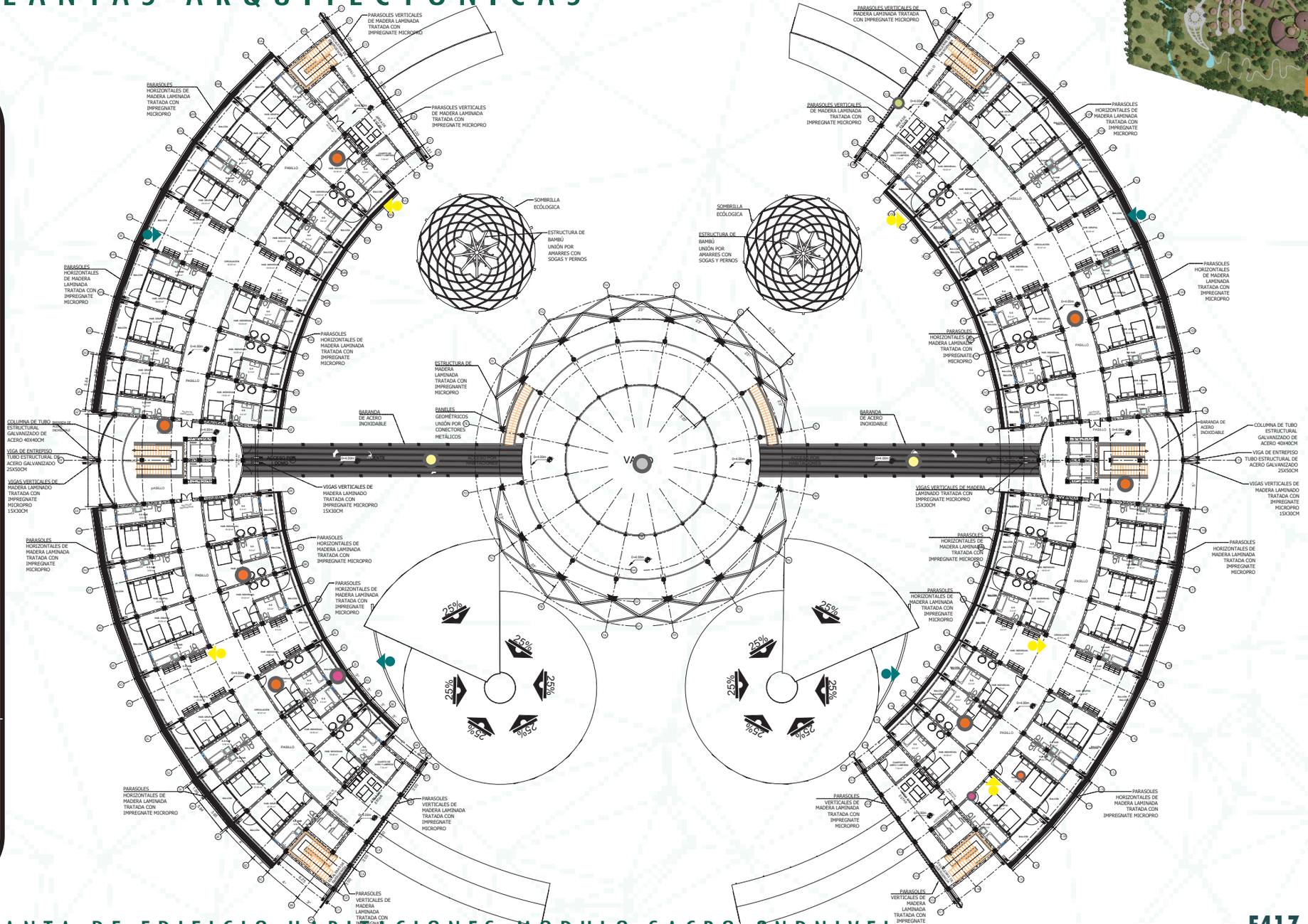
CAPACIDAD MÁX. TOTAL:
1264.91 personas m2

SOLUCIONES PASIVAS

- BAJO CONSUMO ELÉCTRICO
- VENTILACIÓN E ILUMINACIÓN NATURAL
- RECOLECCIÓN DE AGUA PLU-VIAL
- ESPEJOS DE AGUA

MATERIALES

- MADERA CEDRO-PINO
- CONCRETO
- HIERRO
- PAJA
- TECHO TEJA DE CEDRO





F415

SIMBOLOGÍA GENERAL

- INDICA DIRECCIÓN DE CORTE O SECCIÓN
- NPT INDICA NIVEL DE PISO TERMINADO EN PLANTA
- INDICA EJE DE PARED

ACABADOS GENERALES

CIELOS
TPT- CIELORASO EN TABLILLA DE PINO TRATADA CON MICROPRO

PISOS
PISO DE MADERA TECA

PISOS
PISOS LAMINADO DE MADERA

PISOS
CERAMICA ANTIDEZLIZANTE

PISOS
MARBOL

PAREDES
1. PARED DE CONCRETO CON REVESTIMIENTO DE PIEDRA

PAREDES
1. PARED LIVIANA ESCANTILLON EN MADERA DE PINO- PLACAS TERCIADO RANURADA 1.22 X 2.44M
2. REVESTIMIENTO EXTERIOR -SIDING DE CEDRO

F417.

PLANTA DE EDIFICIO HABITACIONES-MODULO SACRO-2NDNIVEL

ESC. 1:150

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.2 PLANTAS ARQUITECTONICAS

FICHA TÉCNICA

ARQUITÉCTONICO

UBICACIÓN: SUR

TIPO: HOSPEDAJE Y RECRECACIÓN

ÁREA M2: 8059.48M2

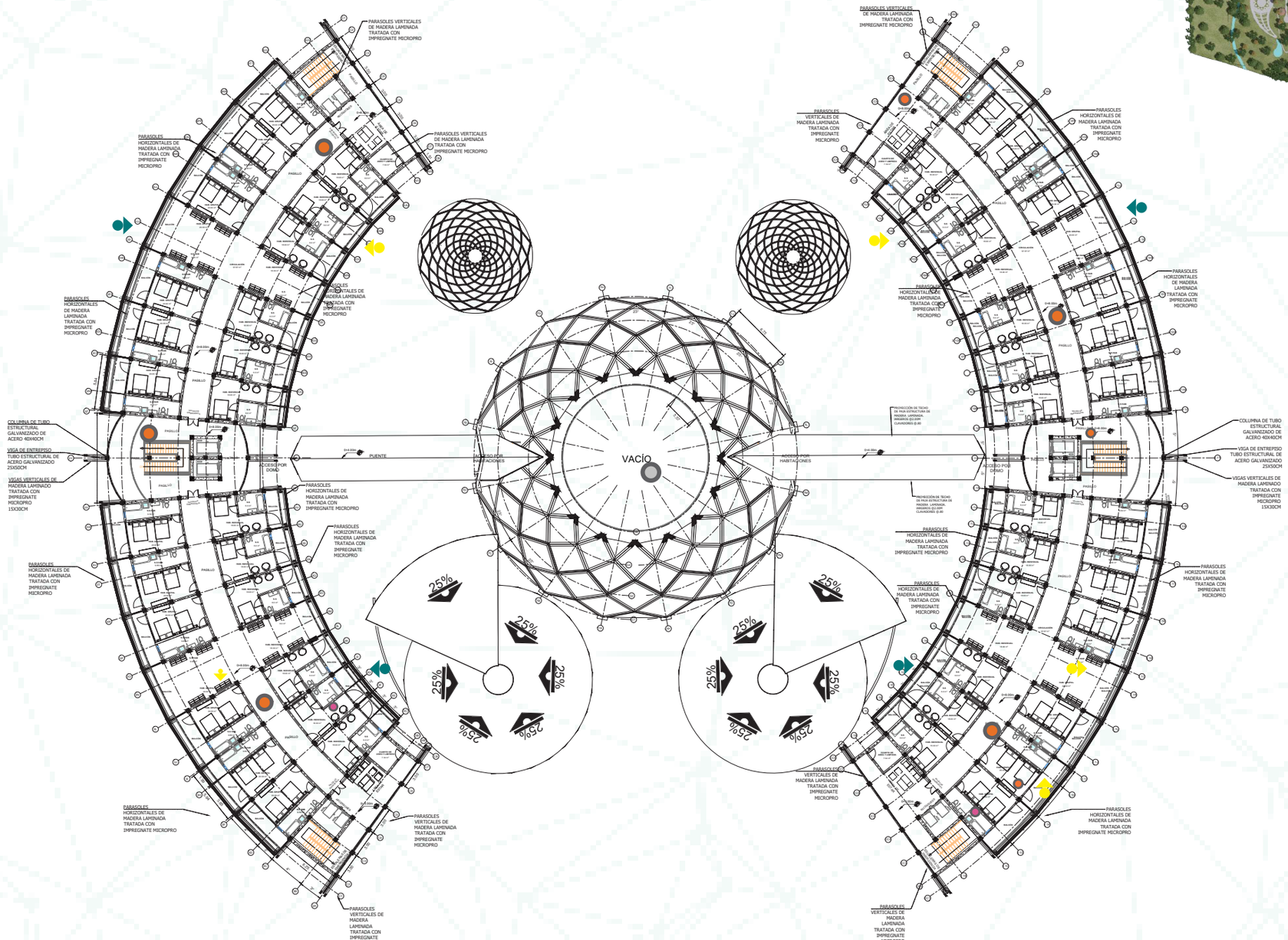
CAPACIDAD MÁX. TOTAL:
1264.91 personas m2

SOLUCIONES PASIVAS

- BAJO CONSUMO ELÉCTRICO
- VENTILACIÓN E ILUMINACIÓN NATURAL
- RECOLECIÓN DE AGUA PLUVIAL
- ESPEJOS DE AGUA
- PATIOS INTERNOS

MATERIALES

- MADERA CEDRO-PINO
- CONCRETO
- HIERRO
- PAJA
- TECHO TEJA DE CEDRO





F415.

F418.

SIMBOLOGÍA GENERAL

- INDICA DIRECCIÓN DE CORTE O SECCIÓN
- NPT — INDICA NIVEL DE PISO TERMINADO EN PLANTA
- INDICA EJE DE PARED

ACABADOS GENERALES

CIELOS
TPT- CIELORASO EN TABLILLA DE PINO TRATADA CON MICROPRO

PISOS
PISO DE MADERA TECA

PISOS
PISOS LAMINADO DE MADERA

PISOS
CERAMICA ANTIDEZLIZANTE

PISOS
MARBOL

PAREDES
1. PARED DE CONCRETO CON REVESTIMIENTO DE PIEDRA

PAREDES
1. PARED LIVIANA ESCANTILLON EN MADERA DE PINO- PLACAS TERCIADO RANURADA 1.22 X 2.44M
2. REVESTIMIENTO EXTERIOR -SIDING DE CEDRO

PLANTA DE EDIFICIO HABITACIONES-MODULO SACRO-3RDNIVEL

ESC. 1:150

4.5.2 PLANTAS ARQUITECTONICAS

FICHA TÉCNICA

ARQUITECTÓNICO

UBICACIÓN: CENTRO

TIPO: APRENDIZAJE Y EJERCICIO

ÁREA M2: 3944.766M2

CAPACIDAD MÁX. TOTAL:
1730 personas m2

SOLUCIONES PASIVAS

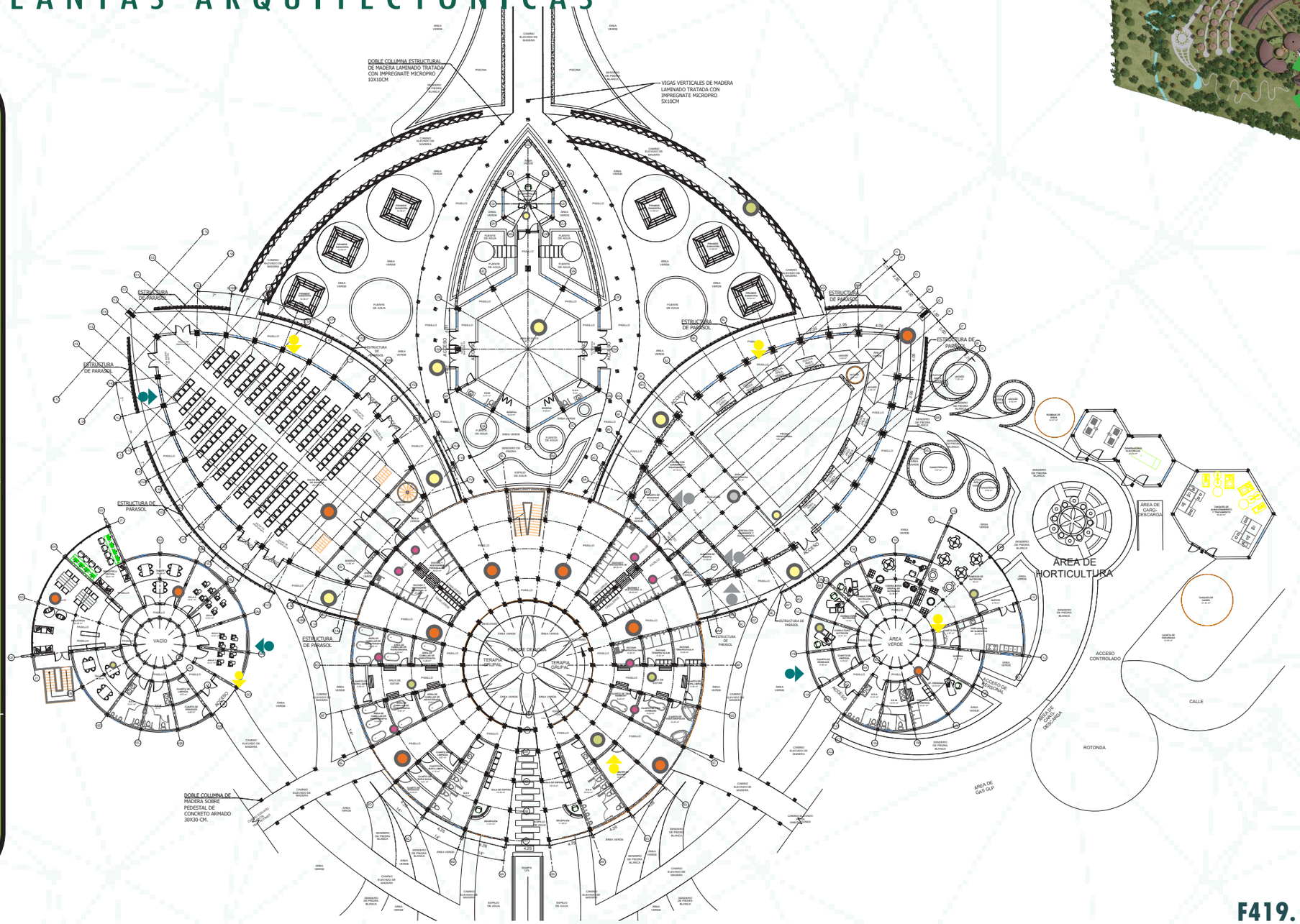
- BAJO CONSUMO ELÉCTRICO
- VENTILACIÓN E ILUMINACIÓN NATURAL
- RECOLECIÓN DE AGUA PLUVIAL
- ESPEJOS DE AGUA
- PATIOS INTERNOS

MATERIALES

- MADERA CEDRO-PINO
- CONCRETO
- ALUMINIO
- VIDRIO FOTOVOLTAICO
- PAJA
- TECHO TEJA DE CEDRO



F415.



F419.

SIMBOLOGÍA GENERAL

- INDICA DIRECCIÓN DE CORTE O SECCIÓN
- NPT — INDICA NIVEL DE PISO TERMINADO EN PLANTA
- INDICA EJE DE PARED

ACABADOS GENERALES

CIELOS
TPT- CIELORASO EN TABLILLA DE PINO TRATADA CON MICROPRO

PISOS
PISO DE MADERA TECA

PISOS
PISOS LAMINADO DE MADERA

PISOS
CERAMICA ANTIDEZLIZANTE

PISOS
MARBOL

PAREDES
1. PARED DE CONCRETO CON REVESTIMIENTO DE PIEDRA

PAREDES
1. PARED LIVIANA ESCANTILLON EN MADERA DE PINO- PLACAS TERCIADO RANURADA 1.22 X 2.44M
2. REVESTIMIENTO EXTERIOR -SIDING DE CEDRO

PLANTA DE EDIFICIO KINESIS Y CULTO-MÓDULOS CORAZÓN Y GARGANTA-1RDNIVEL

ESC. 1:150

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.2 PLANTAS ARQUITECTÓNICAS

FICHA TÉCNICA

ARQUITÉCTONICO

UBICACIÓN: CENTRO

TIPO: APRENDIZAJE Y EJERCICIO

ÁREA M2: 3944.766M2

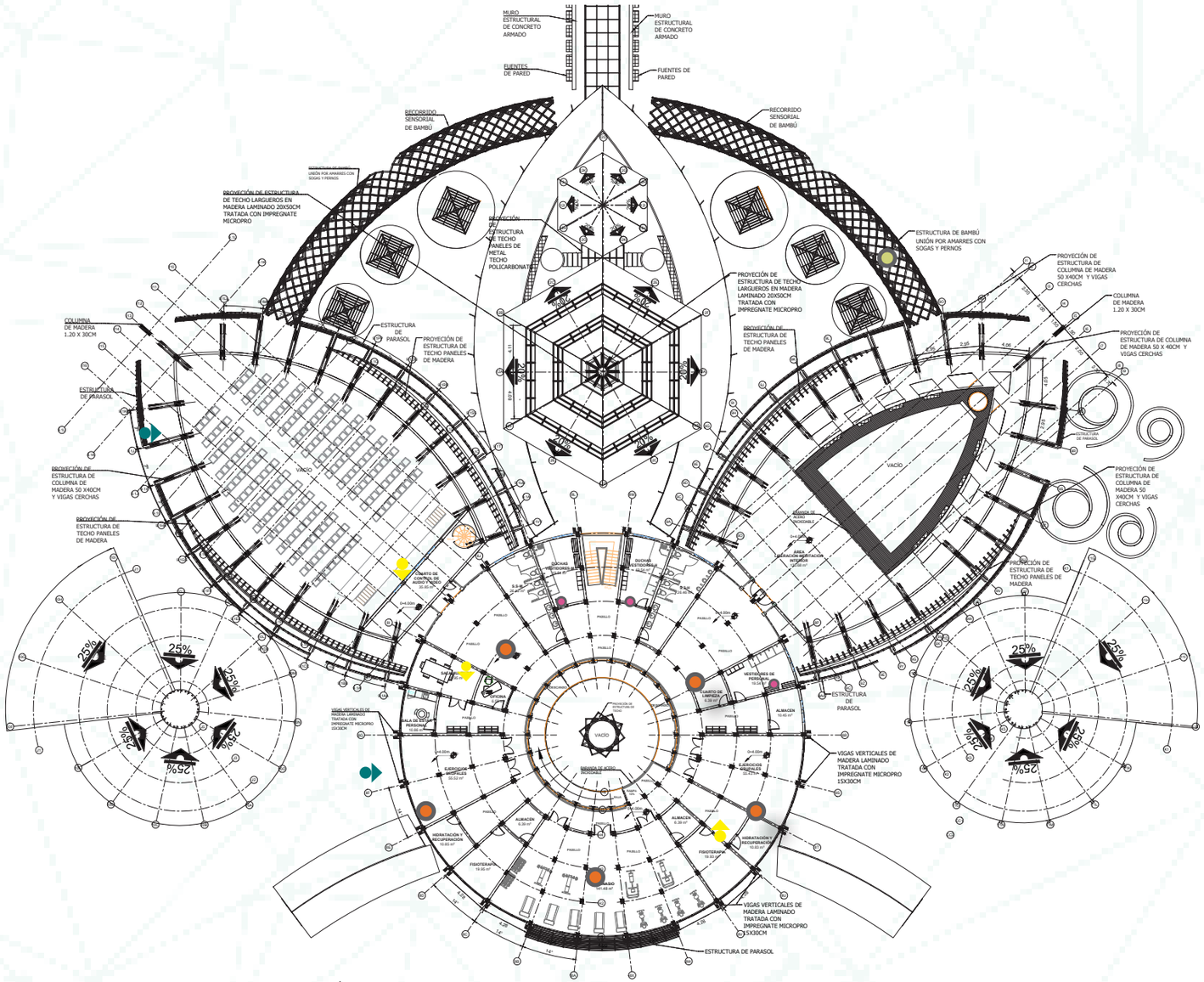
CAPACIDAD MÁX. TOTAL:
1730 personas m2

SOLUCIONES PASIVAS

- BAJO CONSUMO ELÉCTRICO
- VENTILACIÓN E ILUMINACIÓN NATURAL
- RECOLECIÓN DE AGUA PLUVIAL
- ESPEJOS DE AGUA
- PATIOS INTERNOS

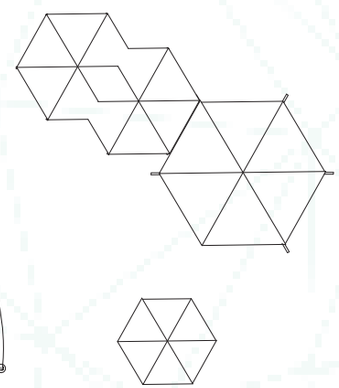
MATERIALES

- MADERA CEDRO-PINO
- CONCRETO
- ALUMINIO
- VIDRIO FOTOVOLTAICO
- PAJA
- TECHO TEJA DE CEDRO





F415.



F420.

SIMBOLOGÍA GENERAL

- INDICA DIRECCIÓN DE CORTE O SECCIÓN
- NPT INDICA NIVEL DE PISO TERMINADO EN PLANTA
- INDICA EJE DE PARED

ACABADOS GENERALES

- CIELOS
  TPT- CIELORASO EN TABLILLA DE PINO TRATADA CON MICROPRO
- PISOS
  PISO DE MADERA TECA
- PISOS
  PISOS LAMINADO DE MADERA
- PISOS
  CERAMICA ANTIDEZLIZANTE
- PISOS
  MARBOL
- PAREDES
  1. PARED DE CONCRETO CON REVESTIMIENTO DE PIEDRA
- PAREDES
  1. PARED LIVIANA ESCANTILLON EN MADERA DE PINO- PLACAS TERCIADO RANURADA 1.22 X 2.44M
  2. REVESTIMIENTO EXTERIOR -SIDING DE CEDRO

PLANTA DE EDIFICIO KINESIS Y CULTO-MÓDULOS CORAZÓN Y GARGANTA-2ND NIVEL

ESC. 1:150

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.2 PLANTAS ARQUITECTÓNICAS

FICHA TÉCNICA

ICONO 22. ARQUITECTÓNICO

ICONO 23. UBICACIÓN: NORTE

ICONO 25. TIPO: MEDICINA TRADICIONAL

ICONO 26. ÁREA M2: 1859,176M2

ICONO 136 CAPACIDAD MÁX. TOTAL:
705 personas m2

SOLUCIONES PASIVAS

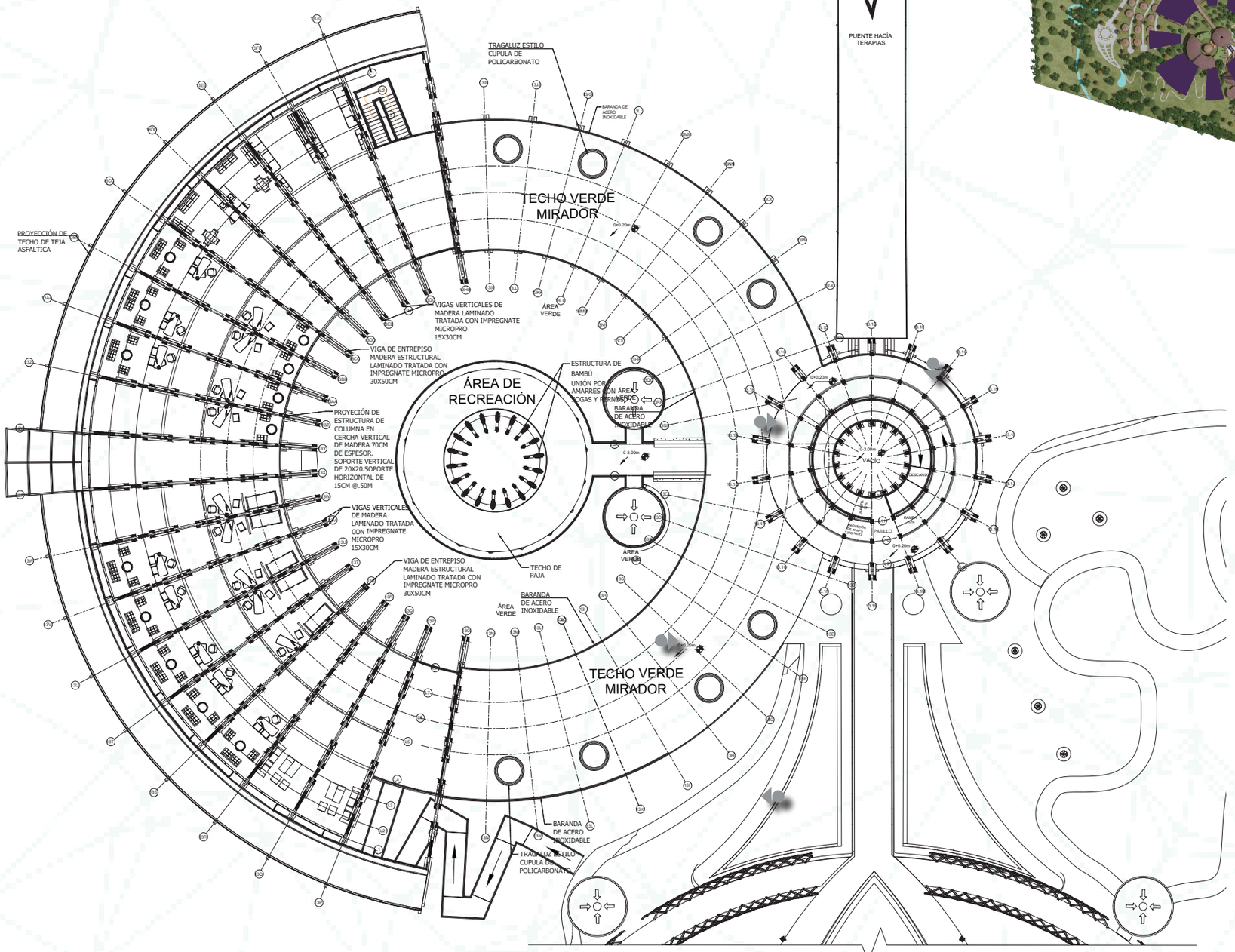
ICONO 27

- BAJO CONSUMO ELÉCTRICO
- VENTILACIÓN E ILUMINACIÓN NATURAL
- PATIOS INTERNOS

MATERIALES

ICONO 130.

- MADERA CEDRO-PINO
- CONCRETO
- HIERRO
- TECHO VERDE
- TECHO TEJA DE CEDRO



F421.



F415.

ICONO 106.

SIMBOLOGÍA GENERAL

- INDICA DIRECCIÓN DE CORTE O SECCIÓN
- NPT INDICA NIVEL DE PISO TERMINADO EN PLANTA
- INDICA EJE DE PARED

ACABADOS GENERALES

- CIELOS
  TPT- CIELORASO EN TABLILLA DE PINO TRATADA CON MICROPRO
- PISOS
  PISO DE MADERA TECA
- PISOS
  PISOS LAMINADO DE MADERA
- PISOS
  CERAMICA ANTIDEZLIZANTE
- PISOS
  MARBOL
- PAREDES
  1. PARED DE CONCRETO CON REVESTIMIENTO DE PIEDRA
- PAREDES
  1. PARED LIVIANA ESCANTILLON EN MADERA DE PINO- PLACAS TERCIADO RANURADA 1.22 X 2.44M
  2. REVESTIMIENTO EXTERIOR -SIDING DE CEDRO

PLANTA DE EDIFICIO MEDICINA TRADICIONAL-MODULO TERCER OJO 1RD NIVEL

ESC. 1:150

4.5.2 PLANTAS ARQUITECTÓNICAS

FICHA TÉCNICA

ICONO 22. ARQUITÉCTONICO

ICONO 23. UBICACIÓN: NORTE

ICONO 25 TIPO: MEDICINA TRADICIONAL

ICONO 26. ÁREA M2: 1859,176M2

ICONO 136 CAPACIDAD MÁX. TOTAL:
705 personas m2

SOLUCIONES PASIVAS

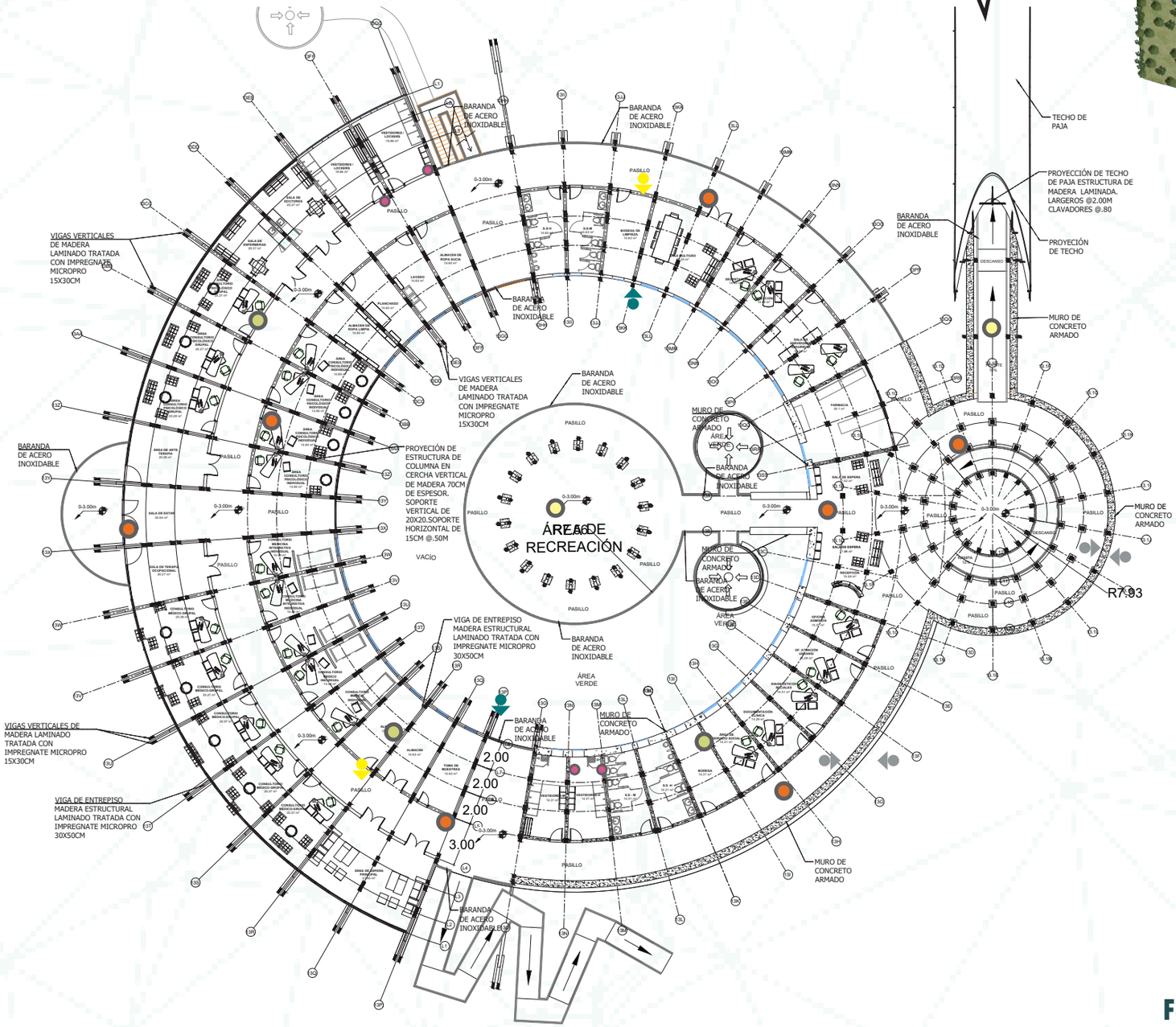
ICONO 27

- BAJO CONSUMO ELÉCTRICO
- VENTILACIÓN E ILUMINACIÓN NATURAL
- PATIOS INTERNOS

MATERIALES

ICONO 130.

- MADERA CEDRO-PINO
- CONCRETO
- HIERRO
- TECHO VERDE
- TECHO TEJA DE CEDRO



F422.

PLANTA DE EDIFICIO MEDICINA TRADICIONAL-MODULO TERCER OJO NIVEL INFERIOR

ESC. 1:150



F415.

ICONO 104

SIMBOLOGÍA GENERAL

- INDICA DIRECCIÓN DE CORTE O SECCIÓN
- NPT INDICA NIVEL DE PISO TERMINADO EN PLANTA
- INDICA EJE DE PARED

ACABADOS GENERALES

- CIELOS: TPT- CIELORASO EN TABLILLA DE PINO TRATADA CON MICROPRO
- PISOS: PISO DE MADERA TECA
- PISOS: PISOS LAMINADO DE MADERA
- PISOS: CERAMICA ANTIDEZLIZANTE
- PISOS: MARBOL
- PAREDES
  1. PARED DE CONCRETO CON REVESTIMIENTO DE PIEDRA
- PAREDES
  1. PARED LIVIANA ESCANTILLON EN MADERA DE PINO- PLACAS TERCIADO RANURADA 1.22 X 2.44M
  2. REVESTIMIENTO EXTERIOR -SIDING DE CEDRO

4.5.2 PLANTAS ARQUITECTÓNICAS

FICHA TÉCNICA

ARQUITECTÓNICO

UBICACIÓN: NORTE

TIPO: MEDICINA TRADICIONAL

ÁREA M2: 3423.90 M2

CAPACIDAD MÁX. TOTAL:
845 personas m2

SOLUCIONES PASIVAS

- BAJO CONSUMO ELÉCTRICO
- VENTILACIÓN E ILUMINACIÓN NATURAL
- PATIOS INTERNOS

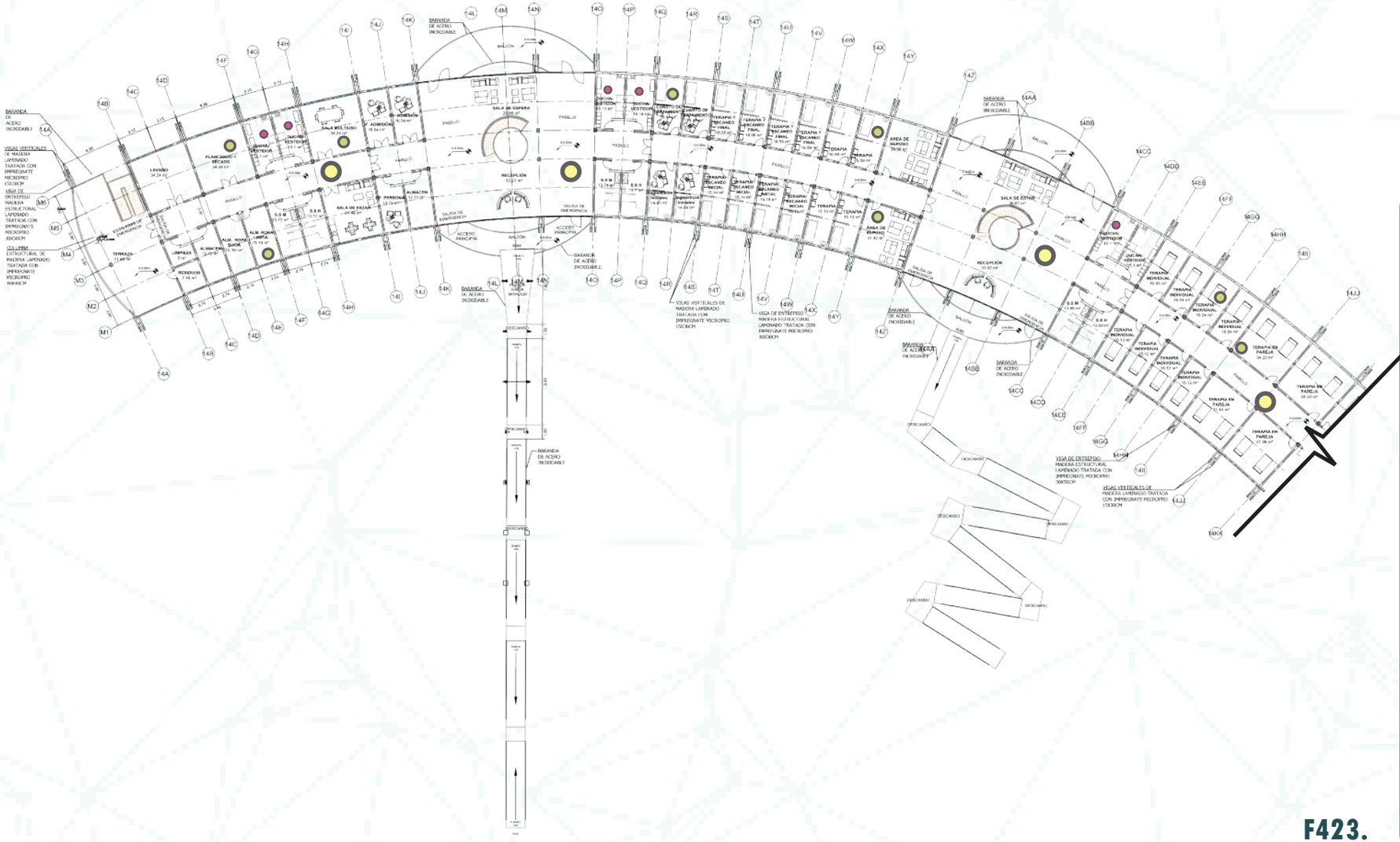
MATERIALES

- MADERA CEDRO-PINO
- CONCRETO
- HIERRO
- TECHO VERDE
- TECHO TEJA DE CEDRO

SECCIÓN A



F413.



F423.

SIMBOLOGÍA GENERAL

- INDICA DIRECCIÓN DE CORTE O SECCIÓN
- NPT — INDICA NIVEL DE PISO TERMINADO EN PLANTA
- INDICA EJE DE PARED

ACABADOS GENERALES

- CIELOS
  TPT- CIELORASO EN TABLILLA DE PINO TRATADA CON MICROPRO
- PISOS
  PISO DE MADERA TECA
- PISOS
  PISOS LAMINADO DE MADERA
- PISOS
  CERAMICA ANTIDEZLIZANTE
- PISOS
  MARBOL
- PAREDES
  1. PARED DE CONCRETO CON REVESTIMIENTO DE PIEDRA
- PAREDES
  1. PARED LIVIANA ESCANTILLON EN MADERA DE PINO- PLACAS TERCIADO RANURADA 1.22 X 2.44M
  2. REVESTIMIENTO EXTERIOR -SIDING DE CEDRO

PLANTA DE EDIFICIO DE TERAPIAS-MODULO CORONA NIVEL SUPERIOR

ESC. 1:150

4.5.2 PLANTAS ARQUITECTONICAS

SECCIÓN B



F415.



FICHA TÉCNICA

ICONO 22. ARQUITÉCTONICO

ICONO 23. UBICACIÓN: NORTE

ICONO 25. TIPO: MEDICINA TRADICIONAL

ICONO 26. ÁREA M2: 3423.90 M2

ICONO 136 CAPACIDAD MÁX. TOTAL:
845 personas m2

SOLUCIONES PASIVAS

ICONO 27

- BAJO CONSUMO ELÉCTRICO
- VENTILACIÓN E ILUMINACIÓN NATURAL
- PATIOS INTERNOS

MATERIALES

ICONO 150.

- MADERA CEDRO-PINO
- CONCRETO
- HIERRO
- TECHO VERDE
- TECHO TEJA DE CEDRO



F424.

PLANTA DE EDIFICIO DE TERAPIAS-MODULO CORONA NIVEL SUPERIOR

ESC. 1:150

SIMBOLOGÍA GENERAL

- INDICA DIRECCIÓN DE CORTE O SECCIÓN
- NPT INDICA NIVEL DE PISO TERMINADO EN PLANTA
- INDICA EJE DE PARED

ACABADOS GENERALES

- CIELOS
  TPT- CIELORASO EN TABLILLA DE PINO TRATADA CON MICROPRO
- PISOS
  PISO DE MADERA TECA
- PISOS
  PISOS LAMINADO DE MADERA
- PISOS
  CERAMICA ANTIDEZLIZANTE
- PISOS
  MARBOL
- PAREDES
  1. PARED DE CONCRETO CON REVESTIMIENTO DE PIEDRA
- PAREDES
  1. PARED LIVIANA ESCANTILLON EN MADERA DE PINO- PLACAS TERCIADO RANURADA 1.22 X 2.44M
  2. REVESTIMIENTO EXTERIOR -SIDING DE CEDRO

4.5.2 PLANTAS ARQUITECTÓNICAS

FICHA TECNICA

ICONO 22. ARQUITECTÓNICO

ICONO 23. UBICACIÓN: NORTE

ICONO 25. TIPO: MEDICINA TRADICIONAL

ICONO 26. ÁREA M2: 3423.90 M2

ICONO 136 CAPACIDAD MÁX. TOTAL: 738 personas m2

SOLUCIONES PASIVAS

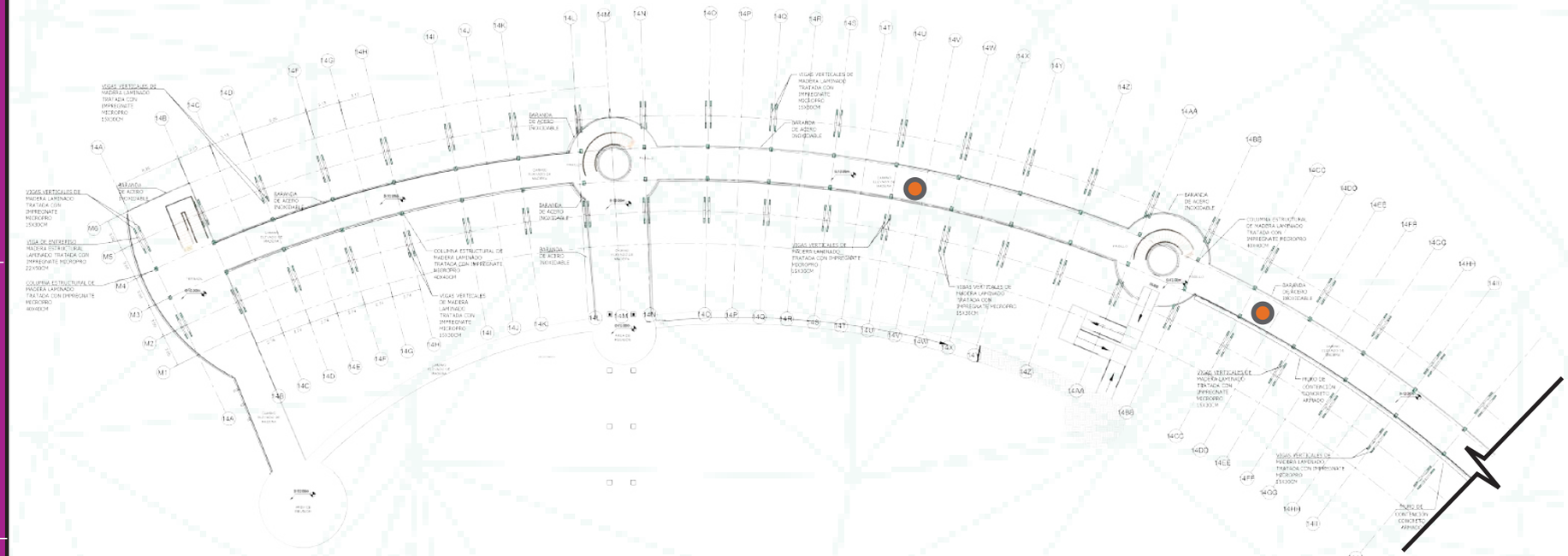
ICONO 27

- BAJO CONSUMO ELÉCTRICO
- VENTILACIÓN E ILUMINACIÓN NATURAL
- PATIOS INTERNOS

MATERIALES

ICONO 150.

- MADERA CEDRO-PINO
- CONCRETO
- HIERRO
- TECHO VERDE
- TECHO TEJA DE CEDRO



F425.

SECCIÓN A



F415.

ICONO 104.

SIMBOLOGÍA GENERAL

- INDICA DIRECCIÓN DE CORTE O SECCIÓN
- NPT INDICA NIVEL DE PISO TERMINADO EN PLANTA
- INDICA EJE DE PARED

ACABADOS GENERALES

CIELOS
TPT- CIELORASO EN TABLILLA DE PINO TRATADA CON MICROPRO

PISOS
PISO DE MADERA TECA

PISOS
PISOS LAMINADO DE MADERA

PISOS
CERAMICA ANTIDEZLIZANTE

PISOS
MARBOL

PAREDES
1. PARED DE CONCRETO CON REVESTIMIENTO DE PIEDRA

PAREDES
1. PARED LIVIANA ESCANTILLON EN MADERA DE PINO- PLACAS TERCIADO RANURADA 1.22 X 2.44M
2. REVESTIMIENTO EXTERIOR -SIDING DE CEDRO

PLANTA DE EDIFICIO DE TERAPIAS-MODULO CORONA NIVEL INFERIOR

ESC. 1:150

4.5.2 PLANTAS ARQUITECTONICAS

SECCIÓN B



F415.



FICHA TÉCNICA

ICONO 22. ARQUITÉCTONICO

ICONO 23. UBICACIÓN: NORTE

ICONO 25. TIPO: MEDICINA TRADICIONAL

ICONO 26. ÁREA M2: 3423.90 M2

ICONO 136 CAPACIDAD MÁX. TOTAL:
738 personas m2

SOLUCIONES PASIVAS

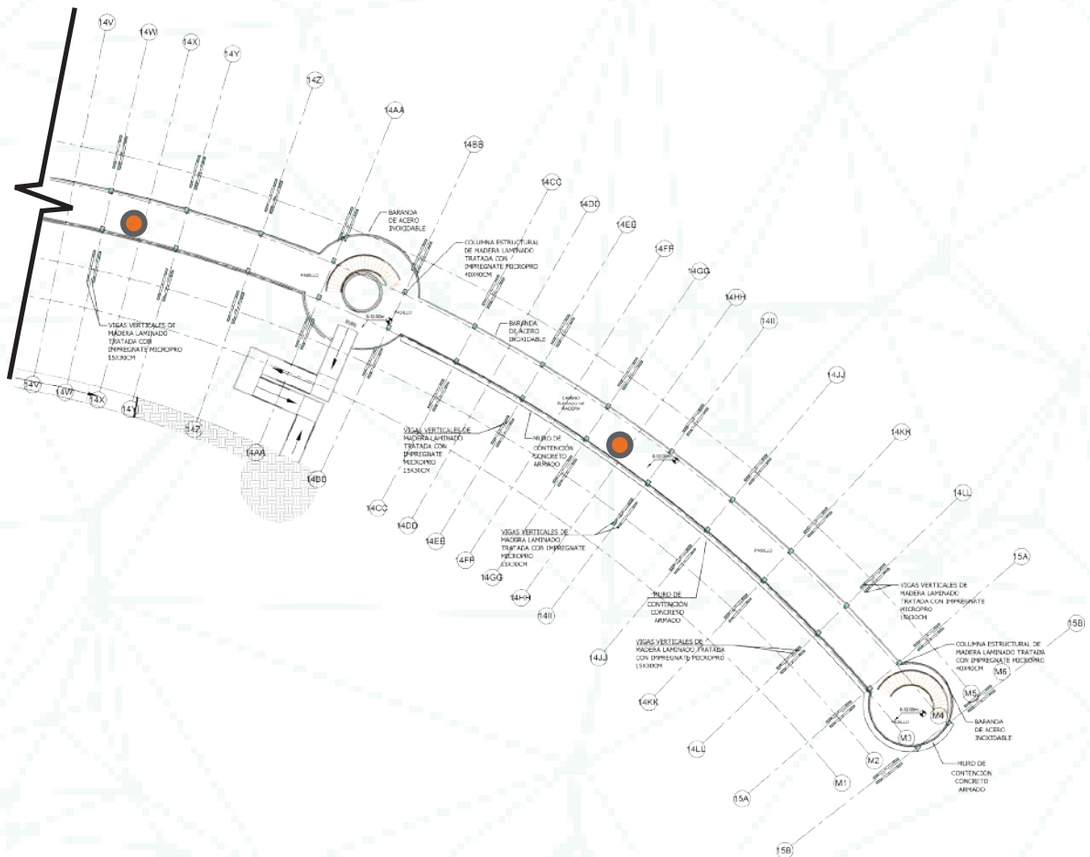
ICONO 27

- BAJO CONSUMO ELÉCTRICO
- VENTILACIÓN E ILUMINACIÓN NATURAL
- PATIOS INTERNOS

MATERIALES

ICONO 130.

- MADERA CEDRO-PINO
- CONCRETO
- HIERRO
- TECHO VERDE
- TECHO TEJA DE CEDRO



F426.

SIMBOLOGÍA GENERAL

- INDICA DIRECCIÓN DE CORTE O SECCIÓN
- NPT INDICA NIVEL DE PISO TERMINADO EN PLANTA
- INDICA EJE DE PARED

ACABADOS GENERALES

- CIELOS
  TPT- CIELORASO EN TABLILLA DE PINO TRATADA CON MICROPRO
- PISOS
  PISO DE MADERA TECA
- PISOS
  PISOS LAMINADO DE MADERA
- PISOS
  CERAMICA ANTIDEZLIZANTE
- PISOS
  MARBOL
- PAREDES
  1. PARED DE CONCRETO CON REVESTIMIENTO DE PIEDRA
- PAREDES
  1. PARED LIVIANA ESCANTILLON EN MADERA DE PINO- PLACAS TERCIADO RANURADA 1.22 X 2.44M
  2. REVESTIMIENTO EXTERIOR -SIDING DE CEDRO

PLANTA DE EDIFICIO DE TERAPIAS-MODULO CORONA NIVEL INFERIOR

ESC. 1:150

4.5.3 RUTAS DE EVACUACIÓN

SIMBOLOGÍA

SALIDA DE EMERGENCIA



ICONO 151.

RECORRIDO DIST. 46m MÁX

RUTA DE EVACUACIÓN



ICONO 152.

EXTINTORES



ICONO 153.

DIST. 23m MÁX

ESCALERA/ RAMPAS



ICONO 154.

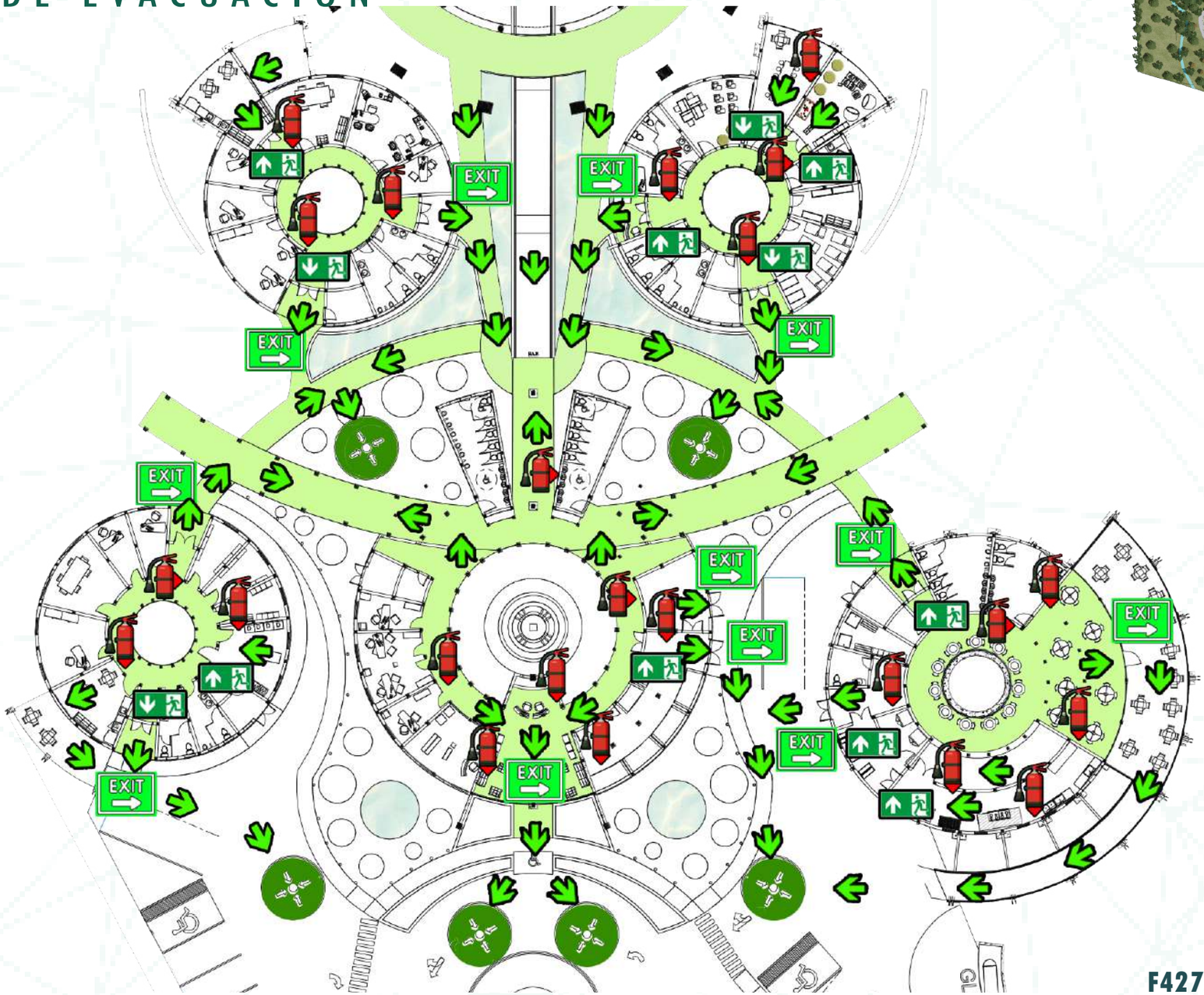
RUTA DE EVACUACIÓN

ESCALERAS ASCENSORES

PUNTO DE REUNIÓN



ICONO 155.



F427.



F415.



ICONO 104.

PLANTA DE EVACUACIÓN EDIFICIO INTEGRACIÓN

ESC. LIBRE

4.5.3 RUTAS DE EVACUACIÓN

SIMBOLOGÍA

SALIDA DE EMERGENCIA



ICONO 151.

RECORRIDO DIST. 46m MÁX

RUTA DE EVACUACIÓN



ICONO 152.

EXTINTORES



ICONO 153.

DIST. 23m MÁX

ESCALERA/ RAMPAS



ICONO 154.

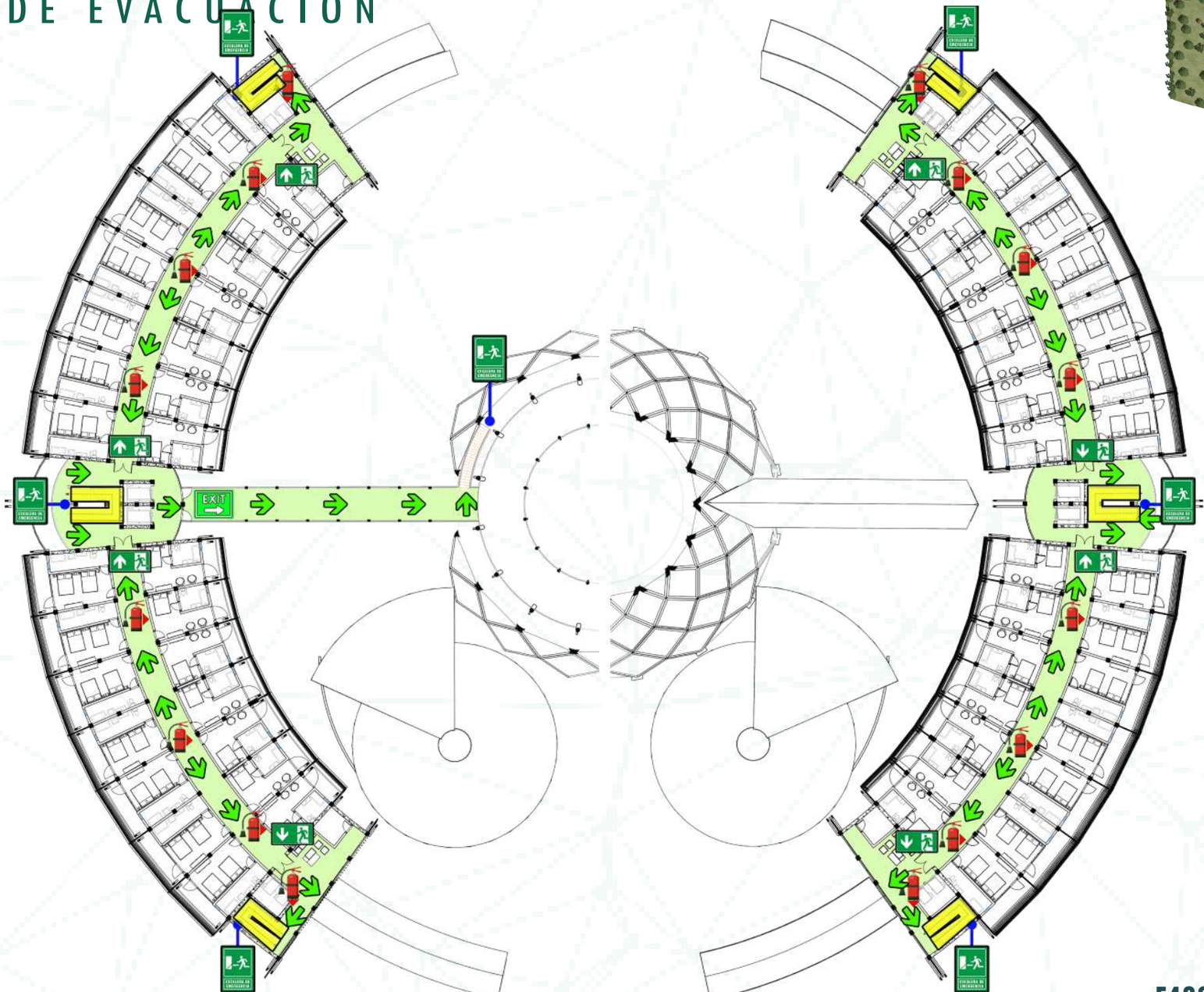
RUTA DE EVACUACIÓN

ESCALERAS ASCENSORES

PUNTO DE REUNIÓN



ICONO 155.



F428.

PLANTA DE EDIFICIO HABITACIONES-MODULO SACRO-1RD NIVEL

ESC. 1:150



F415.



ICONO 104.

4.5.3 RUTAS DE EVACUACIÓN



F415.



SIMBOLOGÍA

SALIDA DE EMERGENCIA



ICONO 151.

RECORRIDO DIST. 46m MÁX

RUTA DE EVACUACIÓN



ICONO 152.

EXTINTORES



ICONO 153.

DIST. 23m MÁX

ESCALERA/ RAMPAS



ICONO 154.



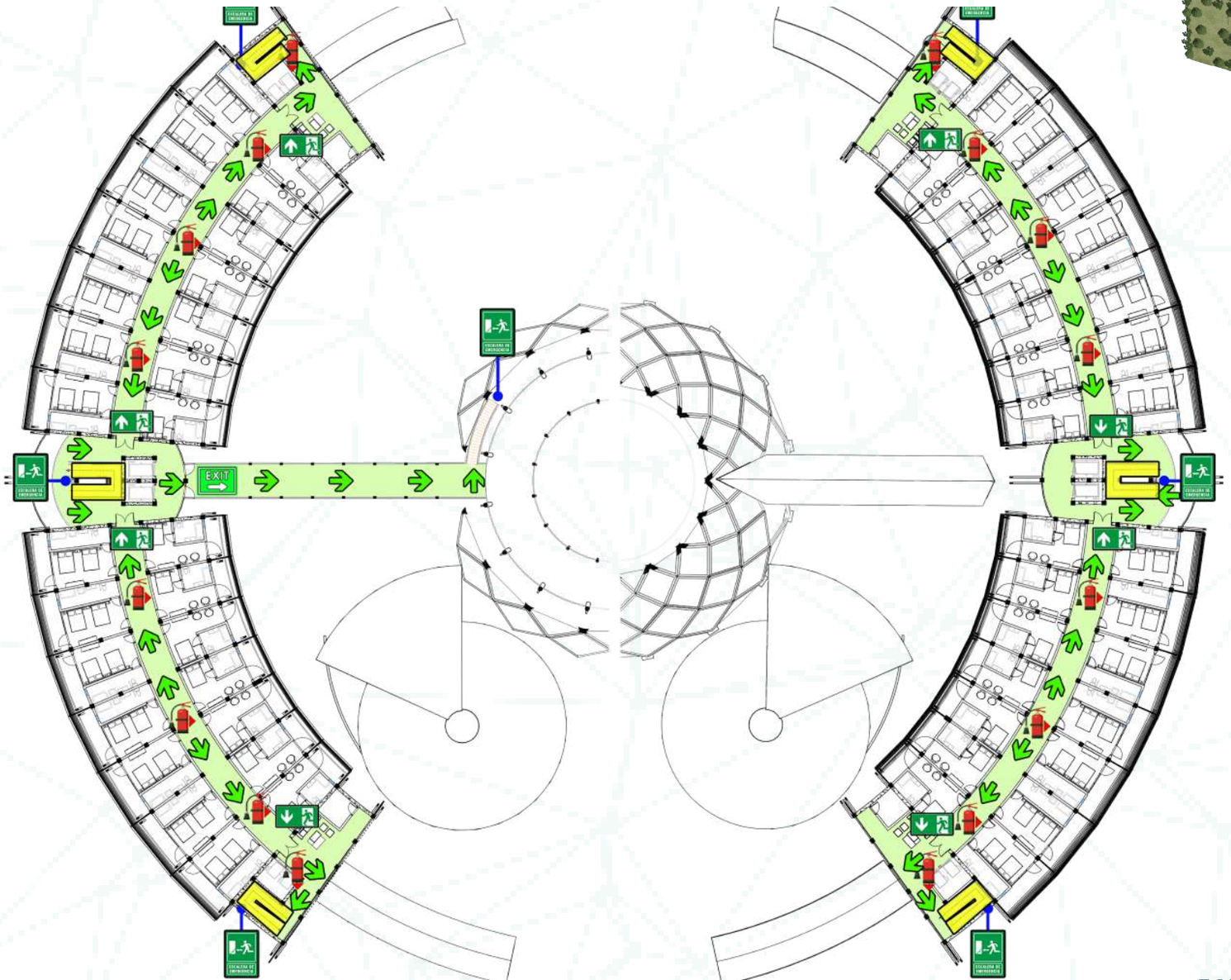
RUTA DE EVACUACIÓN

ESCALERAS ASCENSORES

PUNTO DE REUNIÓN



ICONO 155.



F429.

PLANTA DE EDIFICIO HABITACIONES-MODULO SACRO-2ND/3RD NIVEL

ESC. 1:150

4.5.3 RUTAS DE EVACUACIÓN

SIMBOLOGÍA

SALIDA DE EMERGENCIA



ICONO 151.

RECORRIDO DIST. 46m MÁX

RUTA DE EVACUACIÓN



ICONO 152.

EXTINTORES



ICONO 153.

DIST. 23m MÁX

ESCALERA/ RAMPAS



ICONO 154.

RUTA DE EVACUACIÓN

ESCALERAS ASCENSORES

PUNTO DE REUNIÓN



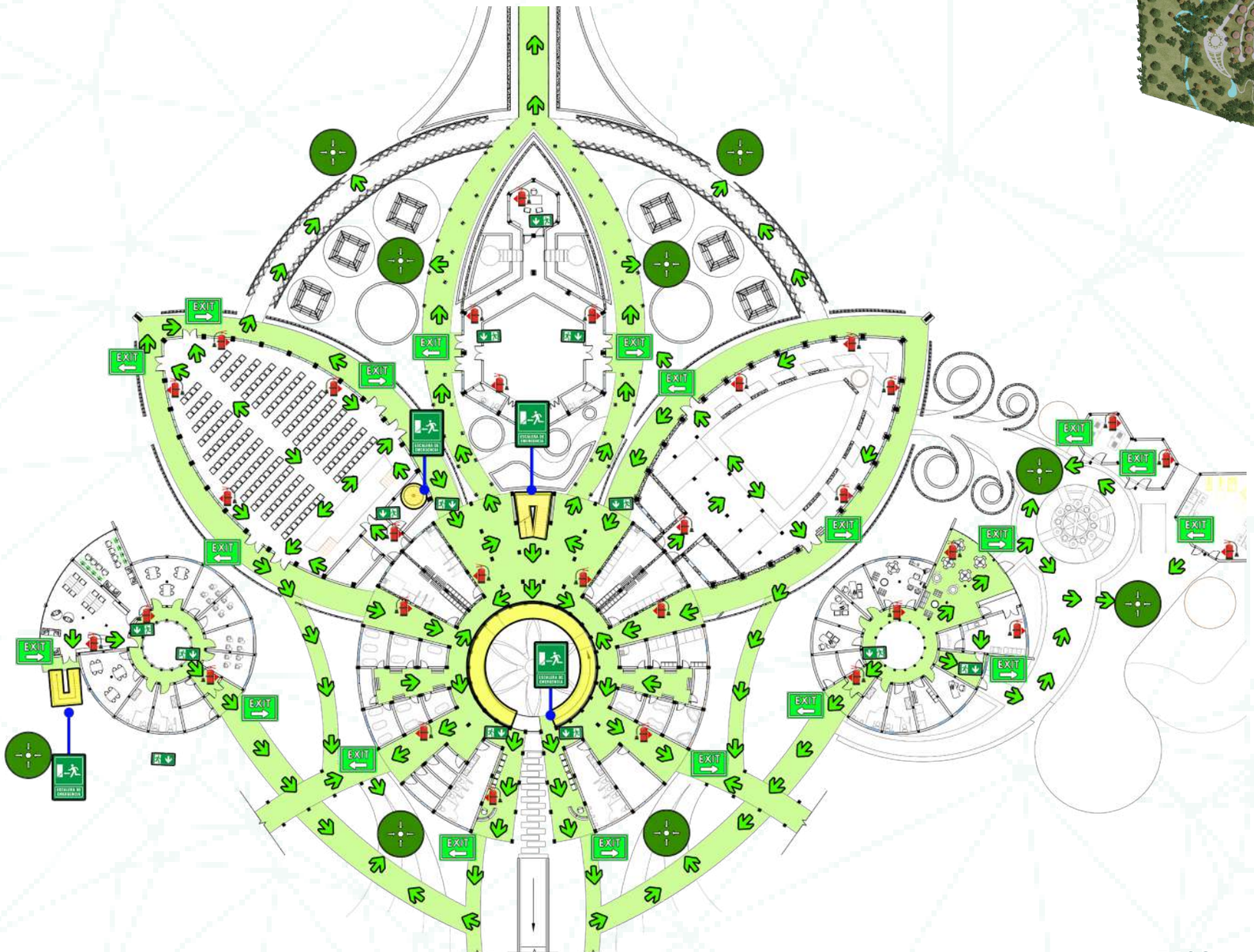
ICONO 155.



F415.



ICONO 104.



F430.

PLANTA DE EVACUACIÓN DE EDIFICIO KINESIS Y CULTO

ESC. 1:150

4.5.3 RUTAS DE EVACUACIÓN

SIMBOLOGÍA

SALIDA DE EMERGENCIA



ICONO 151.

RECORRIDO DIST. 46m MÁX

RUTA DE EVACUACIÓN



ICONO 152.

EXTINTORES



ICONO 153.

DIST. 23m MÁX

ESCALERA/ RAMPAS



ICONO 154.

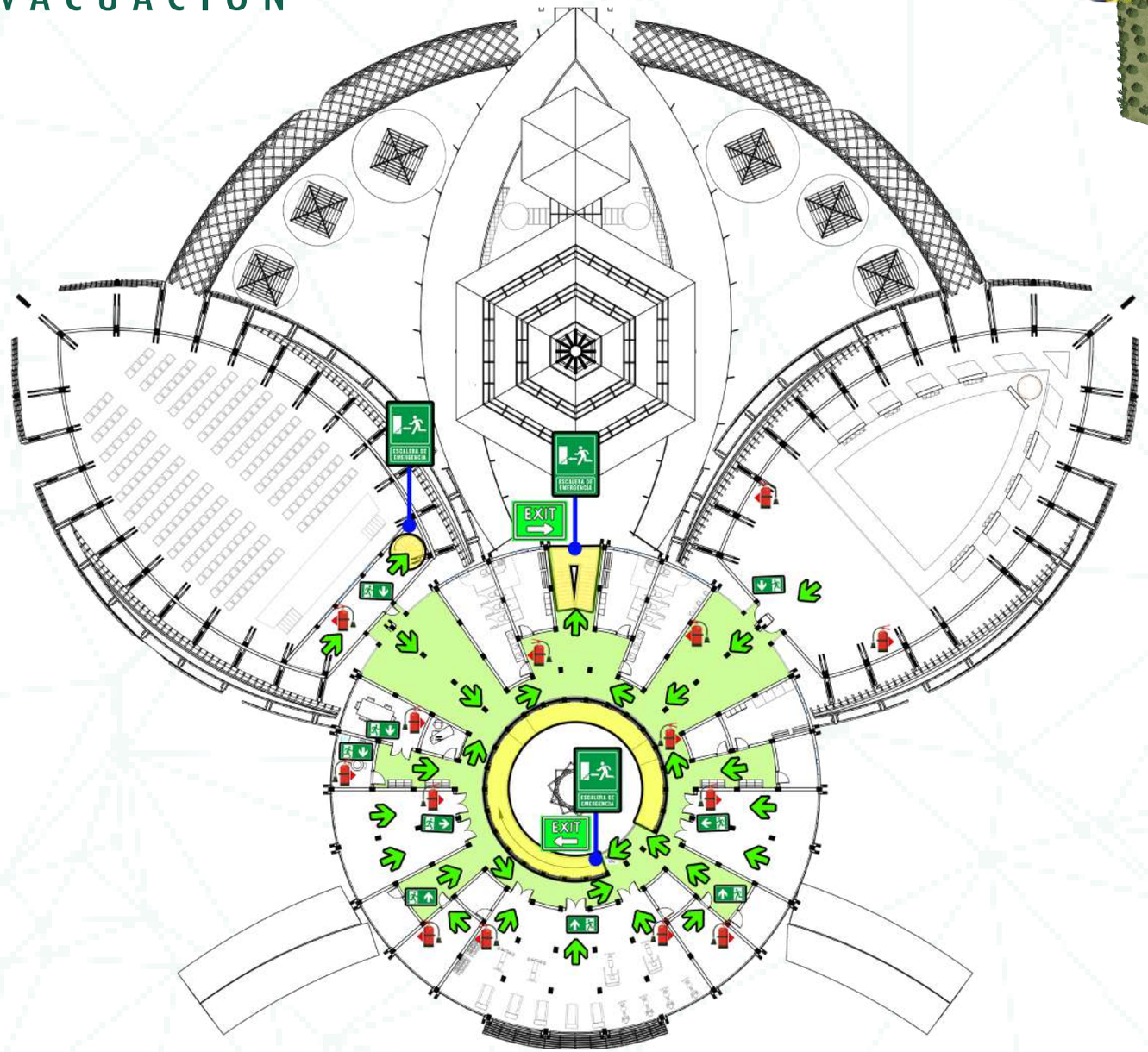
RUTA DE EVACUACIÓN

ESCALERAS ASCENSORES

PUNTO DE REUNIÓN



ICONO 155.





F415.



ICONO 104.

F431.

PLANTA DE EDIFICIO KINESIS Y CULTO-2ND NIVEL

ESC. 1:150

4.5.3 RUTAS DE EVACUACIÓN

SIMBOLOGÍA

SALIDA DE EMERGENCIA



ICONO 151.

RECORRIDO DIST. 46m MÁX

RUTA DE EVACUACIÓN



ICONO 152.

EXTINTORES



ICONO 153.

DIST. 23m MÁX

ESCALERA/ RAMPAS



ICONO 154.

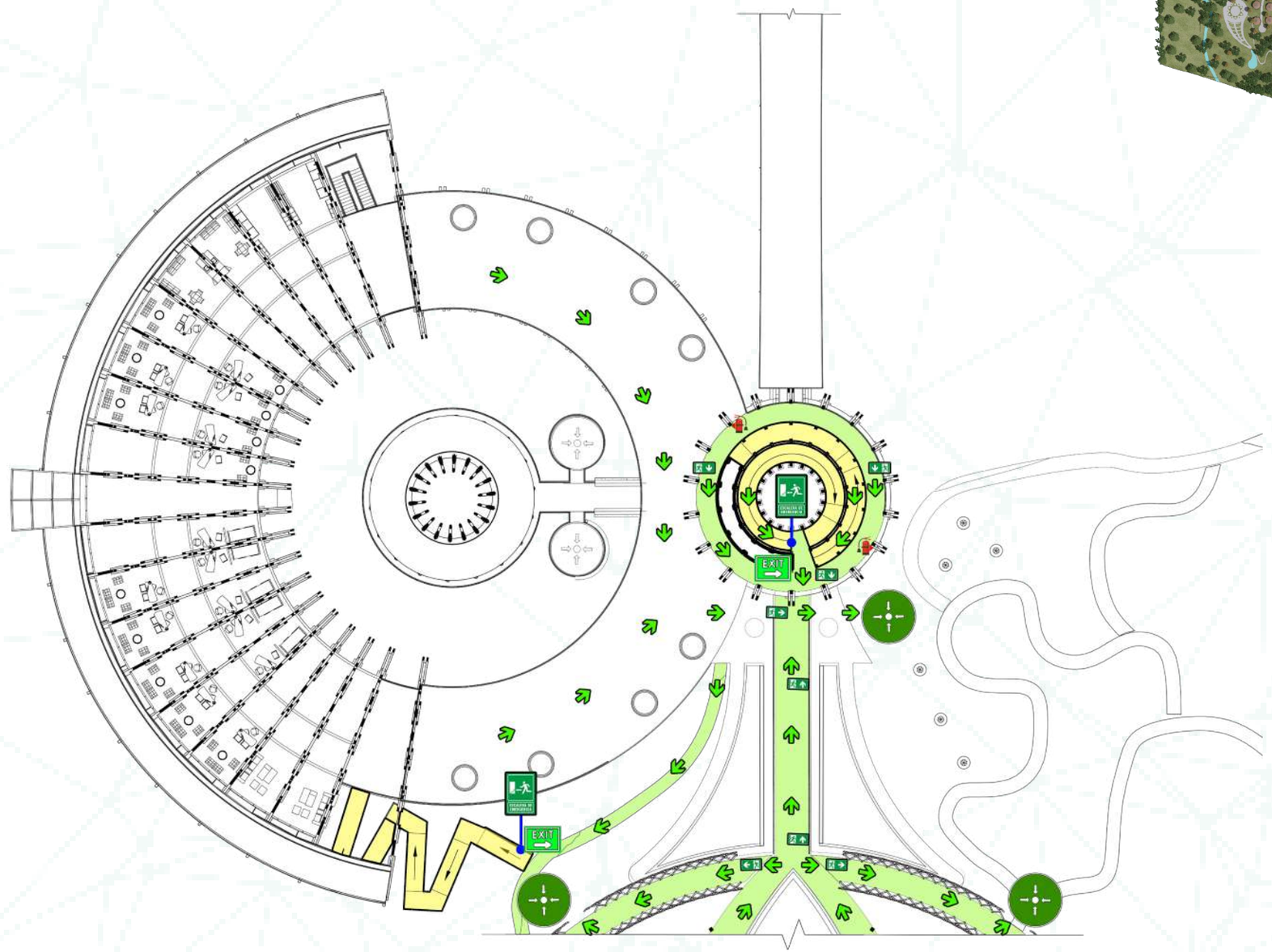
RUTA DE EVACUACIÓN

ESCALERAS ASCENSORES

PUNTO DE REUNIÓN



ICONO 155.





F415.



ICONO 104.

F432.

PLANTA DE EVACUACIÓN EDIFICIO MEDICINA TRADICIONAL-NIVEL SUPERIOR

ESC. 1:150

4.5.3 RUTAS DE EVACUACIÓN

SECCIÓN A



F415.



SIMBOLOGÍA

SALIDA DE EMERGENCIA



ICONO 151.

RECORRIDO DIST. 46m MÁX

RUTA DE EVACUACIÓN



ICONO 152.

EXTINTORES



ICONO 153.

DIST. 23m MÁX

ESCALERA/ RAMPAS



ICONO 154.



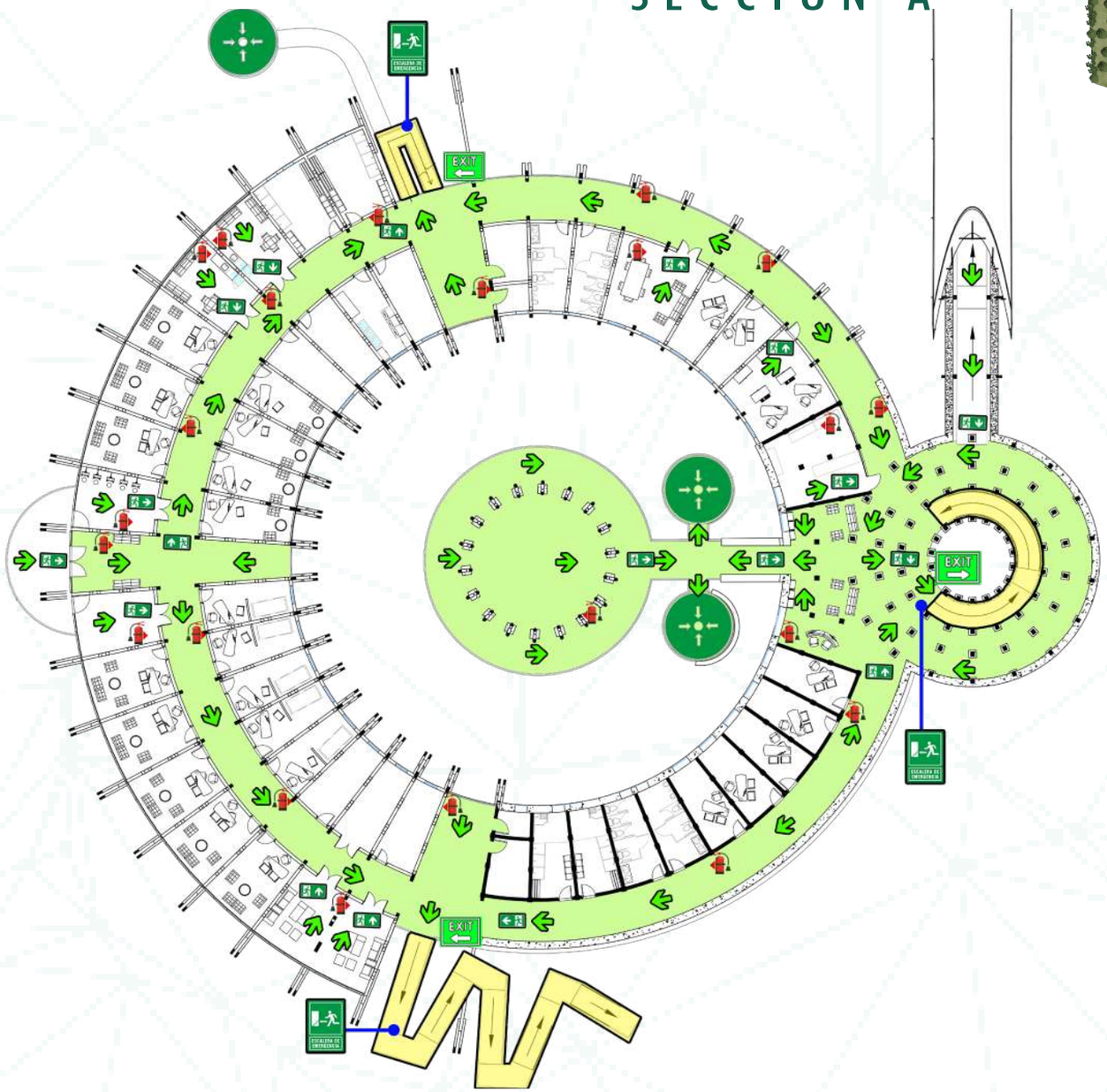
RUTA DE EVACUACIÓN

ESCALERAS ASCENSORES

PUNTO DE REUNIÓN



ICONO 155.



F433.

PLANTA DE EVACUACIÓN EDIFICIO DE TERAPIA-NIVEL INFERIOR

ESC. 1:150

4.5.3 RUTAS DE EVACUACIÓN

SIMBOLOGÍA

SALIDA DE EMERGENCIA



ICONO

RECORRIDO DIST. 46m MÁX

RUTA DE EVACUACIÓN



ICONO 152.

EXTINTORES



ICONO 153.

DIST. 23m MÁX

ESCALERA/ RAMPAS



ICONO 154.

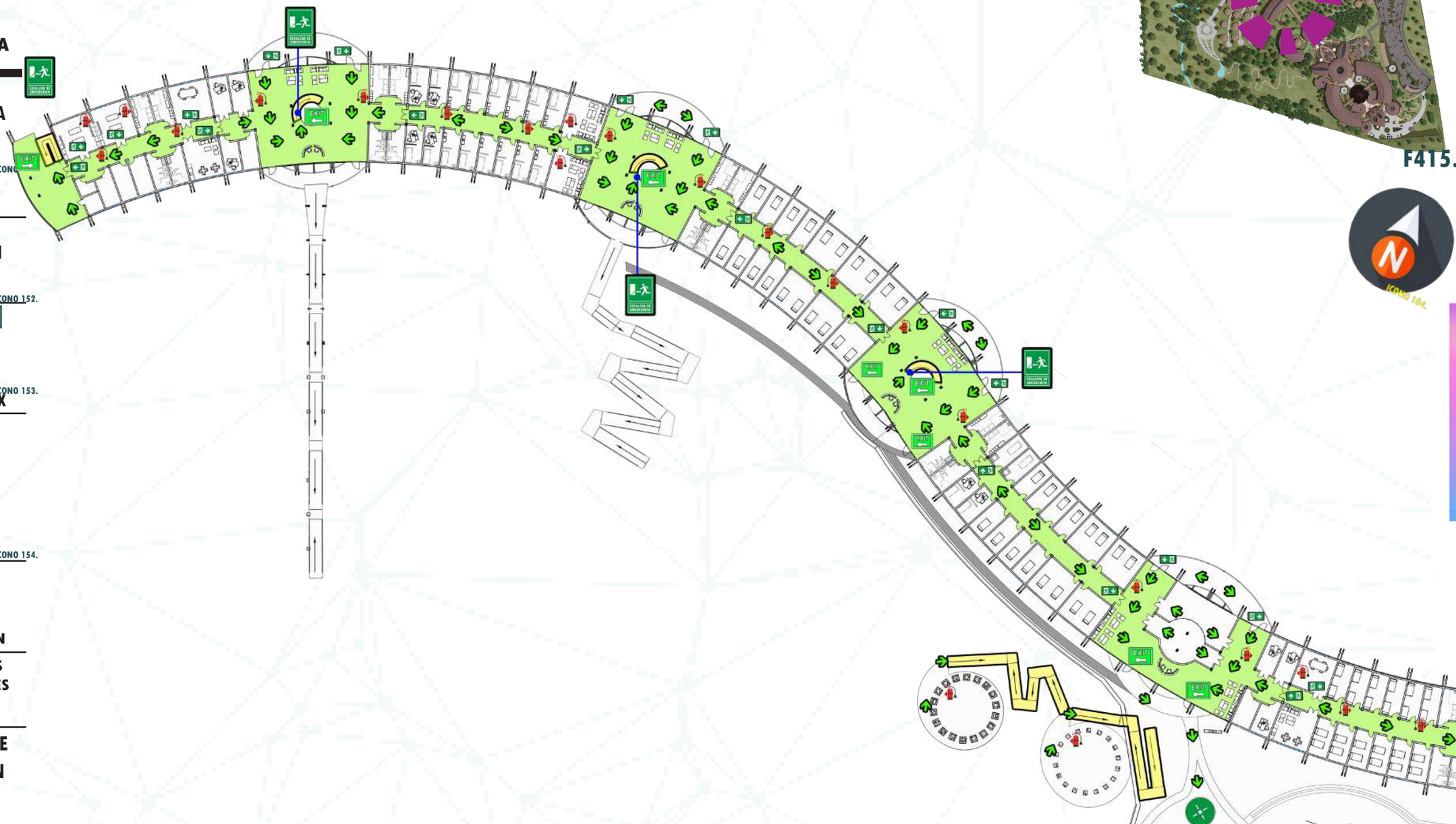
RUTA DE EVACUACIÓN

ESCALERAS ASCENSORES

PUNTO DE REUNIÓN



ICONO 155.





F415.

ICONO 104.

F434.

PLANTA DE EVACUACIÓN EDIFICIO DE TERAPIAS-NIVEL SUPERIOR

ESC. 1:150

4.5.3 RUTAS DE EVACUACIÓN

SIMBOLOGÍA

SALIDA DE EMERGENCIA



ICONO 151.

RECORRIDO DIST. 46m MÁX

RUTA DE EVACUACIÓN



ICONO 152.

EXTINTORES



ICONO 153.

DIST. 23m MÁX

ESCALERA/ RAMPAS



ICONO 154.

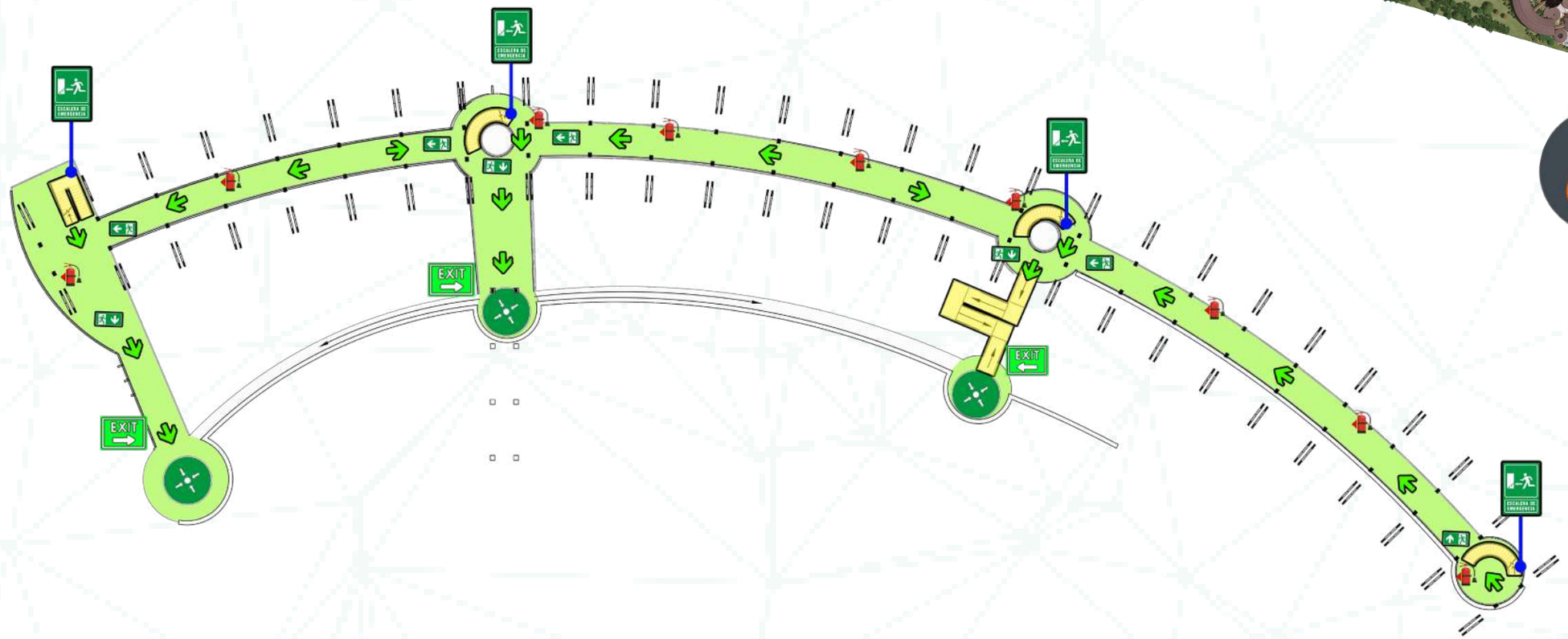
RUTA DE EVACUACIÓN

ESCALERAS ASCENSORES

PUNTO DE REUNIÓN



ICONO 155.





F415.



ICONO 104.

F435.

PLANTA DE EVACUACIÓN EDIFICIO DE TERAPIAS-NIVEL INFERIOR

ESC. 1:150

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.4 VISTAS INTERNAS



F436.

PATIO INTERNO RECEPCIÓN

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.4 VISTAS INTERNAS



F437.

COMEDOR DE EDIFICO GASTRONOMÍA

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.4 VISTAS INTERNAS



F438.

HABITACIONES GRUPALES VISTA AL BALCÓN

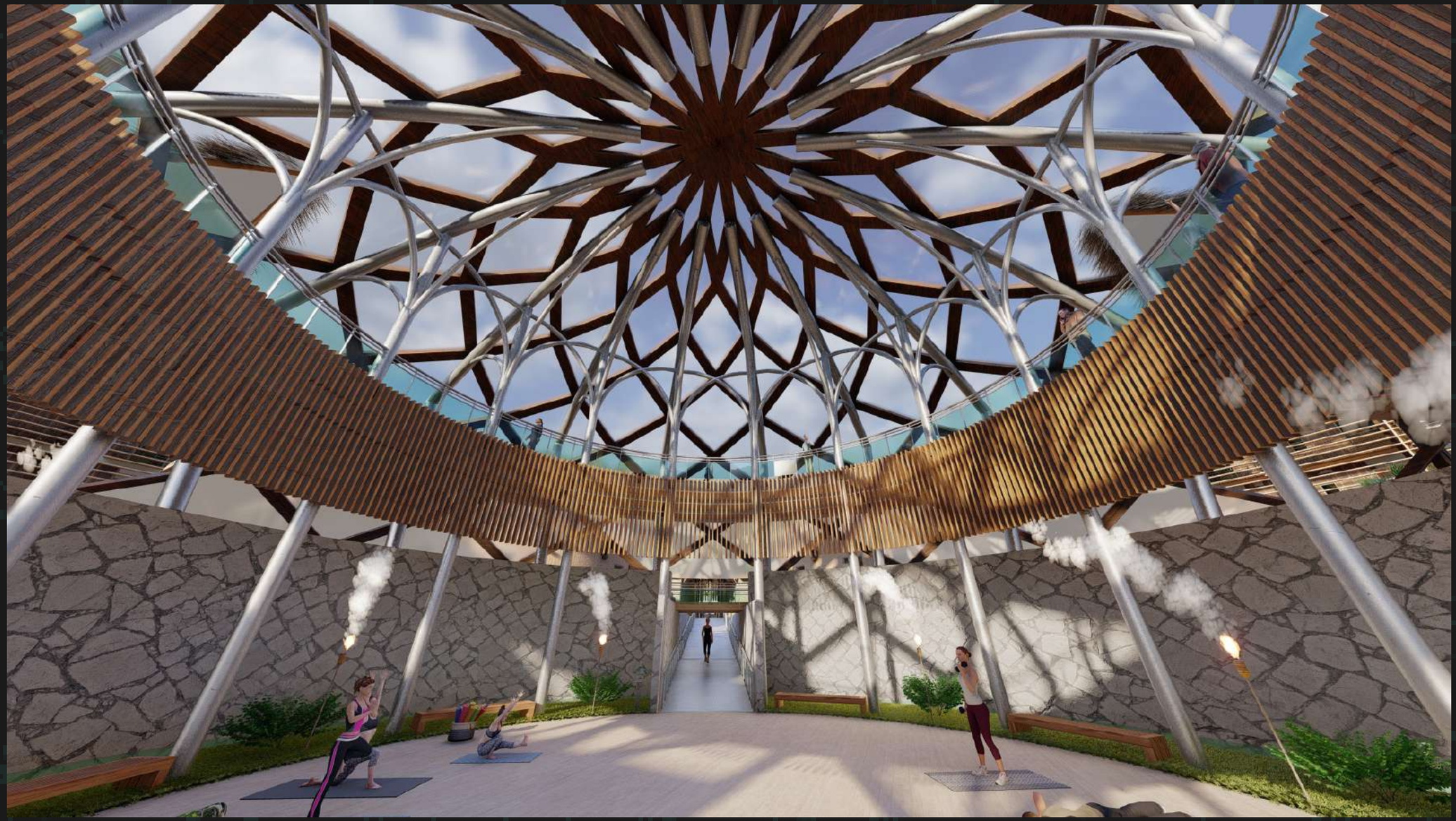


F439.

CUARTO DE ESTIMULACIÓN Y JUEGO-GUARDERÍA

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.4 VISTAS INTERNAS



F440.

ÁREA DE RECREACIÓN-DOMO

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.4 VISTAS INTERNAS



F441.

DUCTO VERTICAL EDIFICIO KINESIS



F442.

ÁREA DE HIDROTERAPIA

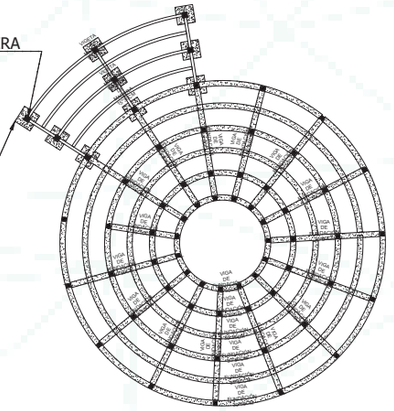
4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL

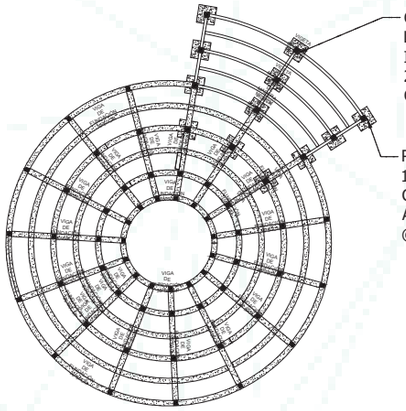


F415.

COLUMNA ESTRUCTURAL DE MADERA
LAMINADO TRATADA CON
IMPREGNATE MICROPRO
20X20CM SOBRE PEDESTAL DE
CONCRETO ARMADO 30X30CM

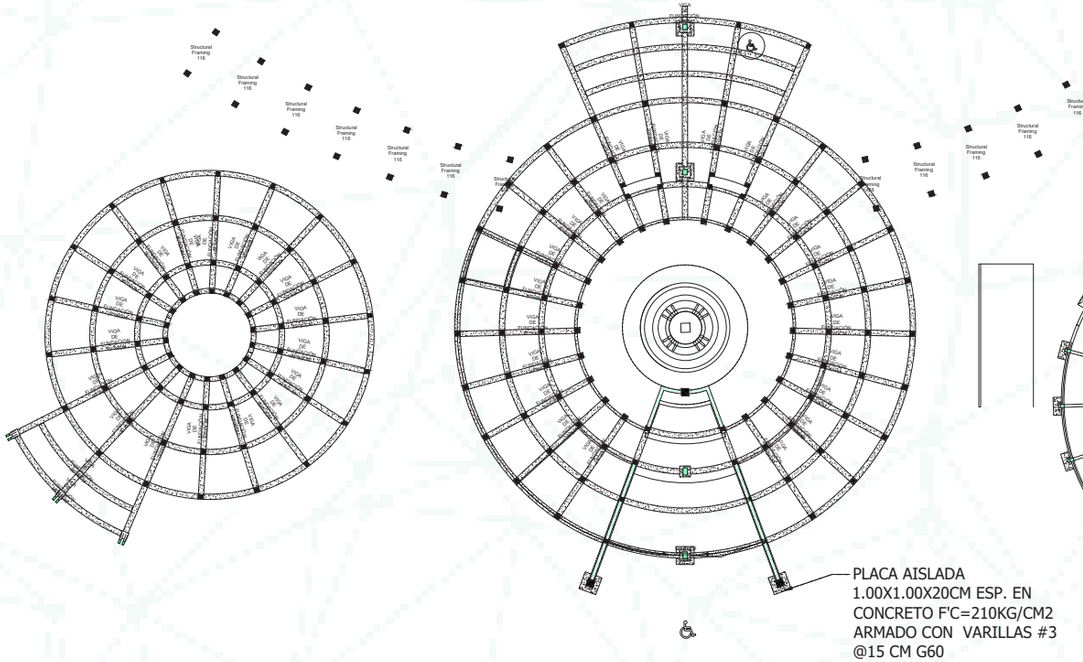
PLACA AISLADA
1.00X1.00X20CM ESP. EN
CONCRETO F'C=210KG/CM2
ARMADO CON VARILLAS #3
@15 CM G60



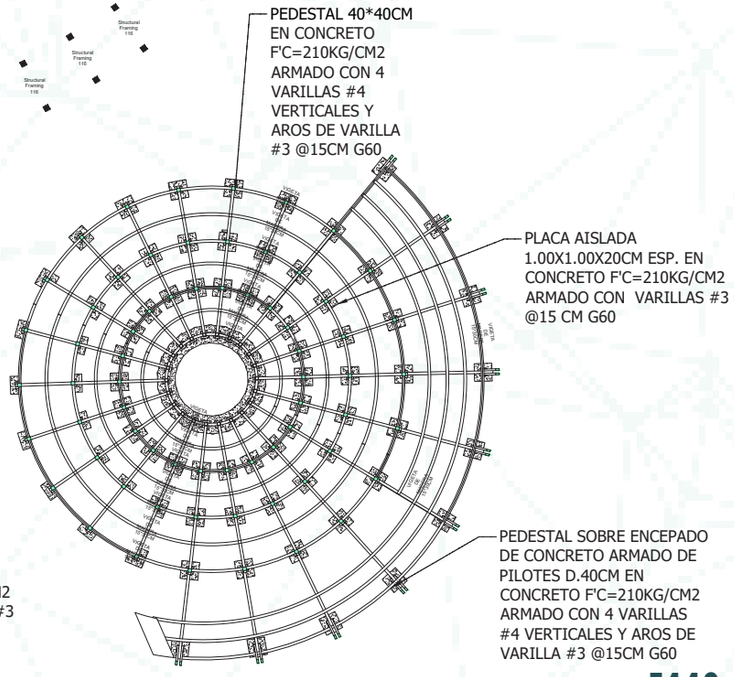


COLUMNA ESTRUCTURAL DE MADERA
LAMINADO TRATADA CON
IMPREGNATE MICROPRO
20X20CM SOBRE PEDESTAL DE
CONCRETO ARMADO 30X30CM

PLACA AISLADA
1.00X1.00X20CM ESP. EN
CONCRETO F'C=210KG/CM2
ARMADO CON VARILLAS #3
@15 CM G60



PLACA AISLADA
1.00X1.00X20CM ESP. EN
CONCRETO F'C=210KG/CM2
ARMADO CON VARILLAS #3
@15 CM G60



PEDESTAL 40*40CM
EN CONCRETO
F'C=210KG/CM2
ARMADO CON 4
VARILLAS #4
VERTICALES Y
AROS DE VARILLA
#3 @15CM G60

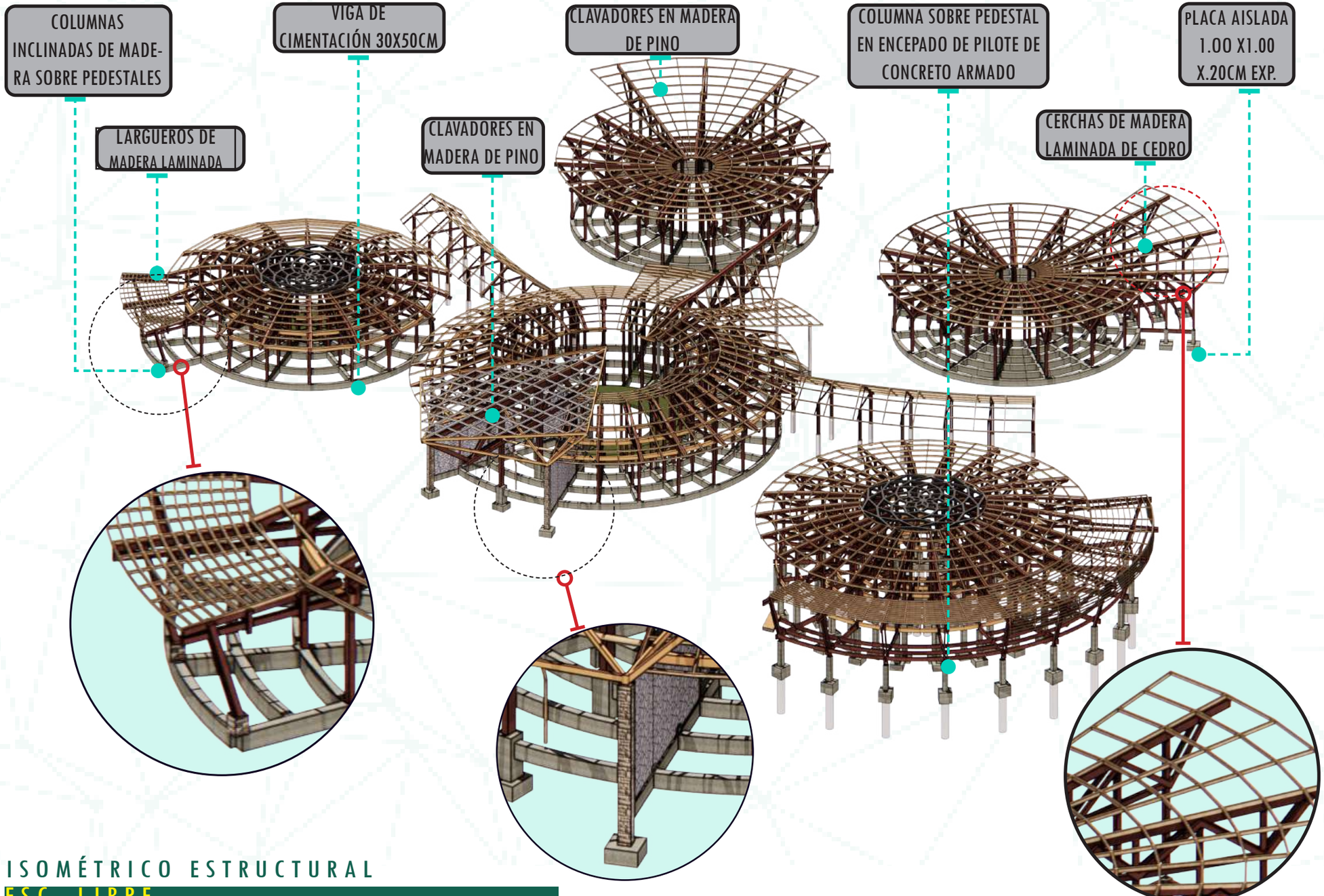
PLACA AISLADA
1.00X1.00X20CM ESP. EN
CONCRETO F'C=210KG/CM2
ARMADO CON VARILLAS #3
@15 CM G60

PEDESTAL SOBRE ENCEPADO
DE CONCRETO ARMADO DE
PILOTES D.40CM EN
CONCRETO F'C=210KG/CM2
ARMADO CON 4 VARILLAS
#4 VERTICALES Y AROS DE
VARILLA #3 @15CM G60

F443.

PLANTA DE CIMIENTOS INTEGRACIÓN-
ESC. 1:150

4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL



ISOMÉTRICO ESTRUCTURAL

ESC. LIBRE

F444.

4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL



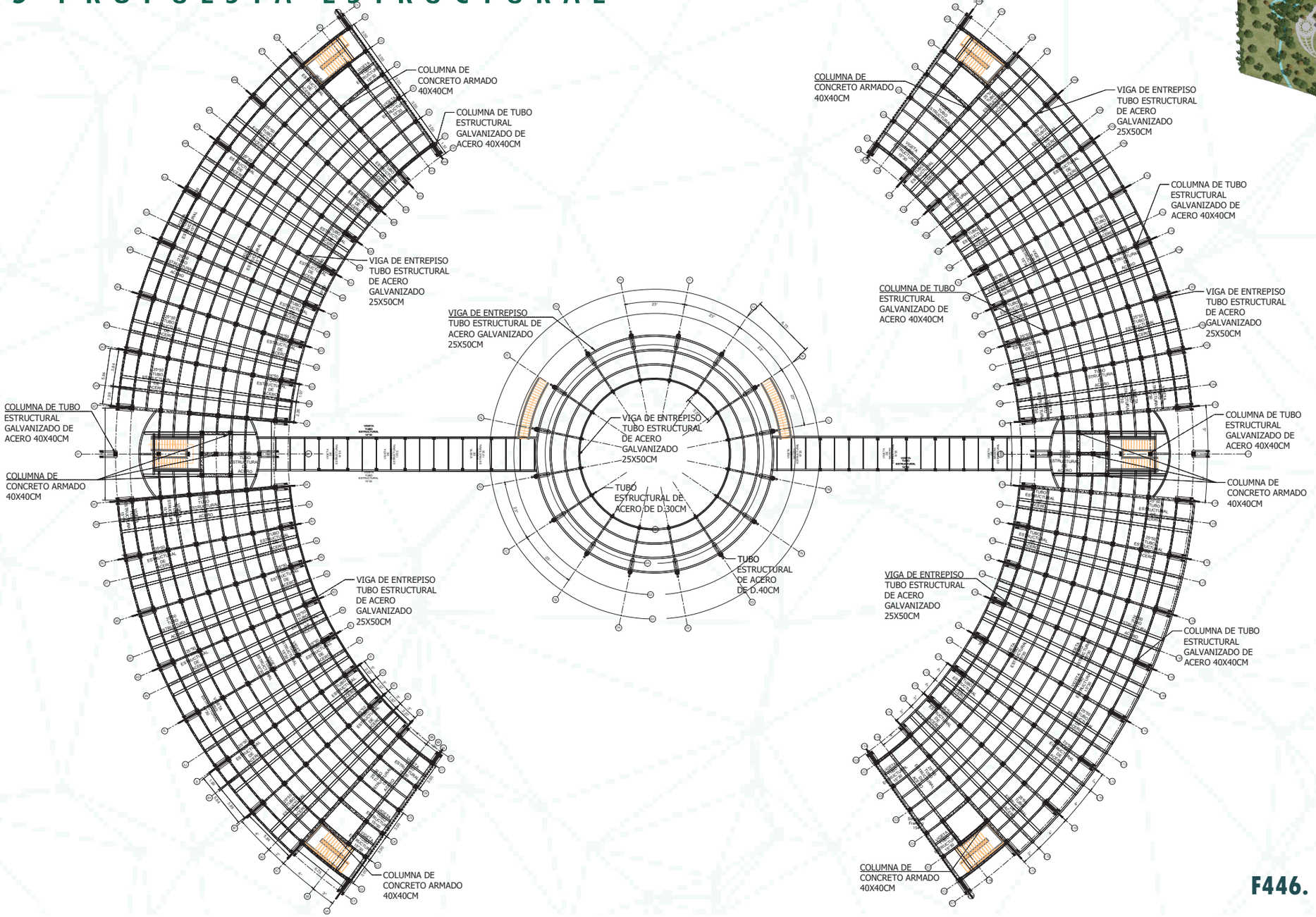
F415.

PEDESTAL DE CONCRETO ARMADO 60 X 60 CM. SOBRE PLACA AISLADA 1.80X 2.00CM. ALT -2.00mts

4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL



F415.



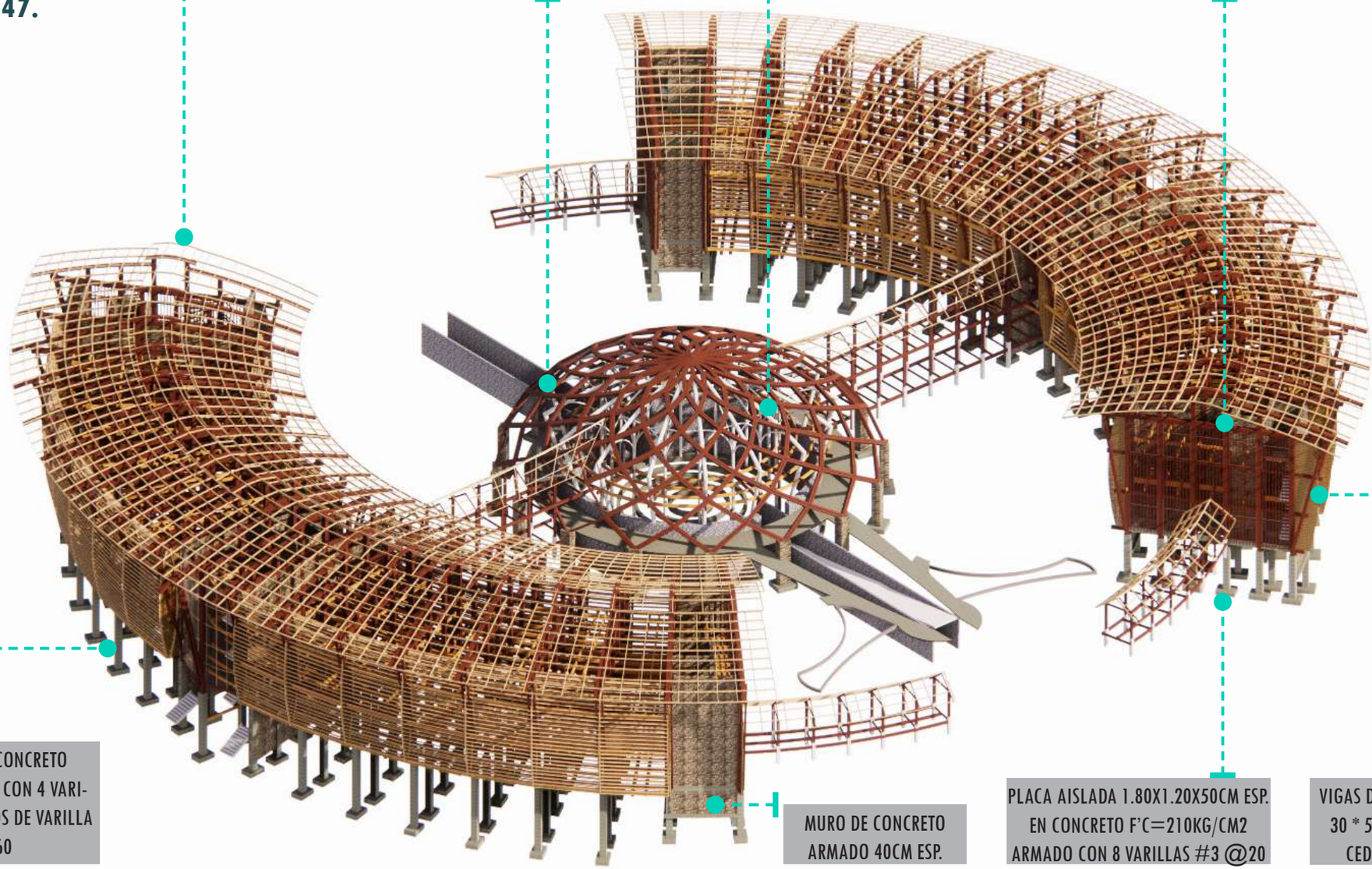
F446.

PLANTA DE CIMIENTOS COLUMNAS Y VIGAS EDIFICIO HABITACIONES-2ND NIVEL

ESC. 1:150

4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL

F447.



ISOMÉTRICO ESTRUCTURAL EDIFICIO HABITACIONES

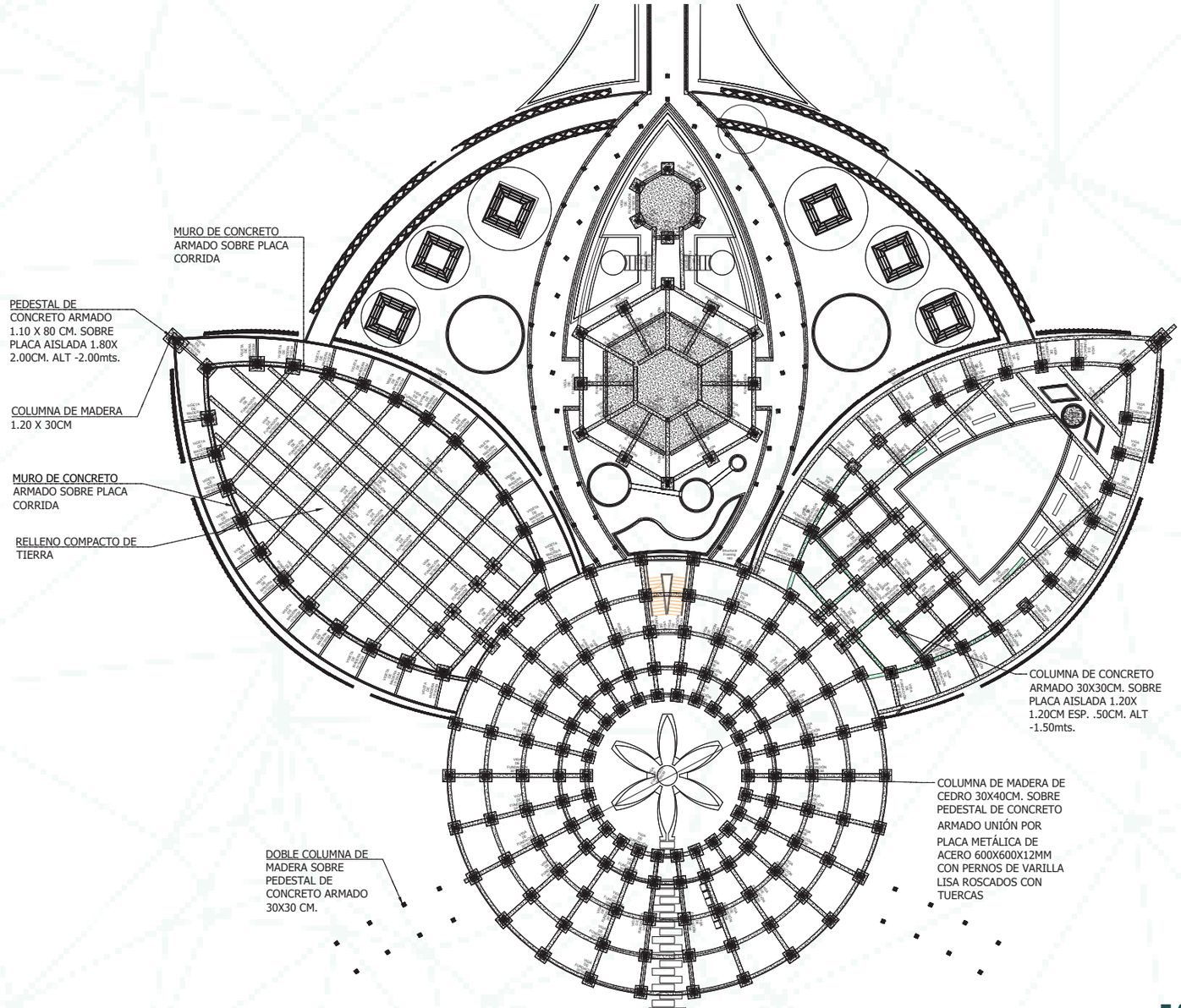
ESC. LIBRE

4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL



F415.





F448.

PLANTA DE CIMIENTOS EDIFICIO KINESIS Y CULTO-1RDNIVEL

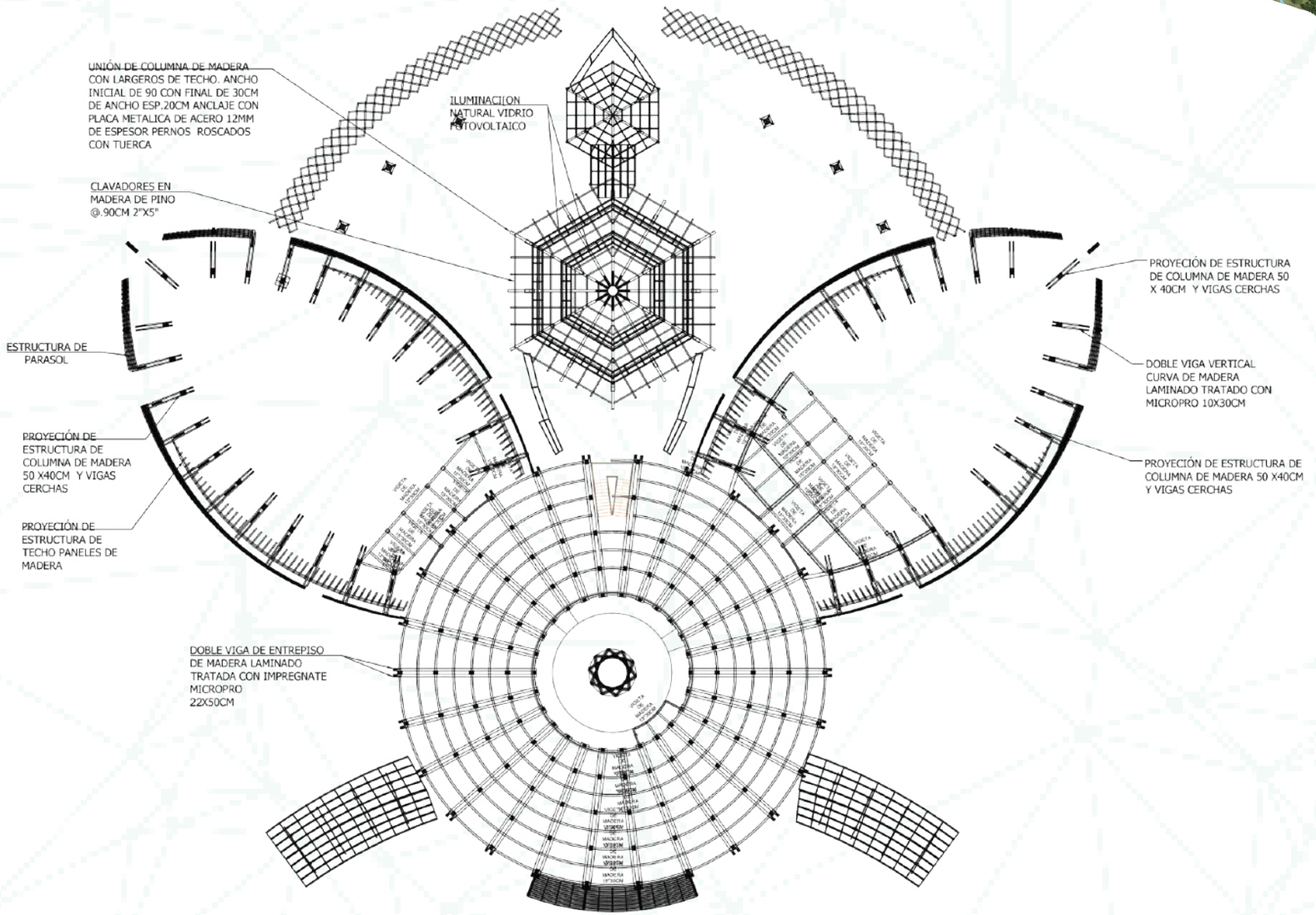
ESC. 1:150

4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL



F415.



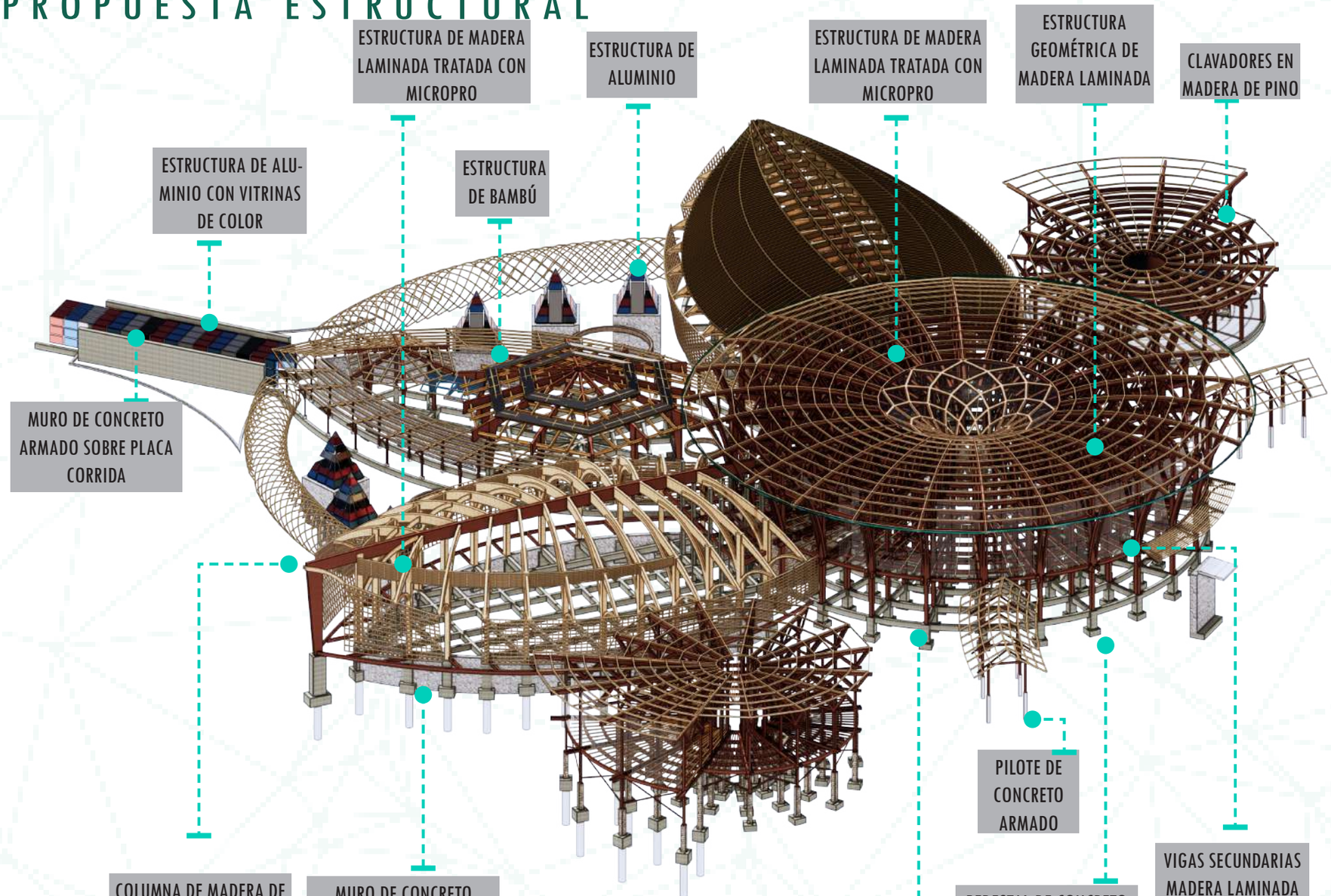


F449.

PLANTA DE VIGAS Y COLUMNAS EDIFICIO KINESIS Y CULTO- 2ND NIVEL

ESC. 1:150

4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL

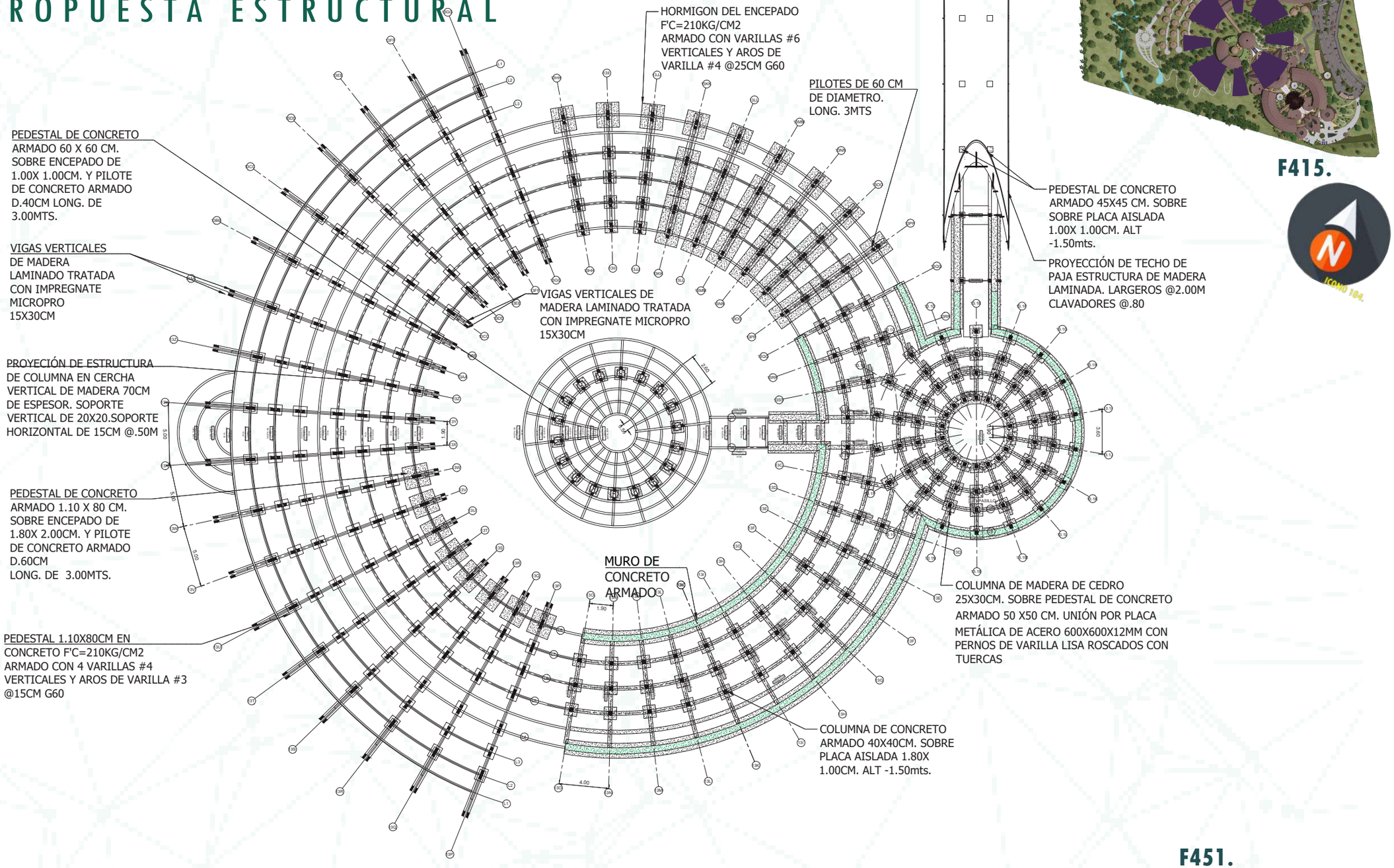


F450.

ISOMÉTRICO ESTRUCTURAL EDIFICIO KINESIS

ESC. LIBRE

4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL





F415.

F451.

PLANTA DE CIMIENTOS,VIGAS Y COLUMNAS MEDICINA TRADICIONAL-1RD NIVEL

ESC. 1:150

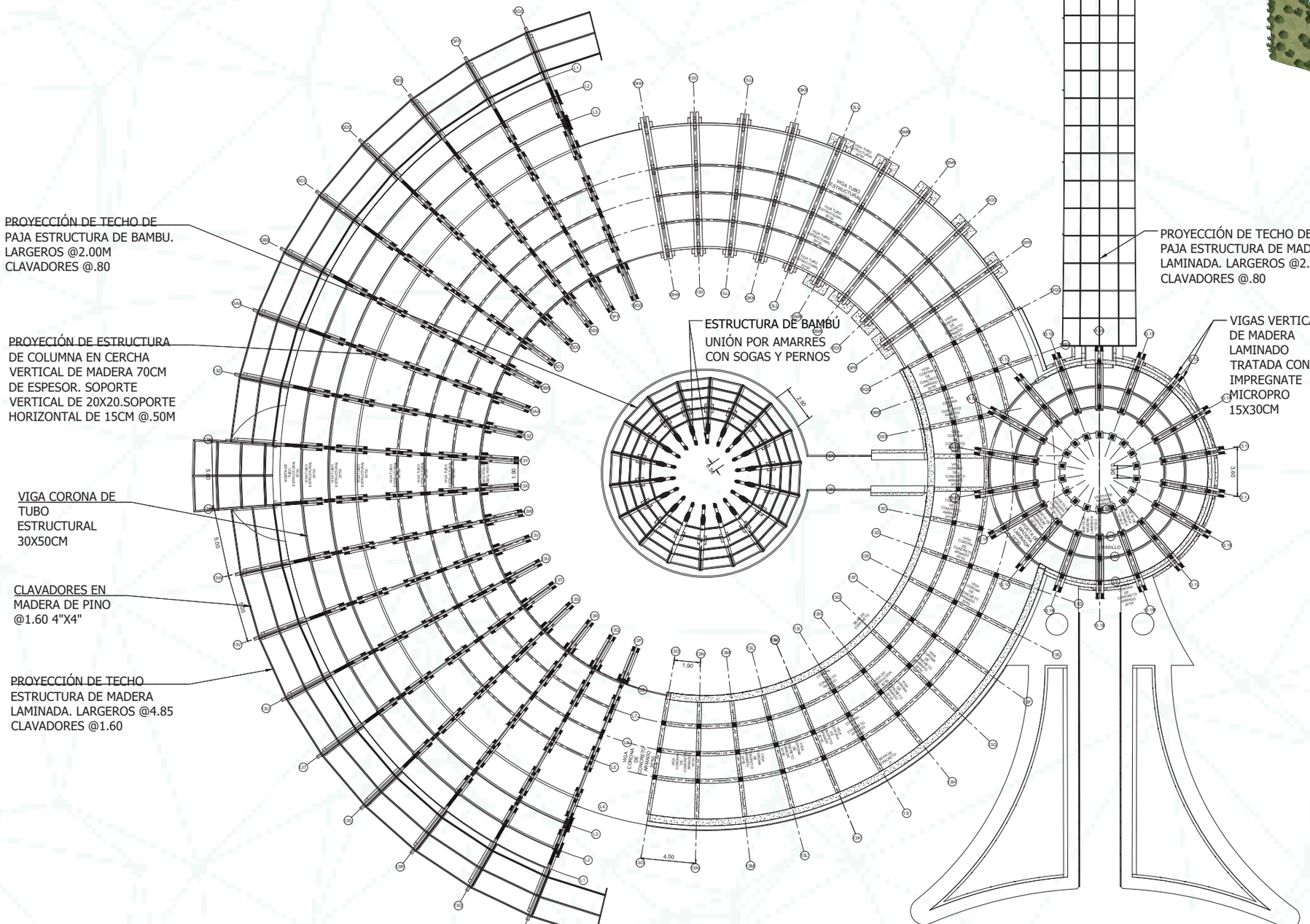
4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL



F415.





PLANTA DE VIGAS Y COLUMNAS MEDICINA TRADICIONAL-NIVEL INFERIOR

ESC. 1:150

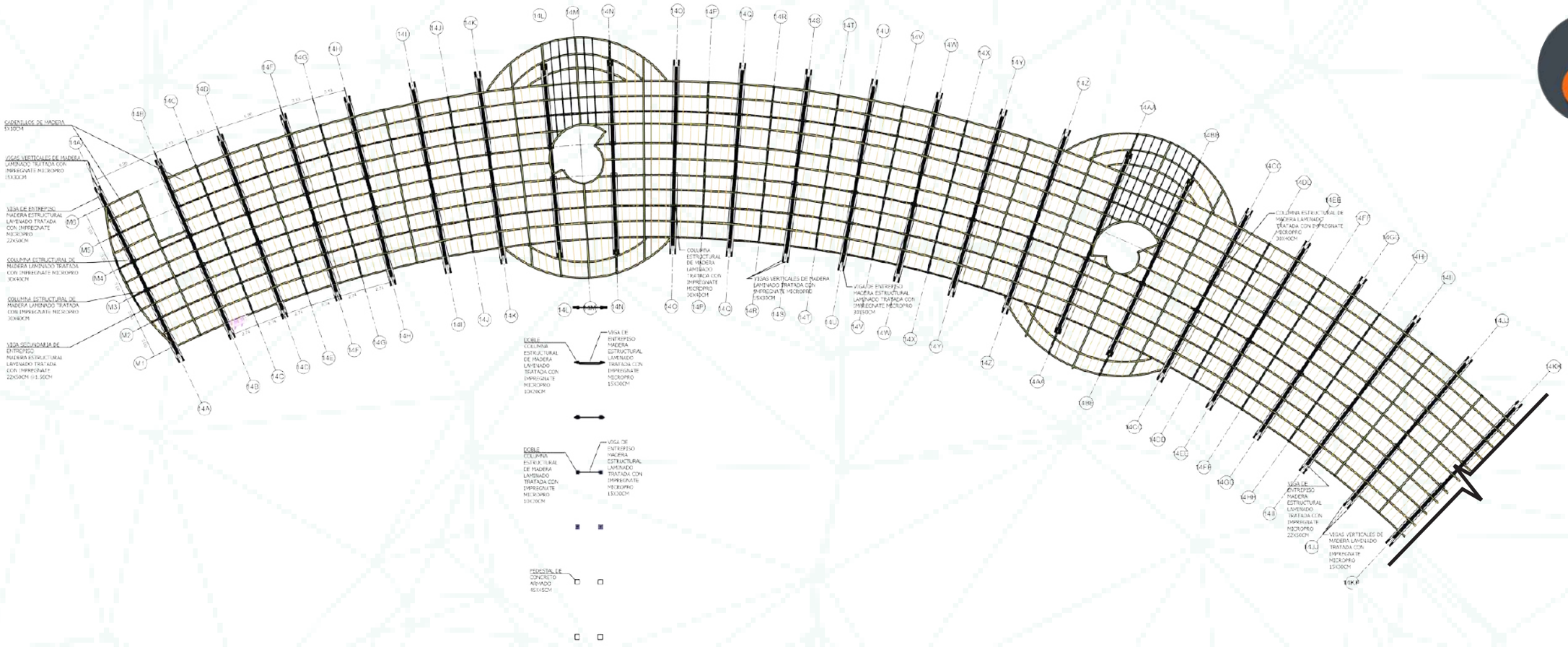
F452.

4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL

SECCIÓN A



F415.



F453.

PLANTA DE VIGAS Y COLUMNAS EDIFICIO DE TERAPIAS-NIVEL SUPERIOR

ESC. LIBRE

4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL

SECCIÓN B



F415.



PLANTA DE VIGAS Y COLUMNAS EDIFICIO DE TERAPIAS-NIVEL SUPERIOR

ESC. 1:150

F454.

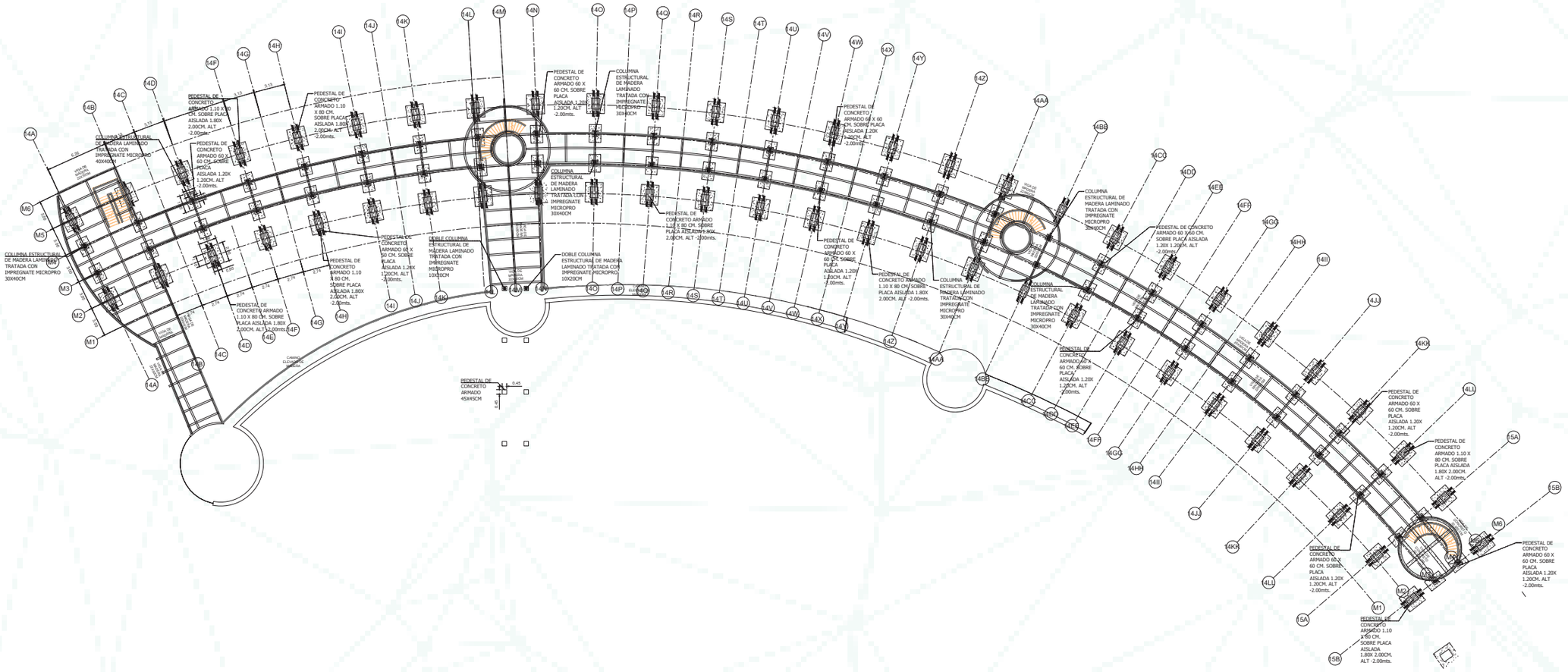
4.5.5 PROPUESTA ESTRUCTURAL

SECCIÓN A



F415.





F455.

PLANTA CIMEINTOS,VIGAS Y COLUMNAS EDIFICIO DE TERAPIAS-NIVEL INFERIOR

ESC. 1:150

4.5.6 FACHADAS



F415.



F456.

ELEVACIÓN NORTE



F457.

ELEVACIÓN ESTE

4.5.6 FACHADAS

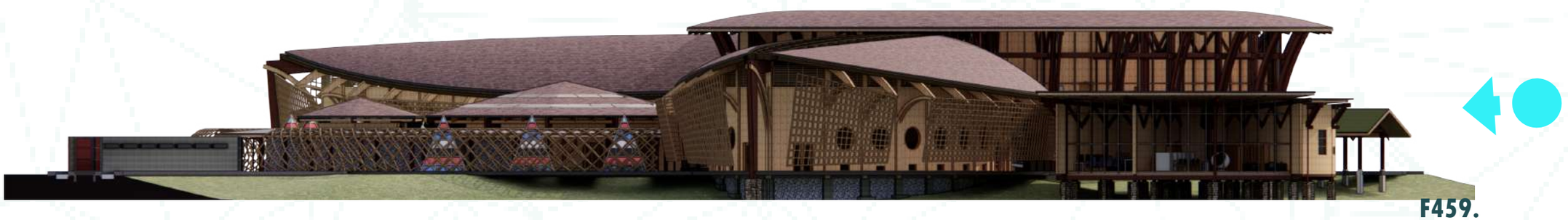


F415.



F458.

ELEVACIÓN NORTE



F459.

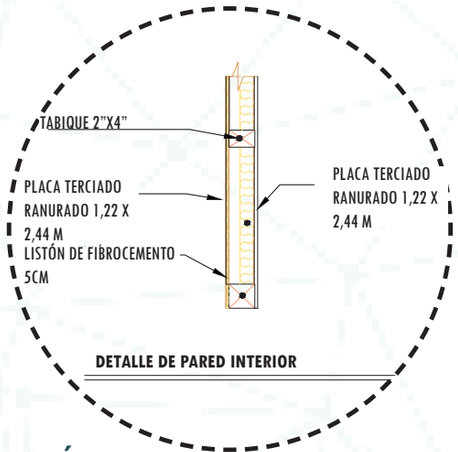
ELEVACIÓN ESTE

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

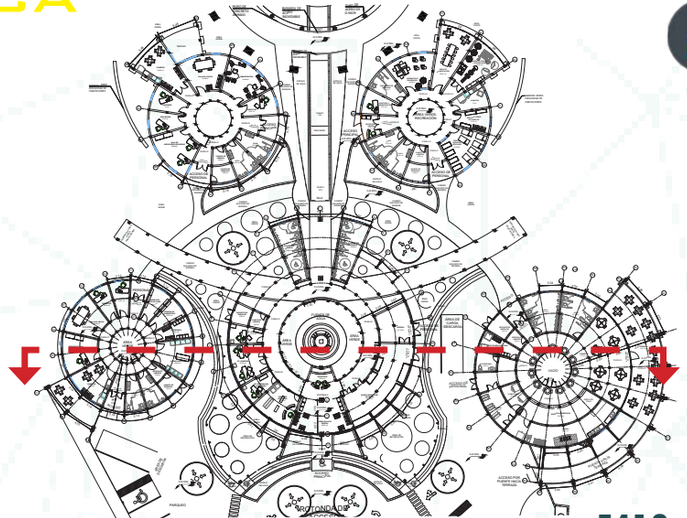
4.5.7 CORTES



F460.



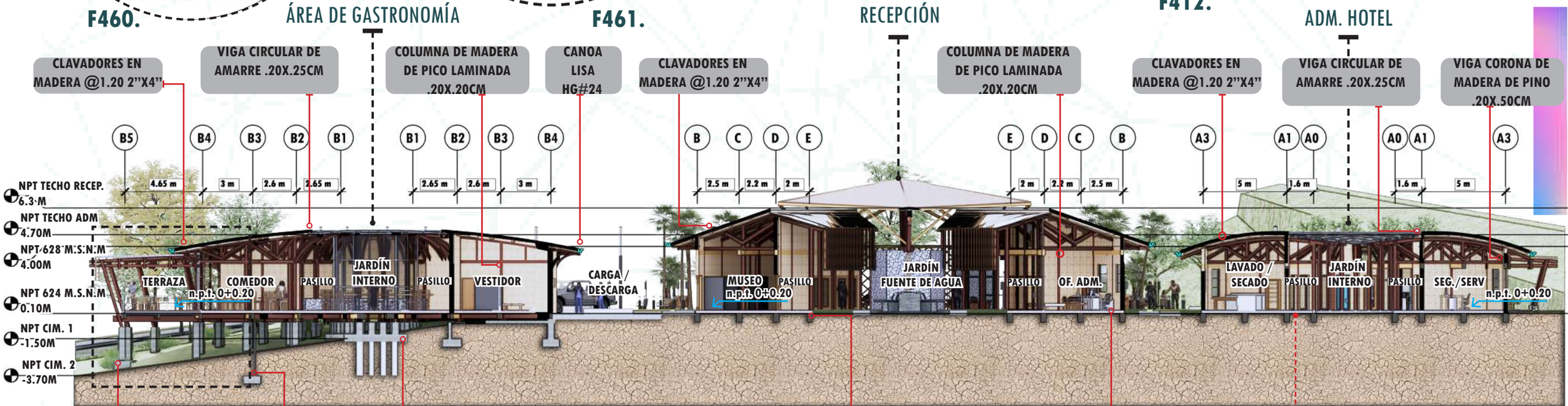
F461.



F412.



F415.

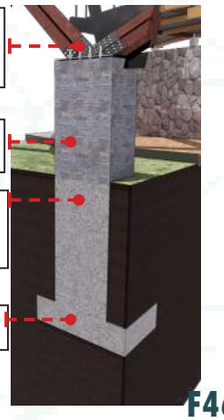


F462.

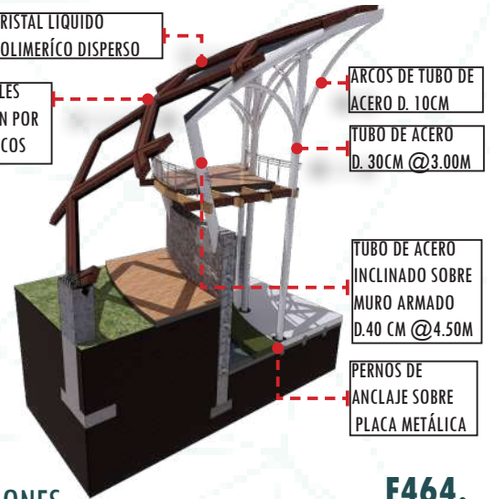
CORTE TRANSVERSAL-MODULO RAÍZ

ESC. 1:150

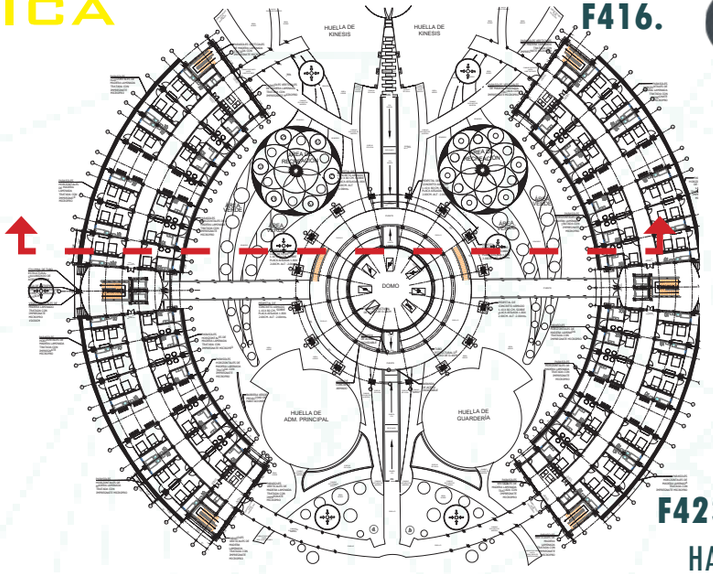
4.5.6 CORTES



F463.



F464.



F416.



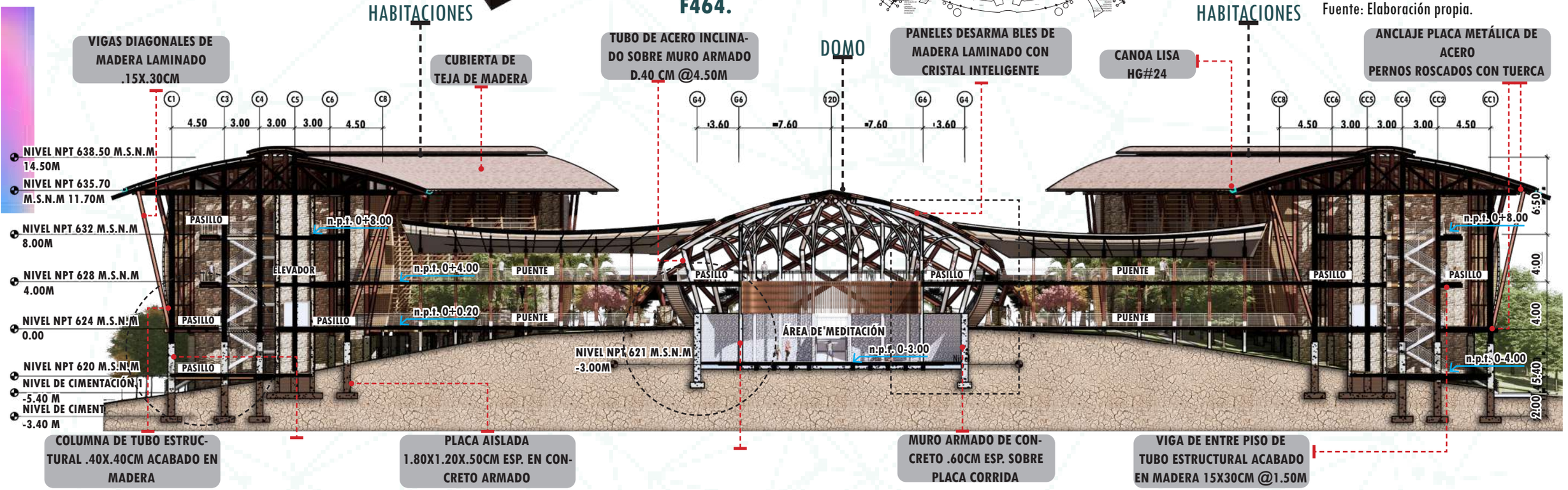
F415.



F423.

Nota. DETALLE DE UNION

Fuente: Elaboración propia.

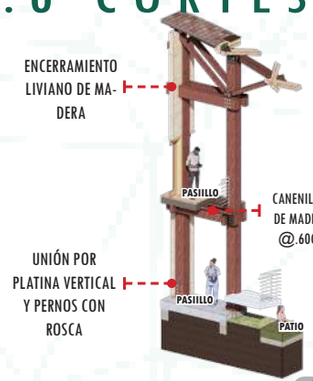


F465.

CORTE TRANSVERSAL-MODULO HABITACIONES

ESC. 1:150

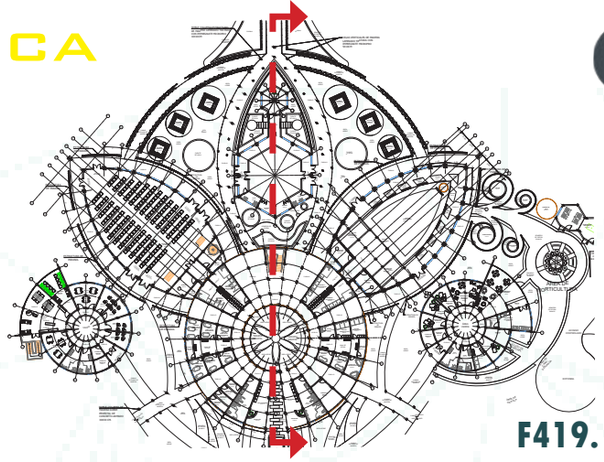
4.5.6 CORTES



F466.



F467.



F419.



F415.



Nota. DETALLE DE UNIÓN

Fuente: Elaboración propia.

CULTO-REZO

HABITACIONES

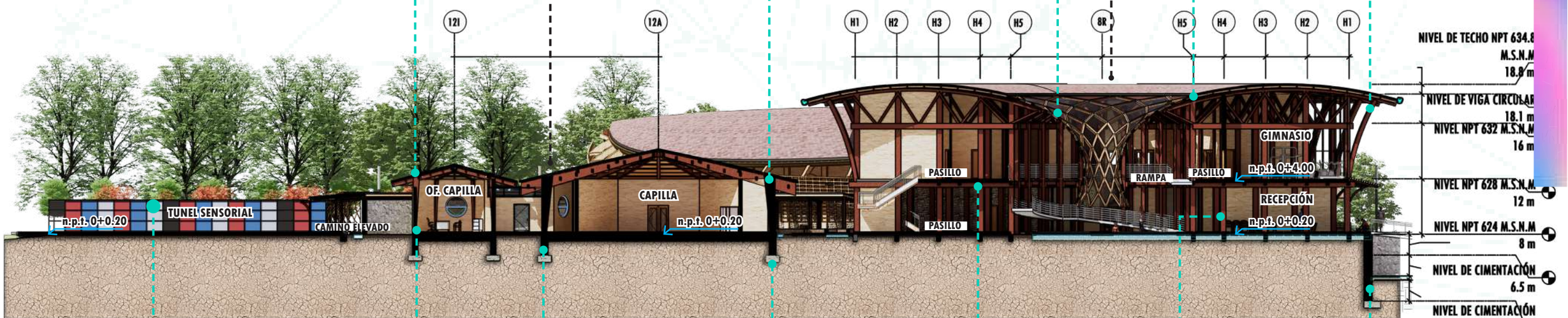
CLAVADORES EN MADERA DE PINO @.90CM 2"X5"

UNIÓN DE COLUMNA DE MADERA CON LARGUEROS DE TECHO. ANCHO INICIAL DE 90CM CON FINAL DE 30CM ESP.20CM

ESTRUCTURA DE ALUMINIO GALVANIZADO DE10 X20 CM. PANELES ARMADOS EN SITIO CON VIDRIO DE SILICIO FOTOVOLTAICO

UNIÓN ANCLADA DE ESTRUCTURA DE ALUMINIO CON VIGA CIRCULAR DE 30X50CM.

DOBLE VIGA VERTICAL DE MADERA LAMINADO TRATADA CON IMPREGNATE MICROPRO



ESTRUCTURA DE ALUMINIO GALVANIZADO CON VITRALES DE COLOR

COLUMNA DE MADERA 20X20CM

PEDESTAL .50X.50XM EN CONCRETO F'C ARMADO

PLACA AISLADA 1.00X1.00X.50CM ESP. EN CONCRETO F'C ARMADO

VIGA SECUNDARIA DE ENTRE PISO DE MADERA 15X30CM @1.50M

COLUMNA DE MADERA DE CEDRO 30X40CM.

MURO DE RETENCION DE CONCRETO .60CM ESP. SOBRE PLACA CORRIDA

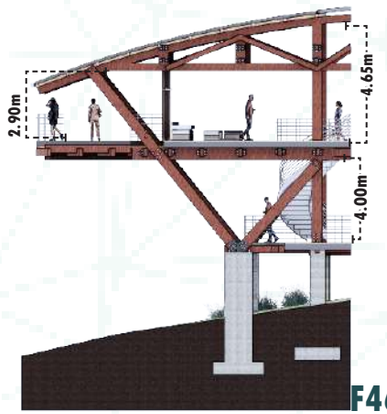
F468.

CORTE LONGITUDINAL-MODULO KINESIS

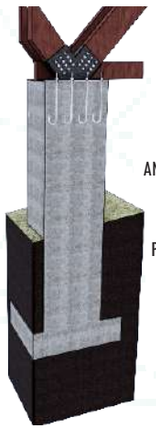
ESC. 1:150

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.6 CORTES



F469.



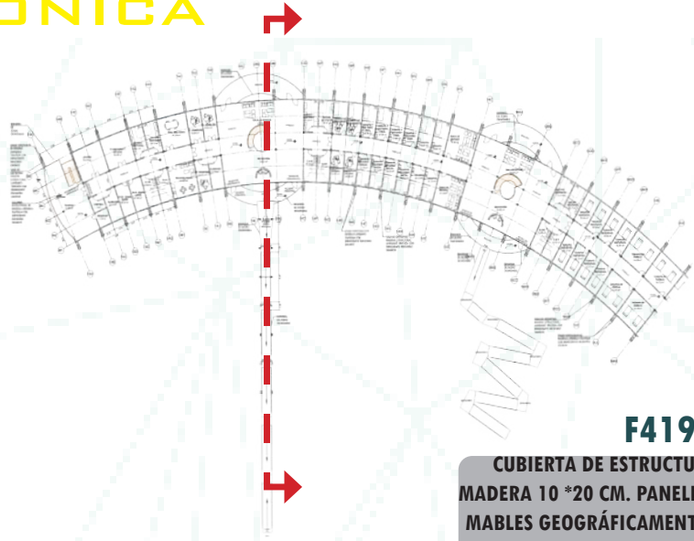
DOBLE COLUMNA DIAGONAL 15X30CM

UNIÓN POR PERNOS DE ANCLAJE Y PLACA METÁLICA

PEDESTAL DE CONCRETO

PLACA AISLADA

F470.



F419.



F415.

ED. TERAPIAS ALTERNATIVAS

PUENTE

DOBLE COLUMNA INCLINADA DE MADERA LAMINADO TRATADA CON IMPREGNATE MICROPRO 15X30CM

CLAVADORES EN MADERA DE PINO @1.20 2"X5"

DIAGONALES DE MADERA 10X20 CM.

CERCHA AMERICANA DE 70CM DE ESTRUCTURA DE MADERA LAMINADA TRATADA CON IMPREGNATE MICROPRO 10X20CM

CUBIERTA DE ESTRUCTURA DE MADERA 10 *20 CM. PANELES DE SARMABLES GEOGRÁFICAMENTE. TECHO CHAPAS DE MADERA.

CANOA LISA HG#24

ANCLAJE EMPERNADO

MURO DE CONTENCIÓN

TECHO DE CHAPAS

ILUMINACIÓN NATURAL VIDRIO SILICIO FOTOVOLTAICO

M.5 M.6 M.7 M.8

L9 L10 L11 L12 L12 L11 L10 L9

1.8 1.5 2 5.5 2 1.5 1.8

NIVEL NPT 632M.S.N.M 16 m

NIVEL NPT 628M.S.N.M 12 m

NIVEL NPT 624 M.S.N.M 8 m

NIVEL NPT 621M.S.N.M 5 m

NIVEL NPT 618M.S.N.M 1.32 m

NIVEL NPT 615M.S.N.M -1.6 m

NIVEL NPT 611M.S.N.M -5.6 m

NIVEL CIMENTACIÓN -9.5 m

NIVEL DE CIMENTACIÓN 3.5 m

3.68 2.92 4.7 3.9

n.p.t. 0+4.00

n.p.t. 0+0.20

n.p.t. 0-3.00

n.p.t. 0-9.00

DOBLE COLUMNA DE MADERA 10X20CM

DUCTO VERTICAL-MIRADOR

VIGA PRINCIPAL DE ENTREPISO 22X50 CM

PLACA AISLADA 1.80X2.00X50CM ESP. EN CONCRETO F'C=210KG/CM2 ARMADO CON 8 VARILLAS #4 @20 CM G60

COLUMNA ESTRUCTURAL DE MADERA LAMINADO TRATADA CON IMPREGNATE MICROPRO 30X40CM

PLACA AISLADA 1.20X1.20X50CM ESP. EN CONCRETO F'C=210KG/CM2

PLACA CORRIDA EXCÉNTRICA

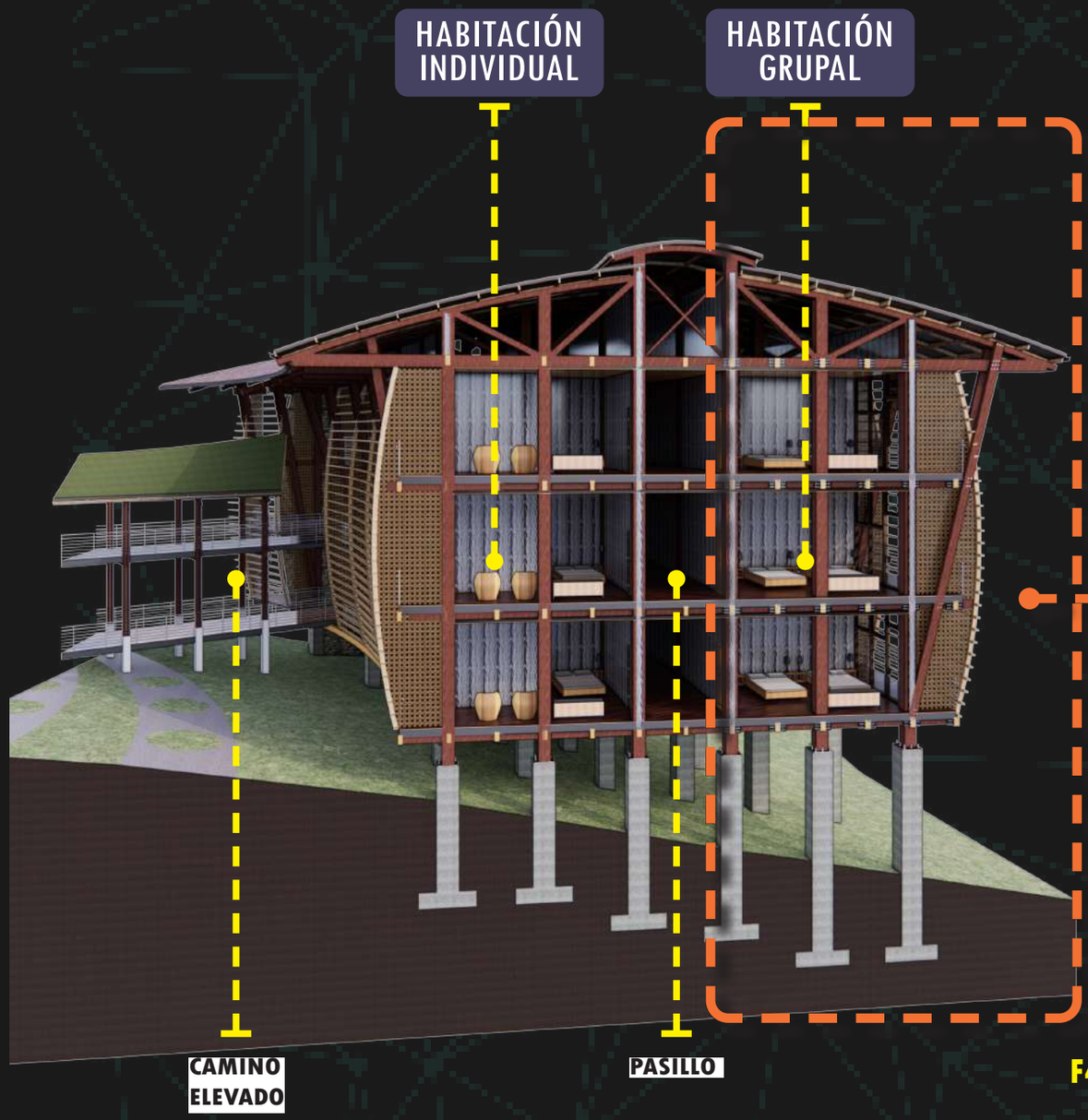
F471.

CORTE LONGITUDINAL-MODULO TERAPIAS

ESC. 1:150

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

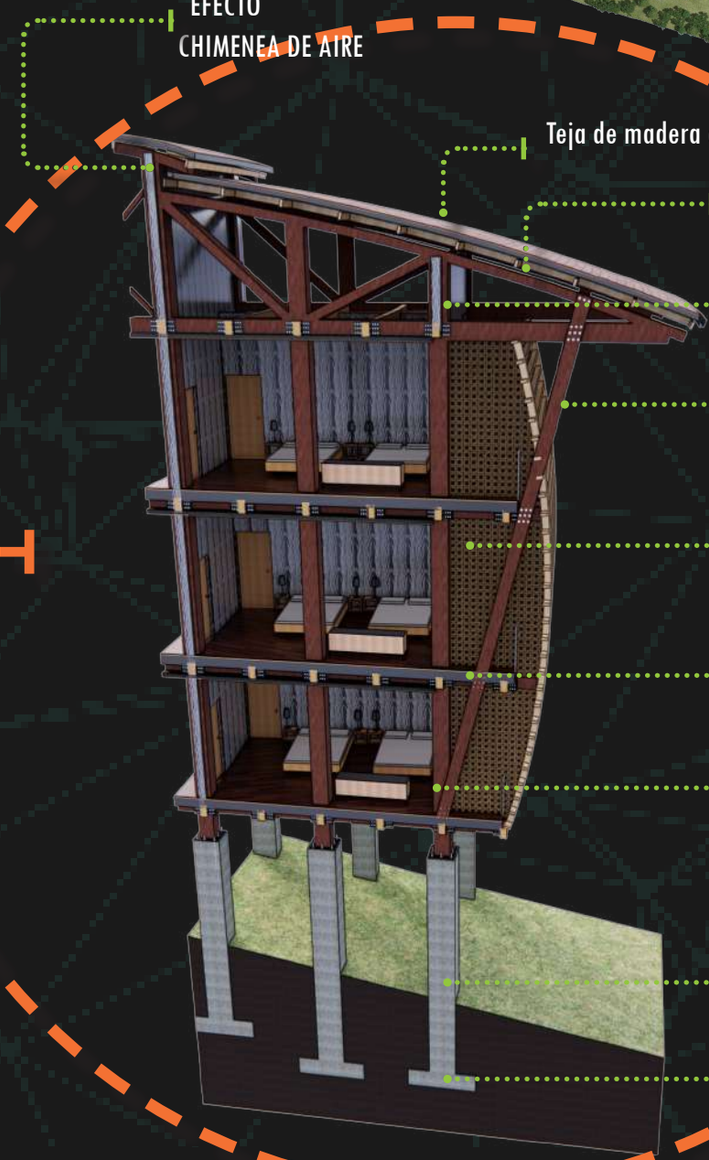
4.5.7 CORTES DE SECCIÓN



F472.



F415.



F473.

CORTE DE SECCIÓN EDIFICIO DE HABITACIONES

ESC. LIBRE

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.7 CORTES DE SECCIÓN

Cuadricula de Estructura de acero galvanizado.

Cercha de acero galvanizado. Acabado en color madera. (Unión por soldadura).

Viga diafragma. 15x30cm @1.50cm.

CHAPA SÁNDWICH Tipo Cielo Raso.

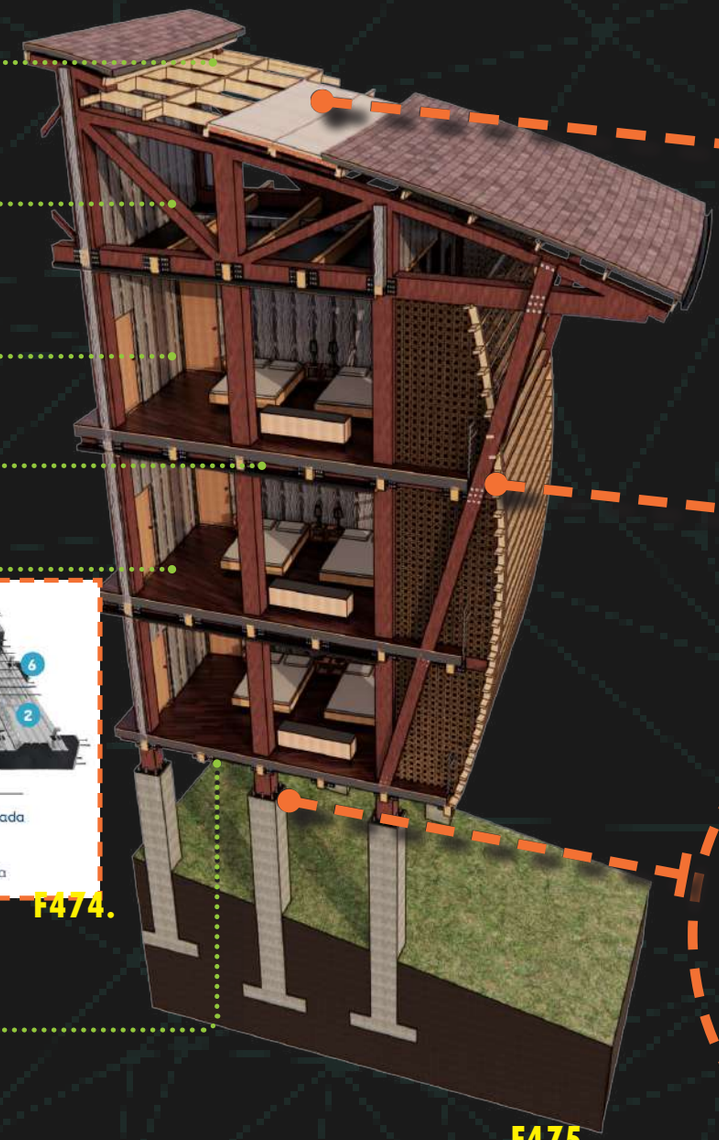
PISO DE METALDECK.



FIGURA ILUSTRATIVA

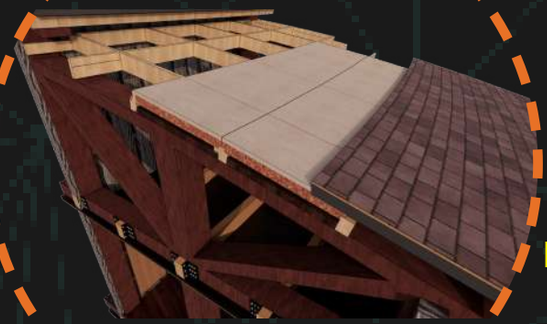
F474.

Viga de Entrepiso. Tubo estructural de 25x50cm. Acabado en Color Madera. (Uni[on por soldadura).



F475.

TECHO
TEJA DE MADERA
EN PANELES SÁNDWICH



F476.



F415.

ICONO 104.



F477.

UNIÓN
PLACA ACERO
CON PERNOS



F478

UNIÓN
PLACA ACERO
CON PERNOS DE ANCLAJE

CORTE DE SECCIÓN EDIFICIO DE HABITACIONES
ESC. LIBRE

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.7 CORTES DE SECCIÓN



DETALLE TECHO VERDE

F479.

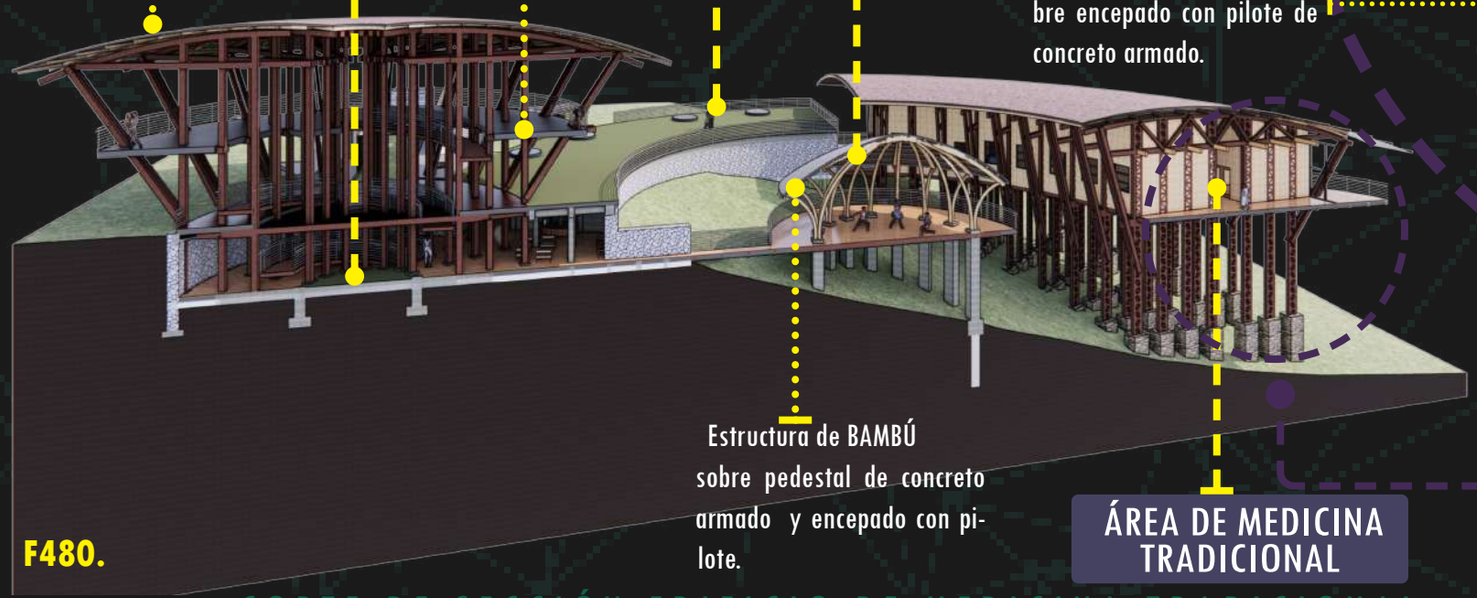
Estructura de madera laminada de cedro tratada con micropro. (Unión por placa metálica y pernos).

MIRADOR PATIO INTERNO

Entrepiso de madera laminada, doble viga estructural 30x50cm. Vigueta 15x30cm @1.50cm.

ÁREA DE RECREACIÓN

TECHO VERDE



Estructura de BAMBÚ sobre pedestal de concreto armado y encepado con pilote.

ÁREA DE MEDICINA TRADICIONAL

F480.

CORTE DE SECCIÓN EDIFICIO DE MEDICINA TRADICIONAL

ESC. LIBRE

DETALLE TÍPICO DE PARED ÁREA DE MIRADOR

Techo de CHAPA DE MADERA

Cercha metálica. (Unión por soldadura).

Viga vertical de madera de cedro(Unión por pernos y placa metálica).

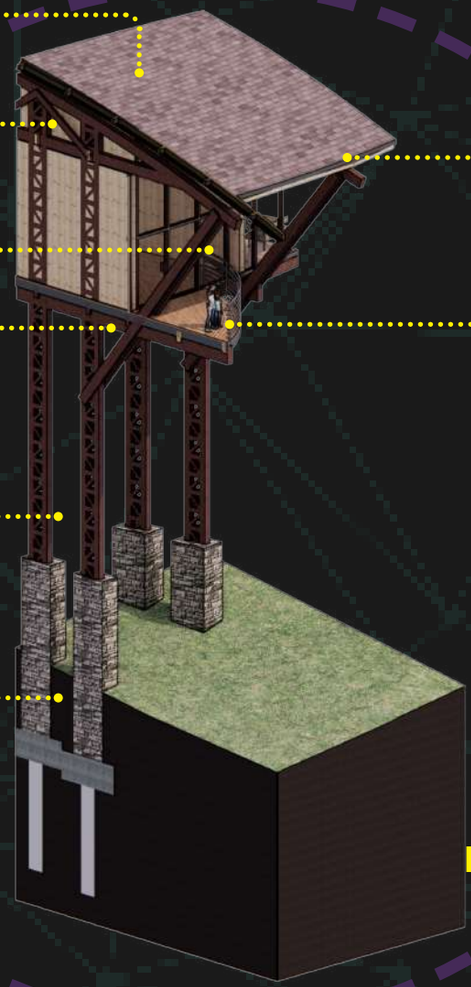
Entrepiso de metaldeck. Vigueta de tubo estructural 15x30cm @1.50cm. Piso de madera laminada.

Columna de cercha vertical. Unión con pedestal de concreto armado por placa metálica y pernos.

Cimentación de pedestal sobre encepado con pilote de concreto armado.

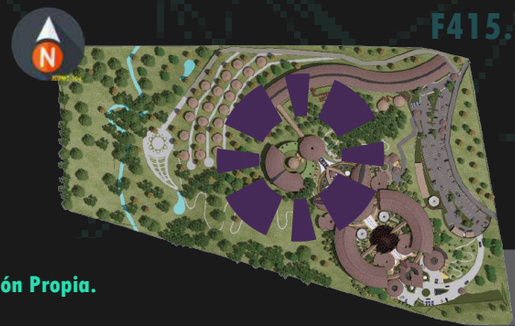
CANOA HG#24

BARANDA DE ACERO INOXIDABLE



F481.

F415.



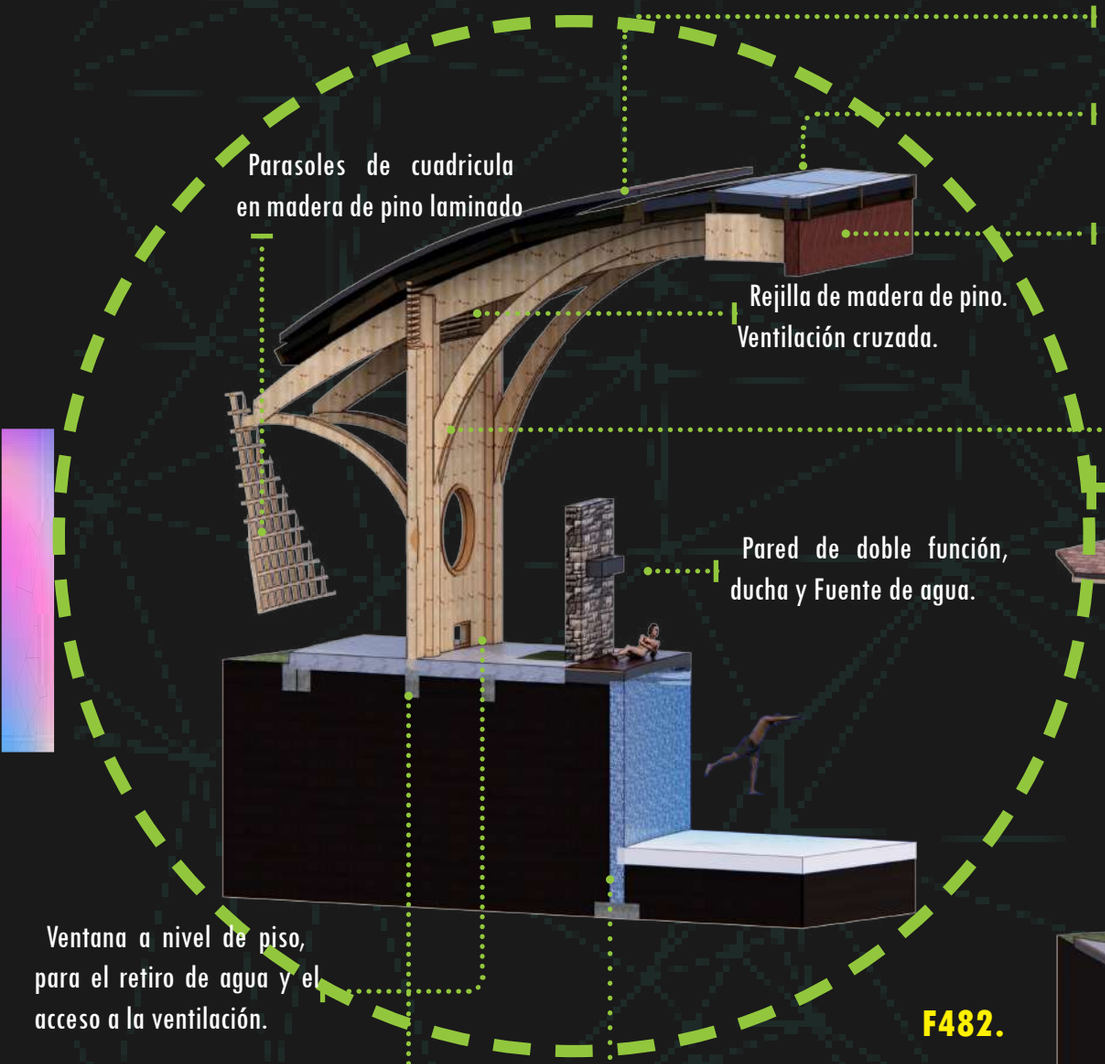
Fuente: Elaboración Propia.

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

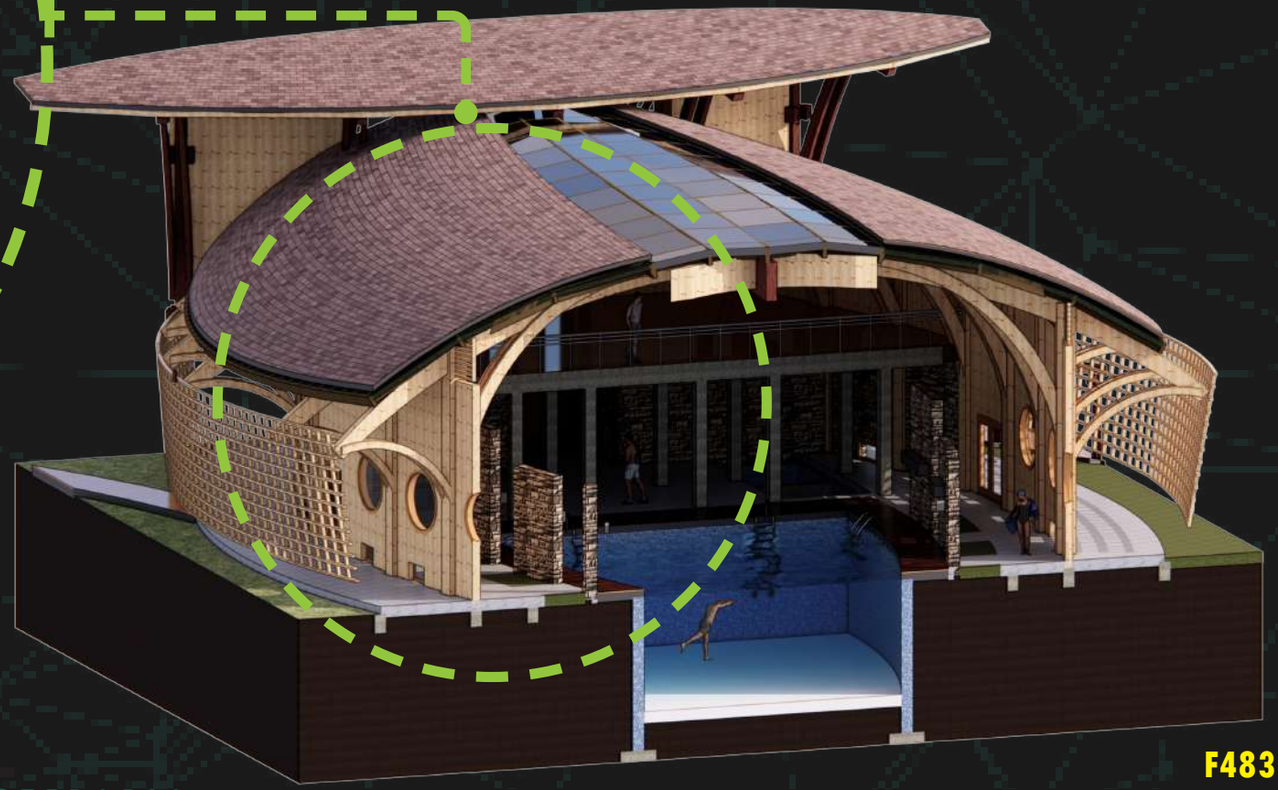
4.5.7 CORTES DE SECCIÓN



F415.



F482.



F483.

DETALLE TÍPICO DE PARED ÁREA DE PISCINA

CORTE DE SECCIÓN EDIFICIO DE HIDROTERAPIA

ESC. LIBRE

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.8 VISTAS EXTERNAS



F484.

EDIFICIO RECEPCIÓN

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.8 VISTAS EXTERNAS



F485.

EDIFICIO GASTRONOMÍA

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.8 VISTAS EXTERNAS



EDIFICIOS DE INTEGRACIÓN

F486.



EDIFICIO HABITACIONAL EN INTERACCIÓN CON EL PARQUEO

F487.

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.8 VISTAS EXTERNAS



F488.

EDIFICIOS DE HABITACIONES

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.8 VISTAS EXTERNAS



RAMPA HACÍA DOMO

F489.



F490.

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.8 VISTAS EXTERNAS



F491.

CAMINOS ELEVADOS INTERNOS

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.8 VISTAS EXTERNAS



F492.

EDIFICIO GENERAL

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.8 VISTAS EXTERNAS



F493.

VISTA DE PIRÁMIDES ESPIRITUALES



F494.

FUENTES Y PISCINA AL AIRE LIBRE



F495.

CONECTOR HACÍA MIRADOR

VISTA OESTE



F496.

CALLE INTERNA -EDIFICIO DE TERAPIAS

VISTA NORTE



F497.

PUNTO DE ENCUENTRO EDIFICIO DE TERAPIAS

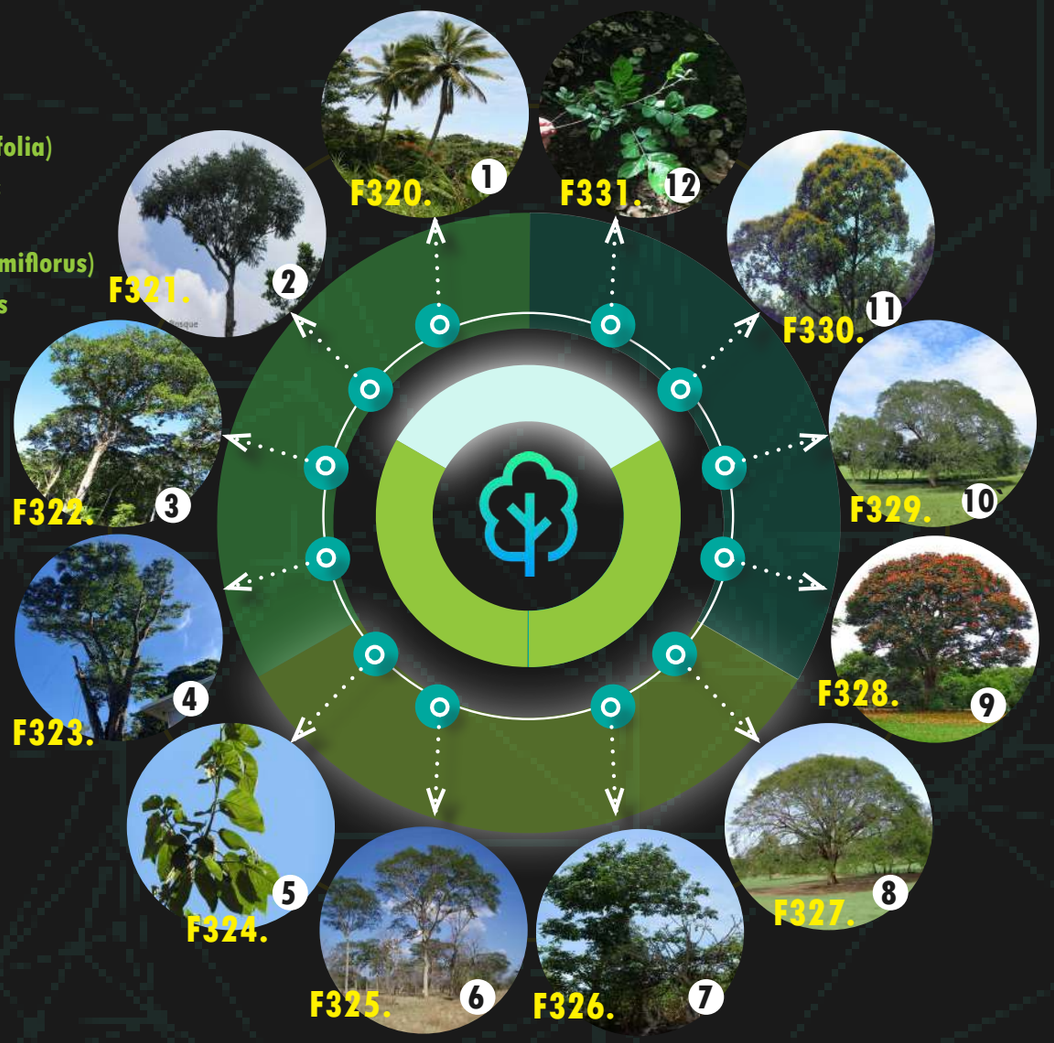
4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.9 PROPUESTA DE VEGETACIÓN

ARBOLES DE GRAN ALTURA

1. **PALMERA**
   (Cocos Nucifera)
   Altura máx.: 30mts
2. **MAYO O BOTARRAMA**
   (Vochysia Ferruginea)
   Altura máx.: 40 mts
3. **ÁRBOL DE SANTA MARÍA**
   (Calophyllum Brasiliense)
   Altura máx.: 50 mts
4. **TARGUA SANGREGAO**
   (Croton gossypiifolius)
   Altura máx.: 20 mts
5. **SALVIO LECHOSO**
   (Morus Insignis)
   Altura máx.: 30 mts
6. **EL GALLINAZO**
   (Schizolobium Parahyba)
   Altura máx.: 30mts
7. **CRISTOBAL**
   (Platymiscium Dimorphandrum)
   Altura máx.: 35 mts
8. **GUANACASTE**
   (Enterolobium Cyclocarpum)
   Altura máx.: 45 mts.
9. **LLAMA DE BOSQUE**
   (Spathodean Campanulata)
   Altura máx.: 24mts
10. **EL GUACHIPELIN**
    (Diphysa americana)
    Altura máx.: 18 mts
11. **JACARANDA**
    (Jacaranda Mimosifolia)
    Altura máx.: 20mts
12. **PAVILLO**
    (Lonchocarpus Minimiflorus)
    Altura máx.. 15 mts

Fuente: Levantamiento de Campo.



ICONO 118.

Es importante considerar arboles frutales en los recorridos, para brindar el aprovechamiento del autoconsumo, así mismo se considera terapéutico al estar rodeado de colores que estimulen los sentidos de los usuarios.

ARBOLES FRUTALES



LIMÓN
(Citrus Limón)
Altura máx.: 6mts



NARANJA
(Citrus Sinensis)
Altura máx: 13mts



MANGO
(Mangifera Indica)
Altura máx: 45mts

Se considera mantener la mayoría de vegetación existente, permitiendo una mayor adaptación. Se implementa el replanteo de arboles frutales y de palma, estos considerado como cultivo actual , el cual se puede aprovechar en áreas internas y externas de la propuesta arquitectónica.

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

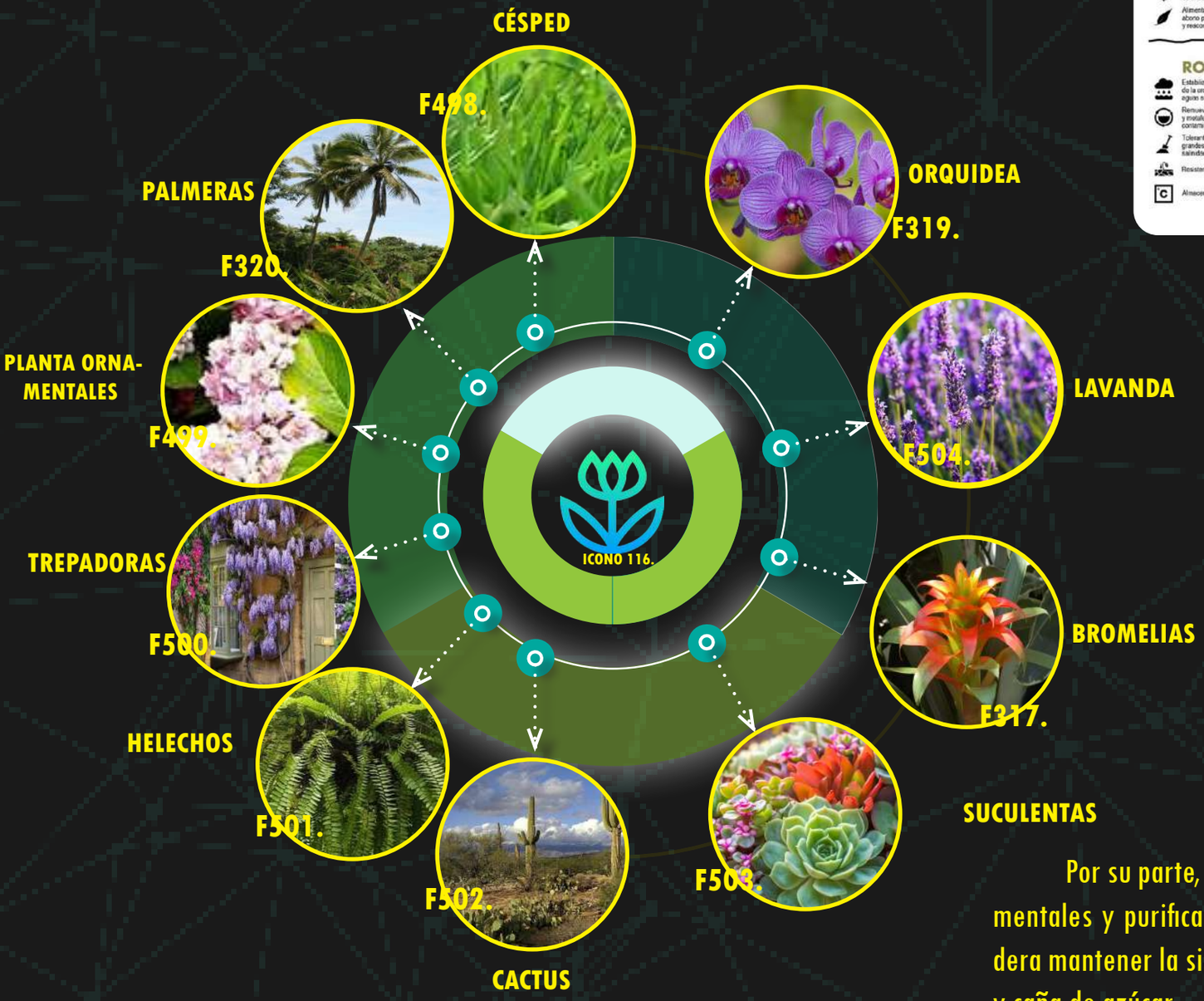
4.5.9 PROPUESTA DE VEGETACIÓN

ICONO 115.

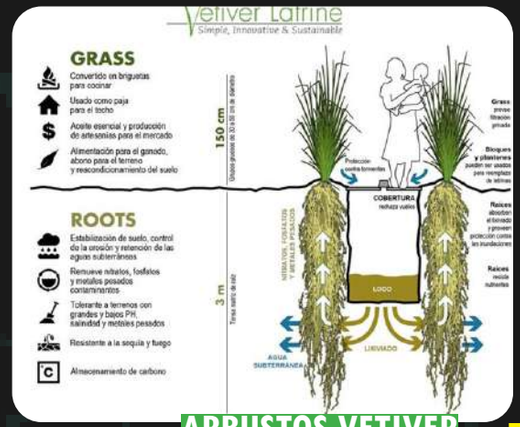
La vegetación debe ser pensada para el bienestar de los usuarios. Una vegetación que influya en los sentidos y que permita la interacción cercada para todas las edades.

ICONO 116.

Para la propuesta de plantas, se considera el uso de plantas a la zona de vida, ademas incorporar el uso de plantas terapéuticas y medicinales, tales como romero, man-illa, etc.



Fuente: Ecosistemas de Costa Rica. El Blog de biodiversidad de Costa Rica.



ARBUSTOS VETIVER F505.

Eco Ingeniería para estabilidad de taludes

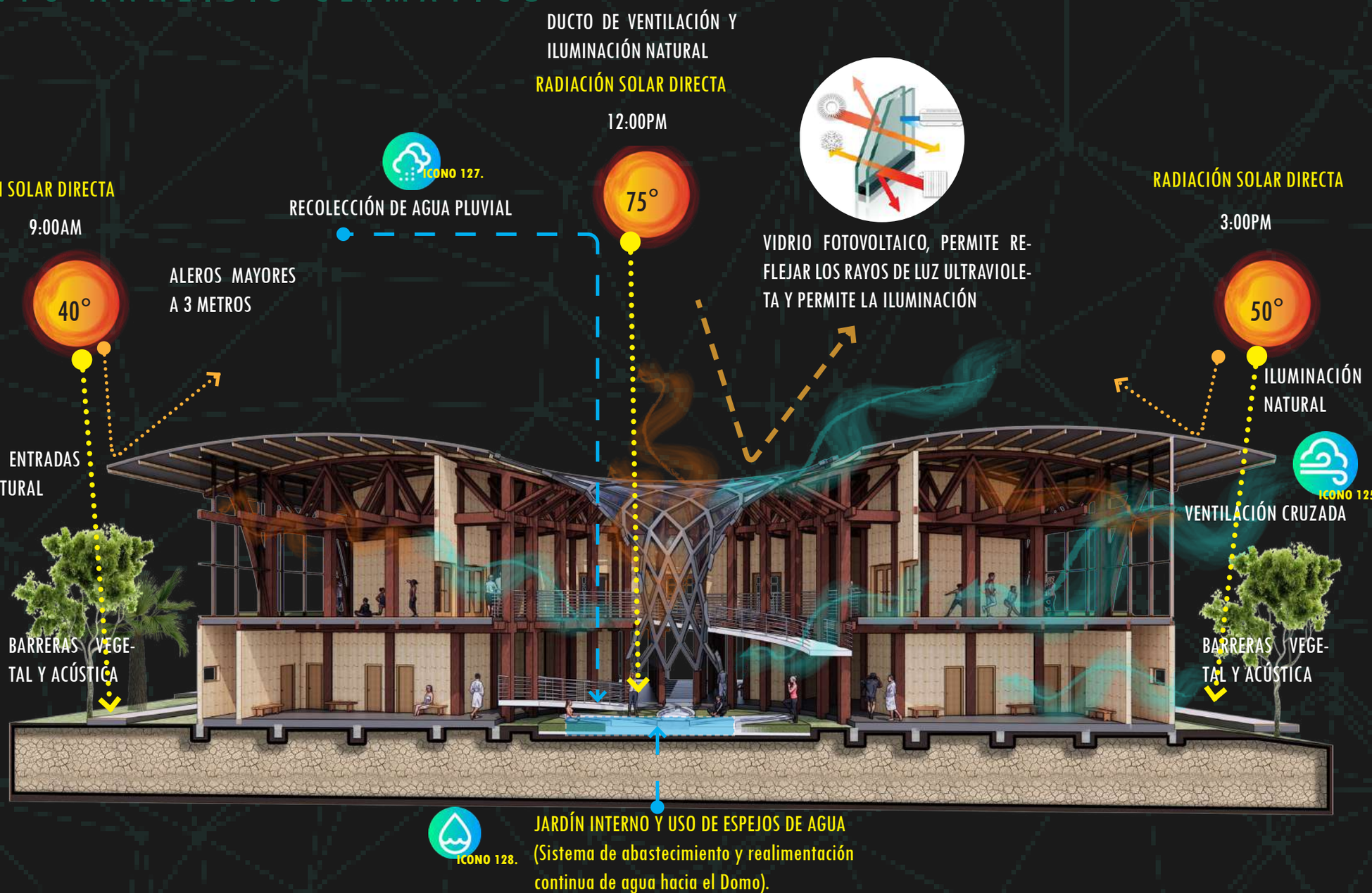
- **Profundidad de hasta 4 metros**
- **Resistencia a la tensión promedio de 75MPa = 765 Kgs/cm2**
- **Resistencia al corte del suelo hasta en un 40%.**

ICONO 117.

Por su parte, se busca el uso de plantas ornamentales y purificadoras de aire. Al igual se considera mantener la siembra de frijol, maíz, arroz, café y caña de azúcar.

4.5 PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

4.5.10 ANÁLISIS CLIMÁTICO



Es importante considerar una infraestructura para el confort, y para ello hay que permitir un edificio inteligente autosustentable que permita el aprovechamiento de ventilación cruzada, luz natural y la recolección de agua para suministro del lugar. El uso de aleros permite que la radiación solar sea direccionada, por otro lado el uso de la vegetación permitirá recorridos cálidos, dentro y fuera de la edificación.

F506.

CORTE CLIMÁTICO EDIFICIO KINESIS

ESC. LIBRE

4.6 VALORACIONES

4.6.1 VALORACIÓN PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

F27.

La fundación sin fines de lucro , Misión Girasol y tanto las institucionales gubernamentales, como otras ONGs, están comprometidas en mejorar la salud física, mental y espiritual de los usuarios ante la emergencia del virus covid-19, mediante un espacio que logre el bienestar de la sociedad.

1.

CENTRO DE SALUD + MED. COMPLEMENTARIA + LEY DE SALUD = APOYO SOCIAL

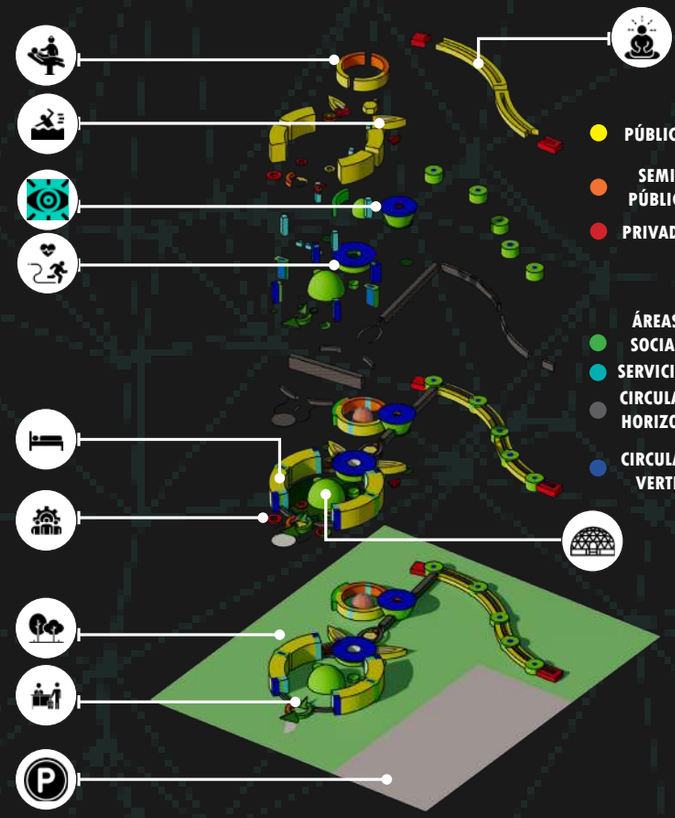
ICONO 156. ICONO 157. ICONO 158. ICONO 159.



ICONO 160.

2. Según la Ley General de Salud, se determina que toda persona,- sin importar su edad tiene derecho a ser atendido, en un centro que implemente el uso de la medicina alternativa, que pueda ayudar a las personas a incorporarse en el diario vivir sin limitaciones, ante futuras crisis o situaciones que puedan alterar la vida cotidiana de la población.

3. Mediante, el estudio de la arquitectura holística, y el estudio de casos de proyectos arquitectónicos destinados a la salud holística, fueron de gran aporte, para optar por el diseño y la distribución de espacios destinados a mejorar los sentidos de los usuarios. Entre estos espacios se encuentran los siguientes:



ESQUEMA 1.

ICONO 161.

1.Espacio de integración:
Recibir, orientar a los usuarios, brindar asesoría e integración al centro.

ICONO 162.

2. Zonas de alojamiento:
Descanso y resguardar a los usuarios.

ICONO 163.

3.Zona de Nutrición:
Uso público para la orientación de la alimentación, dietas y nutrición natural.

ICONO 164.

4.Zonas de tratamiento:
Áreas de actividades y terapias para el mejoramiento de la salud.

ICONO 165.

5.Zona de crecimiento personal y educativo:
Uso público para el crecimiento personal, social y espiritual.

ICONO 166.

6.Zona de servicios sanitarios:
Espacios de inodoro, lavado para hombres y mujeres. (7600).

ICONO 167.

7.Zonas Naturales:
Zonas destinadas a terapias y actividades en un ambiente natural.

ICONO 168.

8.Soporte asistencial:
Áreas privadas para la operación de las unidades que componen el centro.

ICONO 169.

9.Servicios general:
Área privada, para el mantenimiento y funcionamiento adecuado del centro.

4.6 VALORACIONES

4.6.2 VALORACIÓN USUARIOS

- Identificar las necesidades del espacio físico de los usuarios en cuanto a servicios de sanación física, mental y espiritual que permita el desarrollo de actividades de manera PLENA en una infraestructura adecuada.

1.

Las necesidades del espacio físico de un Centro Holístico, parte de la idea de sensibilizar los espacios, aprovechando el uso de recursos naturales tales como la ventilación e iluminación, materiales cálidos y colores suaves que estimulen el bienestar. La disciplina se centra completamente en el ser humano, generando ambientes propicios para la reflexión, la introspección y la sanación. Un centro en constante contacto con la naturaleza, ya que busca satisfacer las necesidades físicas, psicológicas y espirituales de la población.

2.

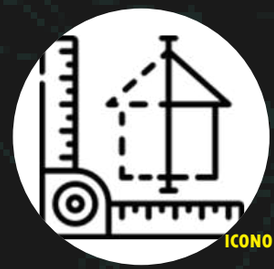
Previo a analizar el espacio físico, se consideraron espacios y medidas basados en los siguientes documentos:

Manual para la habilitación de Hospitales generales y servicios especiales, (2018;

Manual de Normas para la Habilitación de Establecimientos que Brindan Atención en Centros para Personas con Discapacidad, (2005)

Guía de diseño arquitectónico para establecimientos de salud, (2015);

Se implementa requisitos técnicos por parte de proyectos de graduación para el grado de licenciatura en arquitectura para hospitales holisticos.



ICONO 170.

En función de sus necesidades de espacio, los tratamientos complementarios se pueden clasificar en grupos según su afinidad y campo de tratamiento de acuerdo con el cuerpo físico, a la estimulación mental y a la conexión espiritual.

Estos espacios se pueden clasificar de la siguiente manera: Kinesis, Estimulo, depuración, Equilibrio, Liberación.



ICONO 172.

3.

Áreas a fines de crear espacios considerando las sensaciones, dimensiones técnicas, y distribuciones arquitectónicas en conexión con áreas naturales. Los criterios del espacio que influyen al confort tanto facilitando el acceso de diferentes medicinas en un mismo lugar, como lo sensorial con implemento de elementos naturales del feng shui.

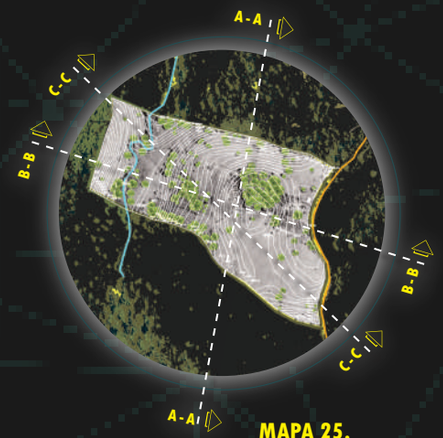


ICONO 171.

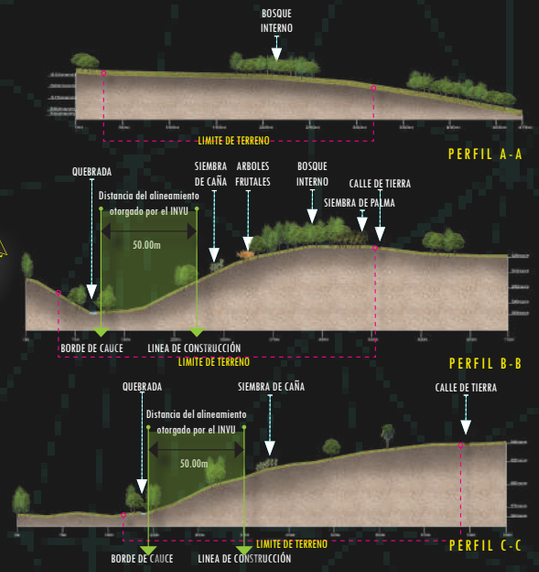
4.6 VALORACIONES

4.6.3 VALORACIÓN ANÁLISIS DE SITIO

El terreno de estudio se ubica en la reserva indígena Boruca, en Buenos aires de Puntarenas. Según la clasificación de Holdridge se logra identificar una zona de vida bosque húmedo tropical a una altura de 614 m.s.n.m. Mayormente rodeado de vegetación y destinada a ser un sector agropecuario.



MAPA 25.



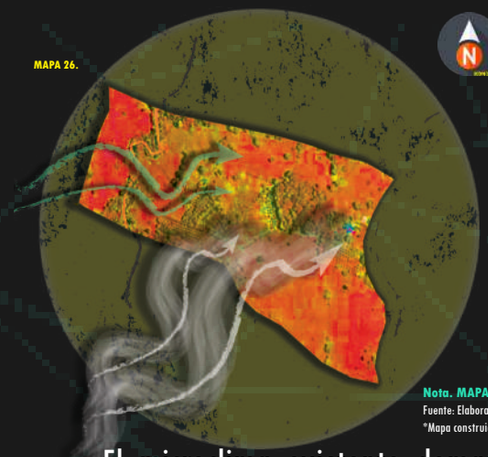


MAPA 6.

MAPA 7.

La ubicación del lote, es otorgada por la (ONG), Misión Girasol, que parte de una ideología de un bien social para la comunidad de Boruca, que permita la atracción turística y el bienestar de la sociedad.

Las condiciones topográficas, son irregulares, con curvas de nivel que van desde los 570 m.s.n.m hasta los 632 m.s.n.m. Tales pendientes, son debido al ser un área montañosa. Sin embargo, las pendientes fueron de aprovechamiento para el uso de pilotes, y permitir una ventilación cruzada entre edificios para contrarrestar las ondas de calor, y el ambiente bochornoso.



ICONO 121.
2991,70mm

ICONO 122.
218 días.

ICONO 123.
+31 °C

ICONO 124.
-22°C

Nota. MAPA DE CLIMA.
Fuente: Elaboración propia.
*Mapa construido con base a IMN.

El microclima existente demarca un ambiente húmedo (bochornoso), la velocidad de ventilación es baja, posee una precipitación moderada, y el sector en general es mayormente soleado con luz natural directa.

ADAPTACIÓN DE EDIFICACIÓN EN SU ENTORNO.

GRANDES VENTANALES PARA EL APROVECHAMIENTO DE VISUALES.

VENTILACIÓN CRUZADA ENTRE EDIFICACIONES ELEVADAS.

USO DE CIMENTACIÓN EN PILOTES PARA CONTRARRESTAR LA DIFERENCIA DE NIVELES.



F488.



APROVECHAMIENTO DE ÁREAS HOMOGÉNEAS.

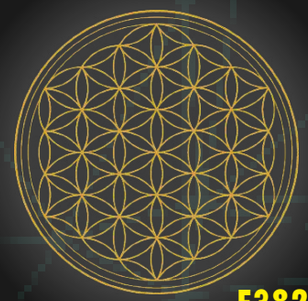
F507.



Se sugiere el uso de voladizos y parasoles para contrarrestar los rayos directos en los ángulos de los solisticios, de este modo crear un ambiente calido para diferentes actividades.

4.6 VALORACIONES

4.6.4 VALORACIÓN CONCEPTO



F382.

SIMBOLISMO + ESPIRITUALIDAD + ARTE + FORMA + PROPORCIÓN

ICONO 130.

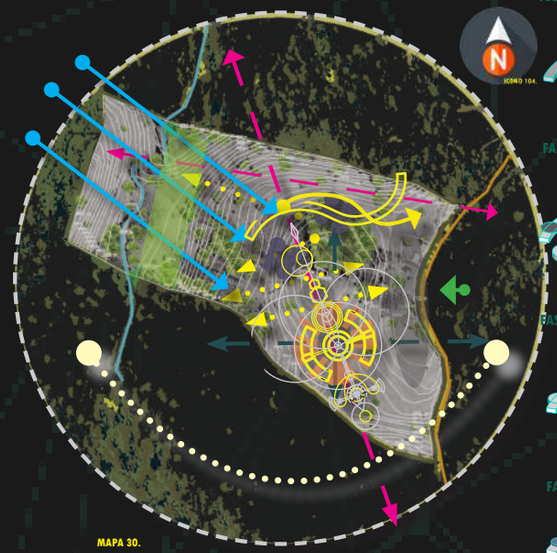
ICONO 131.

ICONO 132.

ICONO 133.

ICONO 134.

La representación del concepto es considerada como una unión del ser humano con el universo.



MAPA 30.

FASE 1. FIGURAS GEOMÉTRICAS DE LA FLOR DE VIDA

F395.

FASE 2. APERTURAS EN FIGURAS

F396.

FASE 3. PERMEABILIDAD Y DISTRIBUCIÓN

F397.

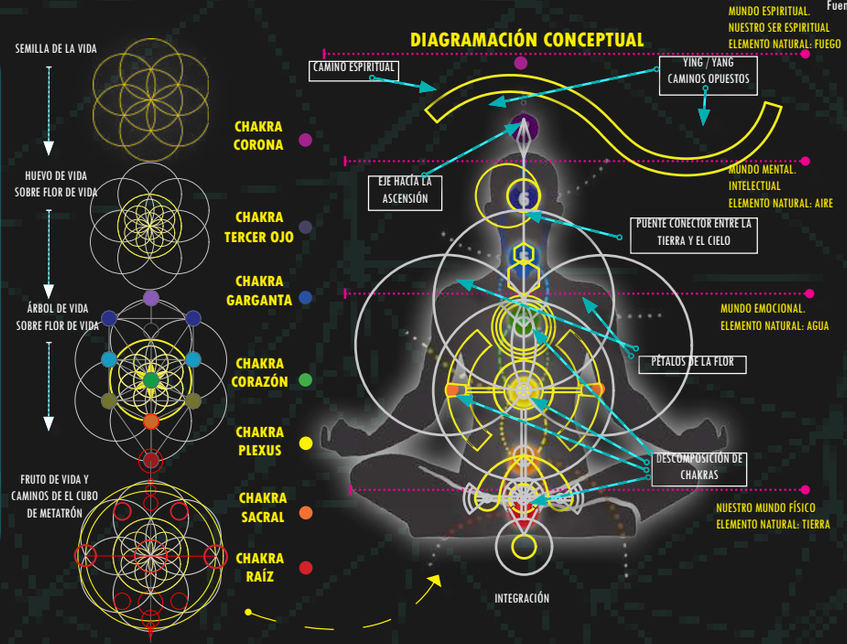
FASE 4. DISTRIBUCIÓN Y CONEXIÓN

F398.

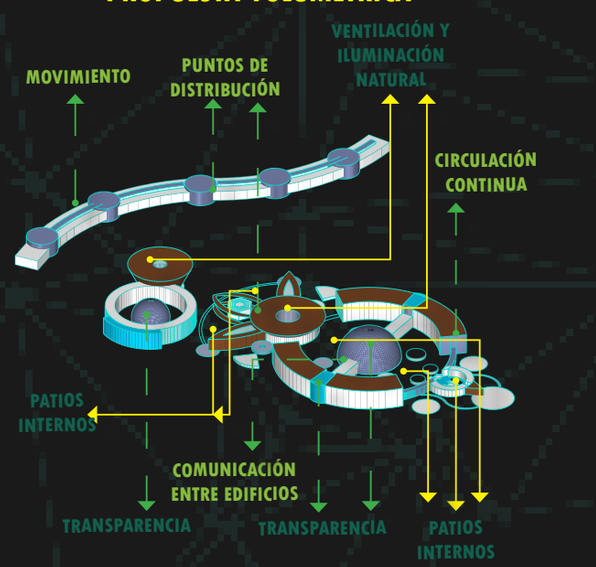
La conexión con la naturaleza es fundamental, ya que esta equilibrada con el ser humano. La implementación de la flor de vida se conecta con los cinco elementos naturales, según la teoría feng shui, y esta es vital para la ayuda del mejoramiento gradual de las personas.

Nota. MAPA DE DIAGRAMACIÓN CONCEPTUAL SOBRE ESTRUCTURA DE CAMPO.
Fuente: Elaboración propia.

La geometría del concepto se considera simbólica, por lo tanto, se tomó en consideración para la realización de diferentes actividades, que conllevan al bienestar de la salud y el camino hacia la espiritualidad.



La forma volumétrica , se desarrolla con base ala geometría sagrada , considerando ejes del clima, visuales y conexiones con el entorno natural.



F399.

4.6 VALORACIONES

4.6.5 VALORACIÓN PROPUESTA ARQUITECTÓNICA

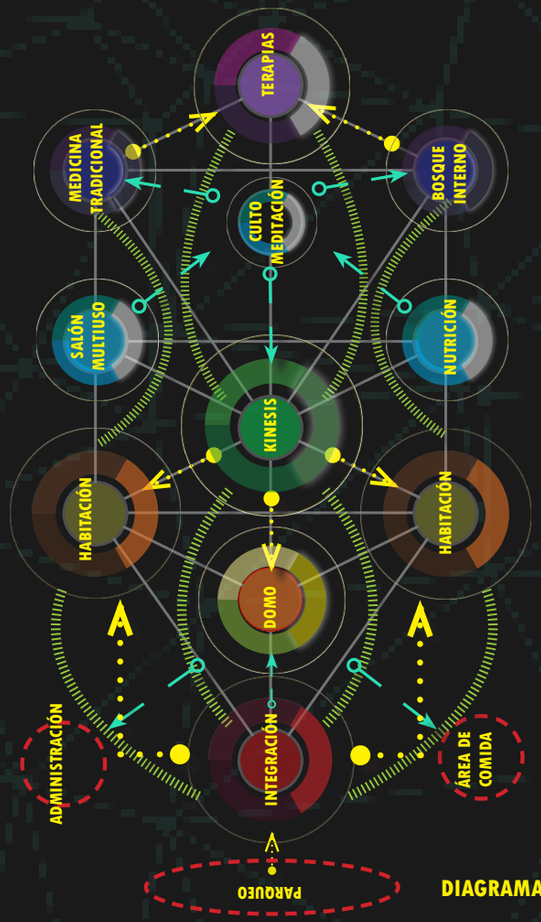


DIAGRAMA 1.

La propuesta arquitectónica se divide en espacios representados como chakras, una trayectoria en el dentro del árbol de vida en búsqueda de la transcendía, separando por secciones entre el mundo terrenal, emocional, mental y espiritual.



F408.

Se busca el aprovechamiento máximo del terreno y sus recursos naturales. La ubicación de la propuesta fue seleccionada estratégicamente para no causar impacto ambiental, al contrario, preservar y aprovechar los recursos naturales, tales como la vegetación, el pozo y la quebrada en el sitio.



F491.

Cada espacio es diseñado para ser recorrido por medio de puentes, caminos elevados y senderos que influyen al bienestar.



F444.



F440.

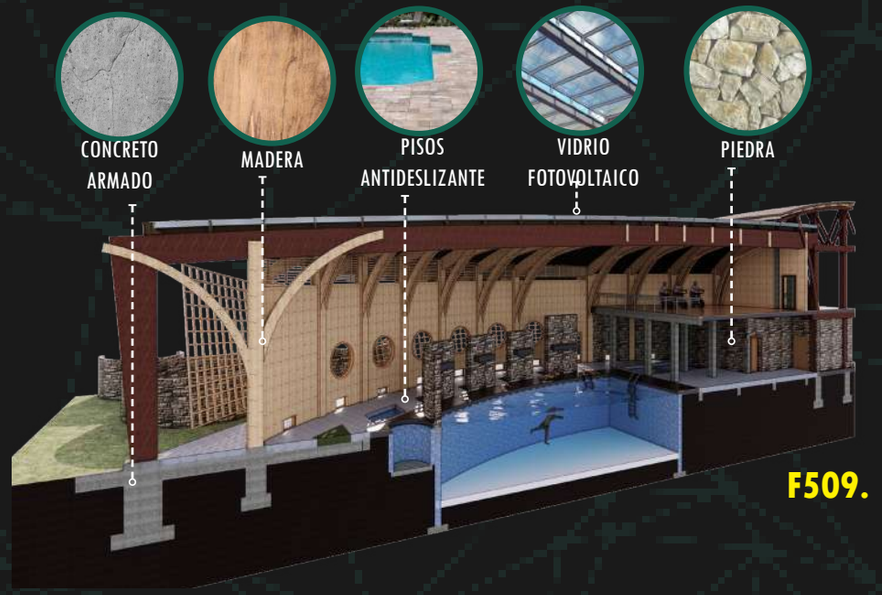
A diferencia de un centro convencional, enfocado en la medicina ortodoxa, se busca el uso de áreas a fines de crear espacios, considerando sensaciones, dimensiones y distribuciones. Para ello, se utilizan referencia de normas, casos de estudio, proyectos de graduación para el grado de licenciatura en arquitectura.

4.6 VALORACIONES

4.6.6 VALORACIÓN MATERIALES



F508.



F509.



F510.

Madera- Uso primordial de la madera como adaptación y como sistema ecológico. Se utiliza en encerramientos y estructura.

Aluminio- Se utiliza como sistema liviano para los tragaluces.

Vidrio Fotovoltaico- Se utiliza en tragaluces y fachadas como sistema inteligente.



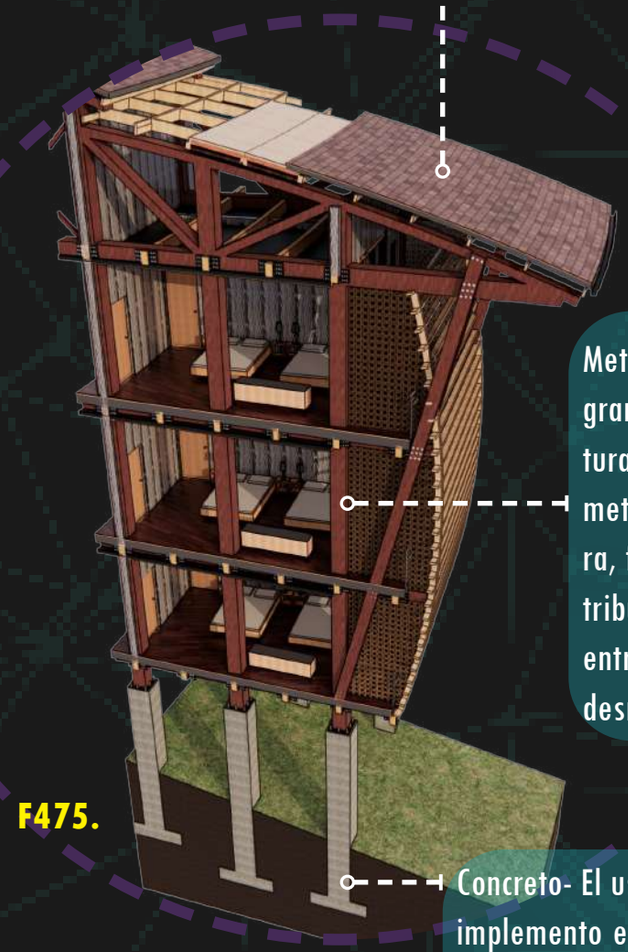
F511.

Pisos antideslizantes- Se utiliza en áreas de hidroterapia y alrededor

Piedra- Se utiliza como revestimiento y muros de contención.

Paja-Techos de paja, para el resguardo en puentes y terrazas de meditación.

Teja de madera-El uso de teja de alta calidad en madera de cedro (shingles), para la mayoría de cubiertas. Durabilidad, resistencia, ecológico y impermeable.



F475.

Metal- Para el uso de grandes luces, y alturas se considera el metal como estructura, facilitando la distribución del edificio entre los cambios de desnivel.

Concreto- El uso de concreto se implemento en paredes, cerramientos y estructura de cimiento, permitiendo una estructura firme entre pilotes.

4.6 VALORACIONES

4.6.7 VALORACIÓN ESTRUCTURAL

La propuesta estructural, es diseñada para la distribución de la edificación sobre un terreno irregular. Para la cimentación, se considera el uso de placas aisladas en concreto armado, pedestales sobre encepados y pilotes. Mientras que la estructura vertical es por unión de doble viga sobre las columna, con vigas diagonales que permitan la unión de los aleros y las cerchas mediante pernos y placas metálicas.



F512.



F513.

Estructuras auto-portante, en marcos estructurales de madera. Sobre placas aisladas de concreto armado. Manteniendo luces máximas entre 6-3mts.

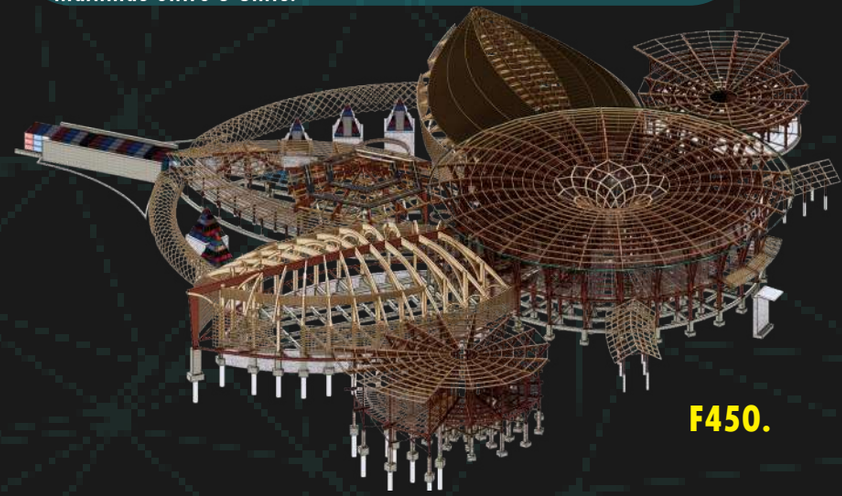


F473.



F444.

Las edificaciones de baja altura, se considera el uso de madera para las columnas, vigas, cherchas, largueros y clavadores, con uniones por placas metálicas y pernos enroscados. Losas y vigas de cimentación de concreto armado.



F450.



F478.

UNIÓN
PLACA ACERO
CON PERNOS DE ANCLAJE



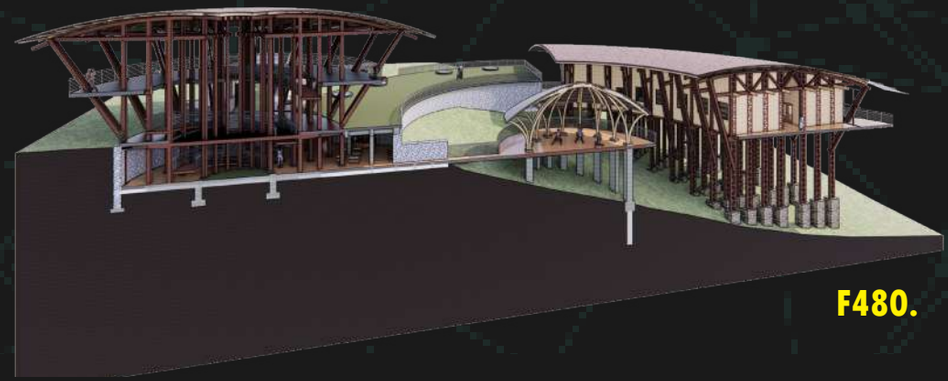
F477.

UNIÓN
PLACA ACERO
CON PERNOS



F476.

TECHO
TEJA DE MADERA
EN PANELES SÁNDWICH



F480.

Los edificios entre pilotes y de gran altura, cuenta con una estructura metálica, y un sistema de entrepiso metaldeck, con separación de viguetas a cada 1.50cm, con un máximo de luces de 6 metros.

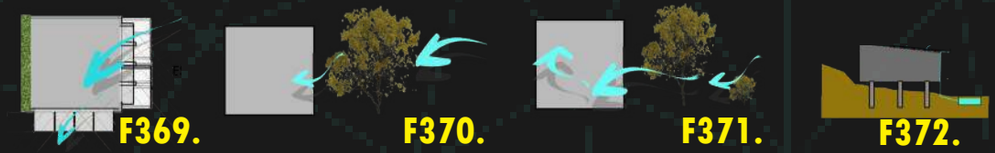
4.6 VALORACIONES

4.6.8 VALORACIÓN CLIMA

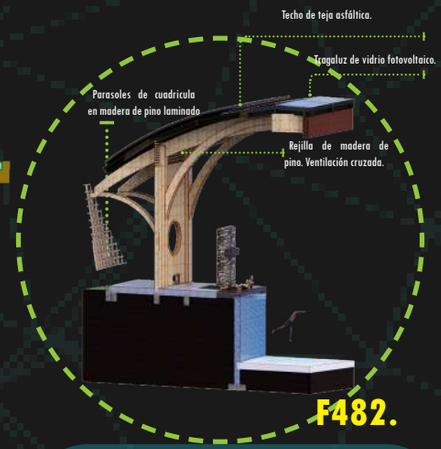
A causa de las características climáticas del sector de estudio, se implementa el uso de estrategias pasivas, para minimizar impactos a la estructura y a los usuarios.

La temperatura mínima oscila entre los 22 grados Celsius, con una radiación directa en gran parte del terreno. La implementación de materiales tales como, techos asfálticos, cerramientos de madera, parasoles, aleros, y senderos de caminos elevados contrarrestaran el calor.

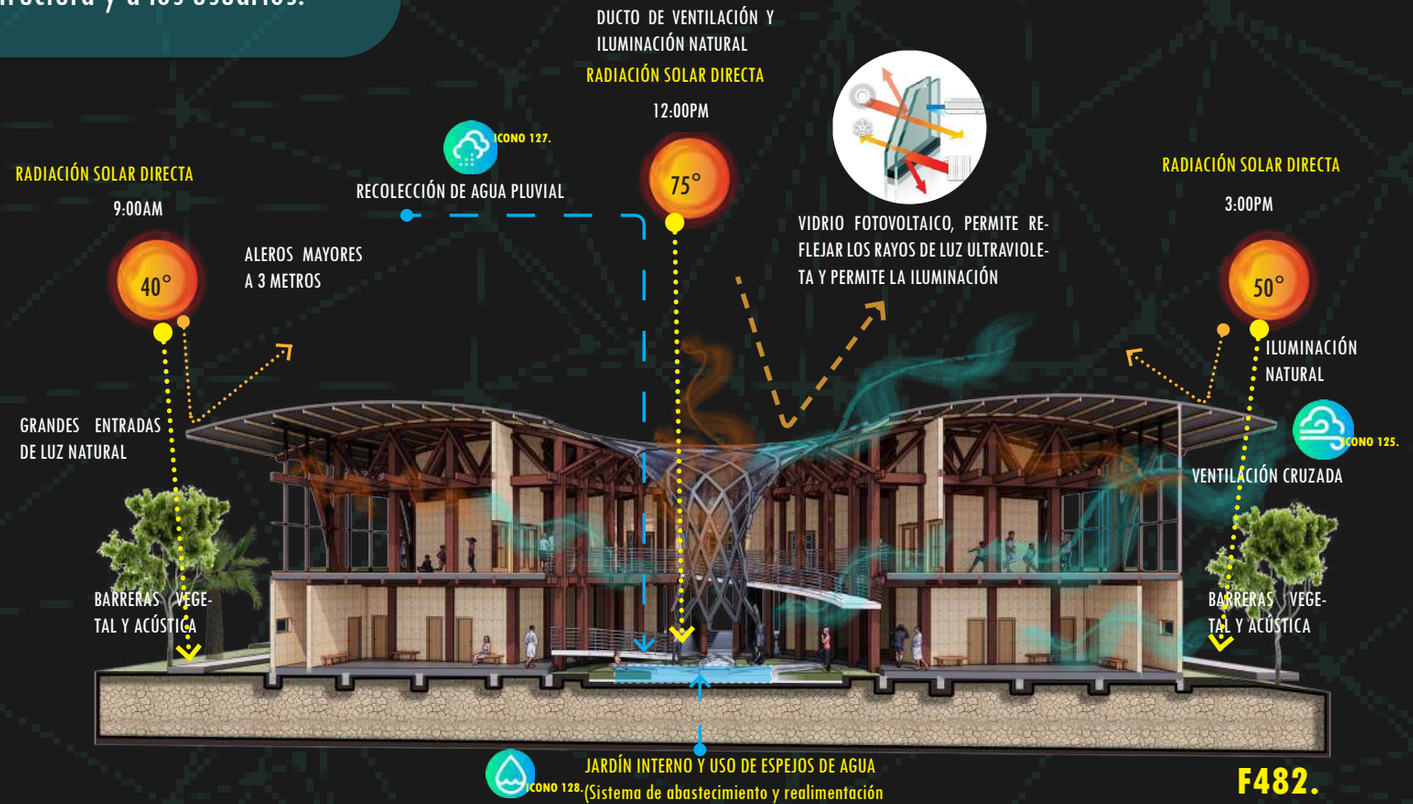
FACTOR VIENTO-LLUVIA



F369. F370. F371. F372.



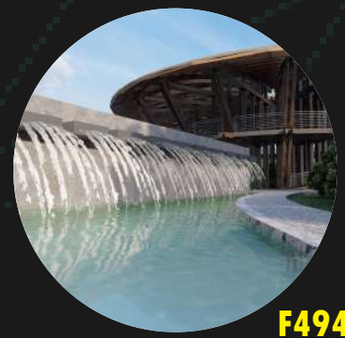
F482.



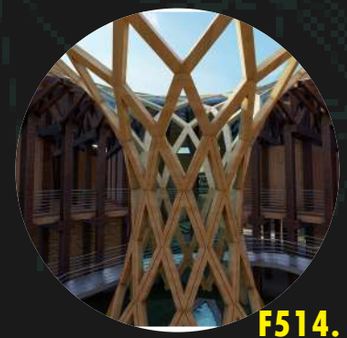
F482.

Las cuadriculas de parasoles en el área de hidroterapia, evita la húmeda causada por la evaporación de los rayos directos al agua. Así mismo, al brindar una ventilación cruzada en las aberturas inferiores y superiores permite un confort y evita el bochorno y el desgaste de los materiales.

La implementación de patios internos, la recolección de recursos naturales, barrera vegetal y espejos de agua, influyen a regular las temperaturas dentro de las edificaciones y sus recorridos.



F494.



F514.

Se realiza una consulta en base a el Manual de Valores Unitarios por Tipología Constructiva, 2021: La estimación del costo del metro cuadrado es de ¢620 000 / m², referente a la estimación del costo unitario por metro cuadrado según el tipo HP01 para edificaciones hospitalarias.

Para la conversión de moneda , se toma el valor de 675,61, según el tipo de cambio del dólar de los Estados Unidos de América, de acuerdo a el Banco Central de Costa Rica.

Nota: El tipo de cambio utilizado es de 675,61 cls según el Banco Central de Costa Rica, siendo la versión más actualizada a Julio 2021.

CENTRO HOLÍSTICO DE MEDICINA NATURAL

GENERALIDADES	ESPACIO	TOTAL POR ÁREA m2	TOTAL m2	COSTO POR m2	VALOR ESTIMADO
ÁREA DE INTEGRACIÓN	RECEPCIÓN	126,25	8140,17	$ 917,68	$ 115.857,10
	SERVICIOS	58		$ 917,68	$ 53.225,44
	ENSEÑANZA E INVESTIGACIÓN	316,4		$ 917,68	$ 290.353,95
	ÁREA DE CULTO Y MEDITACIÓN	254,5		$ 917,68	$ 233.549,56
	DOMO	1259,88		$ 917,68	$ 1.156.166,68
	MUSEO	106,4		$ 917,68	$ 97.641,15
	SALON MULTIUSOS	631,356		$ 917,68	$ 579.382,77
	GUARDERÍA	214,8		$ 917,68	$ 197.117,66
	RESTAURANTE	490,48		$ 917,68	$ 450.103,69
	SERVICIOS			$ 917,68	$ 917,68
	VIVIENDAS COMUNITARIAS-COMUNIDAD BORUCA	2120		$ 917,68	$ 1.945.481,60
	PARQUEOS	2385,7		$ 917,68	$ 2.189.309,18
	OF. ADMINISTRATIVAS Y PROVEDURÍA	176,4		$ 917,68	$ 161.878,75
ÁREA DE HABITACIÓN	ADMINISTRACIÓN	220,8	7020,4	$ 917,68	$ 202.623,74
	HOTEL	6799,6		$ 917,68	$ 6.239.856,93
ÁREA DE MEDICINA TRADICIONAL	ADMISIÓN Y DIAGNÓSTICO INICIAL	234,96	1859,176	$ 917,68	$ 215.618,09
	ADMINISTRACIÓN	293,84		$ 917,68	$ 269.651,09
	CONSULTORES MEDICINA INTEGRATIVA	580,536		$ 917,68	$ 532.746,28
	LAVANDERÍA	86,51		$ 917,68	$ 79.388,50
	PERSONAL	157,17		$ 917,68	$ 144.231,77
	RECREACÓN-MIRADOR	506,16		$ 917,68	$ 464.492,91
ÁREA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA	EDIFICIO KINESIS	946,55	6001,722	$ 917,68	$ 868.630,00
	EDIFICIO HIDROTERAPIA	1345,69		$ 917,68	$ 1.234.912,80
	EDIFICIO NUTRICIÓN	285,58		$ 917,68	$ 262.071,05
	EDIFICIO LIBERACIÓN	646,25		$ 917,68	$ 593.050,70
	EDIFICIO DEPURACIÓN	1003,212		$ 917,68	$ 920.627,59
	EDIFICIO ESTIMULO	661,6		$ 917,68	$ 607.137,09
	EDIFICIO EQUILIBRIO	1112,84		$ 917,68	$ 1.021.231,01
ÁREA DE MAQUINAS	ÁREA DE GENERADORES, TANQUES Y BOMBAS, CASETA DE SEGURIDAD	164,69	164,69	$ 917,68	$ 151.132,72
SUBTOTAL	**23186,15**			**$ 917,68**	**$ 21.278.387,48**

Tabla 7

4.6 VALORACIONES

4.6.8 VALORACIÓN CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIONES

De acuerdo con el objetivo de Diseñar a nivel de anteproyecto arquitectónico el “Centro Holístico de medicina, sanación y retiro espiritual”. Se desarrolla esta propuesta, centralizada en los usuarios, buscando la armonía entre lo natural y lo artificial. Una bio arquitectura, que pueda brindar espacios idóneos para la realización de diferentes actividades que lleven al bienestar del cuerpo humano. Basado en una geometría sagrada en forma y proporción se conecta con el universo, para así conectar al usuario con el entorno que lo rodea, y que este estimule sus sentidos a través de sus recorridos entre una estructura de madera asimilando un lazo de conexión con los árboles. Cada espacio es pensado para restablecer las energías del cuerpo humano, llamadas Chakras. Recorrer un árbol de vida desde lo terrenal hasta llegar a un camino espiritual de liberación y transcendencia.

Para el restablecimiento de la salud de los tres cuerpos integrales, el gobierno debe comenzar a invertir en Centros Holisticos, donde se logre llevar a cabo la sensatez de la medicina complementaria y la medicina tradicional.

Una arquitectura para el bienestar espiritual, no debe ser solo templos religiosos, como se conoce actualmente. Si no, al igual una infraestructura cuyos espacios sean de confort, conexión y de simbolismo que logre representar al ser humano como un todo con el universo. Un lugar de consuelo y descanso para aquellas personas con cualquier tipo de padecimiento.

Optar por un espacio holístico para mantener la armonía de un lugar, es indispensable tomar en cuenta, el confort natural, el balance energético y criterios naturales como el Feng Shui y la relación con los elementos naturales.

OTRAS:

Utilizar arquitectura artesanal, impulsada por la comunidad boruca, mediante el uso de materiales ecológicos.

Aportar a la comunidad con el restablecimiento de la quebrada como punto de atracción turística, así mismo el uso del pozo para abastecer a los hogares.

RECOMENDACIONES

4.7 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acciona. (s.f). ¿Qué es el desarrollo Sostenible? https://www.acciona.com/es/desarrollo-sostenible/?_adin=11551547647
- Arcimboldo, Giuseppe. (s.f). Apuntes de Historia del Arte. Conclusiones: la Teoría de los Humores. Biblioteca del Congreso Argentina. https://bcn.gob.ar/apuntes-diarios-de-historia-del-arte-1/teoria-de-los-humores
- Arquinetpolis. (s.f). ¿Un mal diseño arquitectónico puede afectar tu salud metal?. https://arquinetpolis.com/diseno-arquitectonico-salud-mental/
- Barrantes-Cartín, C. (2008). Sociedades indígenas del sudeste de Costa Rica, siglo XVI Indigenous societies of the southeast of Costa Rica, 15th century. Stapfia, pág.662. https://www.zobodat.at/pdf/STAPFIA_0088_0609-0630.pdf
- Barrera-Morales, M. (s.f). Holística. http://www.telurium.net/PDF/holistica.pdf
- Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica, Unidad de Ingeniería de Bomberos. (2013). Manual De Disposiciones Técnicas Generales Sobre Seguridad Humana Y Protección Contra Incendios. https://www.bomberos.go.cr/upl0dz/2013/06/Manual_de_Disposiciones_Tecnicas_2013.pdf
- Boletinagrario. (s.f). Definición de permacultura. https://boletinagrario.com/ap-6,permacultura,4981.html
- Bonells, J. (2019). Terapia Urbana, Horticultura y Biofilia de los Jardines. Jardines sin Fronteras. https://jardinessinfronteras.com/2019/05/09/terapia-urbanahorticultura-y-biofilia-de-los-jardines/
- Campos-Varela,C. (2019). Invervención Arquitectónica del Hospital Dr. Carlos Luis Valverde Vega de San Ramón.[Tesis de Licenciatura, Universidad De Costa Rica]. Archivo digital. https://issuu.com/carcampos03/docs/gfp_-_san_ramon_hospital_intervention_-_2019
- Carmona, R. (2018). ¿Sabías que existe el síndrome por déficit de naturaleza?. La Vanguardia. https://www.lavanguardia.com/vivo/lifestyle/20180616/45121542614/sabias-que-existe-el-sindrome-por-deficit-de-naturaleza.html
- Carmona, V. (2016). Arquitectura Espiritual. Planlife Edificaciones. https://planlifeedificaciones.com/arquitectura-espiritual/
- Centro de Escritura Javeriano. (2020). Normas APA, séptima edición. Pontificia Universidad Javeriana, seccional Cali. https://www2.javerianacali.edu.co/centro-escritura/recursos/manual-de-normas-apa-septima-edicion#gsc.tab=0%C2%A0
- Centro Nacional de Recursos para la Inclusión Educativa. (1996). Ley 7600 Igualdad de Oportunidades para las Personas con Discapacidad. Editorama, 1ª. Ed. https://documentos.una.ac.cr/bitstream/handle/unadocs/4316/Ley_7600_Igualdad_Oportunidades_Personas_con_Discapacidad.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Chacón de Umaña, L. (1986). Revista del Archivo Nacional. Buenos Aires de Puntarenas. Imprenta Nacional. http://www.munibuenosaires.go.cr/media/documentos/historia/Revista_Archivo_Nacional/
- Clemens G. Arway. (2016). Efecto Biofilia, (M.ª Isabel Romero, Trad.; 1ª ed), Ediciones Urano, S.A.U. (publicado originalmente 2016). https://www.tagusbooks.com/leer?isbn=9788499449746&li=1&idsource=3001

4.7 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Colegio Federado de Ingenieros y de Arquitectos de Costa Rica. (2010). Código Sísmico de Costa Rica. Editorial Tecnológica de Costa Rica. https://www.codigosismico.or.cr/descargas/CSCR2010.pdf
- Delgado-Álvarez, A. (2012). La dimensión holística creativa y la educación en el nuevo paradigma. Revista de las lenguas Modernas. Volumen 16. https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/rlm/article/download/12615/11871/
- Diccionarqui. (2016). Significado y Definición de Paisajismo. https://diccionarqui.com/diccionario/paisajismo/
- Earthgonomic México A.C. (2015). ¿Qué es Biofilia? Estilo de Vida. http://earthgonomic.com/noticias/biofilia/
- Ecodes. (s.f). Salud y Medioambiente. Ecodes tiempo de actuar. https://ecodes.org/hacemos/cultura-para-la-sostenibilidad/salud-y-medioambiente
- EcuRed, (s.f). Buenos Aires (Costa Rica). https://www.ecured.cu/Buenos_Aires_(Costa_Rica)
- Equipe ArchDaily Brasil (2021). Arquitectura y salud: ¿cómo el espacio impacta el bienestar emocional? (Arellano, M, Trad.). ArchDaily. https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/966302/arquitectura-y-salud-como-el-espacio-impacta-el-bienestar-emocional
- Figueres-Olsen, J y Castro-Salazar, R. (1996). Ley Forestal N. 7575. http://agronegocios.catie.ac.cr/images/pdf/Ley_Forestal_Costa_Rica.pdf
- Franco, J.T. (2018). Permacultura y geometrías sagradas: un 'centro holistico' de madera, paja y adobe. Plataforma arquitectura (CL). https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/755470/en-detalle-madera-paja-y-adobe-centro-holistico-punto-zero
- Gutierrez,G. (2021). Los impactos del COVID-19 en el Pueblo Boruca. Plataforma Indígena regiona frente al COVID-19. https://indigenascovid19.red/ , 1.
- Hoffman Clinic Holistic Health. (2021). Todo sobre el Sistema de Sanación Holística Hoffmann (SSHH). https://hoffmannclinic.com/index.php/la-clinica/sistema-de-sanacion-holistica-hoffmann
- Instituto Nacional de Vivienda y Urbanismo. (2018). Reglamento de Construcciones. https://www.invu.go.cr/documents/20181/33489/Reglamento+de+Construcciones
- Kinkára, (s.f). Bienvenido al Retiro de Lujo Kinkara, un inmersivo Costa Rica resort en el que comienza las aventuras. https://www.kinkara.com/es/
- La Asamblea legislativa de la República de Costa Rica. (1995). Ley Orgánica del Ambiente N. 7554. https://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=27738&nValor3=93505&strTipM=TC
- López- L, Kattia. (2012). Consumo de Medicamentos (psicotrópicos sin prescripción médica). Costa Rica: Consejo editorial. https://www.bvs.sa.cr/tabaquismo/medicamentos.pdf
- Mayo Clinic. (2021). Meditación: Una manera simple y rápida de reducir el estrés. https://www.mayoclinic.org/es-es/tests-procedures/meditation/in-depth/meditation/art-20045858

4.7 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ministerio de Salud Costa Rica. (2021). Vulnerabilidad socioeconómica incide en la salud mental de la población de Costa Rica. https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/ centro-de-prensa/noticias/746-noticias-2021/2041-vulnerabilidad-socioeconomica-incide-en-la-salud-mental-de-la-poblacion-de-costa-rica
- Ministerio de Salud. (2012.) Política Nacional de Salud Mental 2012-2021. https://www.bvs.sa.cr/saludmental/politicasaludmental.pdf
- Ministerio de Salud. (2021). Vulnerabilidad socioeconómica incide en la salud mental de la población de Costa Rica. 28/09/2021, de www.ministeriodesalud.go.cr-. https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/746-noticias2021/2041-vulnerabili
- Mora, D. (2019). Baños de Bosque. La Nación. https://www.nacion.com/opinion/foros/banos-de-bosque/6KS3GD2CIZE5DD4SFGTUWIEW2I/story/
- Municipalidad de Buenos Aires. (2004). Plan Regulador de la Ciudad de Buenos Aires. http://www.munibuenosaires.go.cr/images/gestionmunicipal/desarrollourbano/Gaceta_plan_regulador.pdf
- Numundo, (s.f). Esfera Espacio Holístico. https://numundo.org/center/costa-rica/esfera-espacio-holistico
- Numundo, (s.f). Esfera Espacio Holístico. https://numundo.org/center/costa-rica/esfera-espacio-holistico
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2018). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response
- Pachamama, (s.f). About Pachamama. https://www.pachamama.com/
- Pérez, J y Merino, M. (2009). Definición de Accesibilidad. Deficinion.de. https://definicion.de/accesibilidad/
- Pérez, J y Merino, M. (2009). Definición de Medio Ambiente. Deficinion.de. https://definicion.de/medio-ambiente/
- Pérez, J y Merino, M. (2016). Definición de Retiro Espiritual. Deficinion.de. https://definicion.de/retiro-espiritual/
- Pérez-Monteza, G. (2018). Centro de Medicina Holística en Cieneguilla. [Tesis para optar el título profesional de arquitecto, Universidad Ricardo Palma- Faculta de Arquitectura y Urbanismo]. Archivo digital. https://1library.co/document/q2n4ekrq-centro-de-medicina-holistica-en-cieneguilla.html
- Periódico Mensaje. (2020). Aumentan en Costa Rica la depresión y la ansiedad frente a la pandemia. https://www.periodicomensaje.com/guanacaste/6080-aumentan-en-costa-rica-la-depresion-y-la-ansiedad-frente-a-la-pandemi
- Pistola-Grille, S. (2018). Soukya: El Centro de Salud Holística para renovar cuerpo, mente y espíritu en la India. Magazine Horse. https://www.magazinehorse.com/soukya-salud-holistica-renovar-cuerpo-mente-espiritu-la-india/
- Psicologia y mente. (s.f). Los 7 beneficios de los retiros espirituales. https://psicologiaymente.com/meditacion/beneficios-de-retiros-espirituales
- PuntoZero Foundation, (2019). Las Instalaciones en Punto Zero. https://fundacionpuntozero.org/instalaciones/

4.7 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Real Academia Española. (2021). Espacialidad. https://dle.rae.es/espacialidad
- Real Academia Española. (2021). Sostenible. https://dle.rae.es/sostenible
- Rodriguez, H. (2020). Dieta y Salud Mental. National Geographic, España. https://www.nationalgeographic.com.es/ciencia/afecta-dieta-a-salud-mentalcual-es-evidencia_15129
- Significados. (2021). Significado de Holístico. https://www.significados.com/holistico/
- Significados. (2021). Significado de Meditación. https://www.significados.com/meditacion/
- Simbiotica, (2021). Cómo la Biofilia es capaz de mejorar nuestras vidas. https://www.simbiotia.com/biofilia/
- Simbiotica. (s.f). Diseño biofílico: un sistema natural para incrementar la productividad y el bienestar de las organizaciones. https://www.simbiotia.com/diseno-biofilico/
- Slow Studio. (2018). ¿Qué es la Bioarquitectura? https://www.slowstudio.es/research/que-es-la-bioarquitectura
- Tiscornia, C y Ladisa, A. (2021). ¿Qué es la permacultura social? ¿Como pude ayudarnos a diseñar relaciones humanas regenerativas?.Regeneration Internatjional. https://regenerationinternational.org/2021/06/02/que-es-la-permacultura-social-como-puede-ayudarnos-a-disenar-relaciones-humanas-regenerativas/
- TopDoctors España. (s.f). Naturopatía.
- Valle, S. (2019). ¿Qué significa holístico?. Franca magazine. https://francamagazine.com/holistico/
- Vargas González, W. (2015). Medicina de nuestro tiempo en Costa Rica. Alajuela, Costa Rica: BINASS, San José, Costa Rica.
- Veigler Business School, (2020). Medicina alternativa: remedios naturales para la salud. https://veigler.com/medicina-alternativa/#:~:text=Hip%C3%B3crates%20es%20considerado%20el%20padre,la%20persona%20tambi%C3%A9n%20tendr%C3%ADa%20salud.
- Vince Studio. (s.f). ¿Que es el paisajismo?: El arte de aprovechar los espacios exteriores. https://vincestudiocr.com/blog/paisajismo-en-la-arquitectura/

4.8 REFERENCIAS DE FIGURAS CAPITULO 1

- F1. Flor de Vida-portada

Fuente: Elaboración propia

- F2. Mente abstracta simétrica

Fuente: https://www.pngwing.com/en/free-png-zmsgz

- F3. Depresión en vacío

Fuente: https://tvazteca.brightspotcdn.com/ae/da/c703daac4997baf-5155256908d2c/depresion.jpg

- F4. Enfermedades alopáticas-medicamentos

Fuente: http://static.misionesonline.news/fotos/2007/fotos/foto1/128226_1.jpg

- F5. Luz en la osc uridad-árbol de vida amarillo

Fuente: https://www.iluminancia.com/blanco-y-negro-color-selectivo-parte-1/

- F6. Depresión

Fuente: https://www.quo.es/wp-content/uploads/2019/10/las-personas-no-somos-buenas-detectando-la-tristeza-de-nuestras-parejas.jpg

- F7. Sosteniendo Vida natural

Fuente: http://3.bp.blogspot.com/_uX-U-u537B4/TObaOdojkLI/AAAAAAAAF90/BTwee241g0w/s1600/5.jpg

- F8. Problemas mentales

Fuente: https://www.somospacientes.com/wp-content/uploads/2015/08/Dolor-y-cerebro.jpg

- F9. Medicina alopática

Fuente: https://img.freepik.com/foto-gratis/imagen-blanco-negro-joven-sentado-piso-bano-sostener-plato-pastillas-mano-envuelta-trenza-tomar-drogas_152404-9472.jpg?size=626&ext=jpg

F10. Saturación en hospital tras brote de Covid-19

Fuente: http://ultimahora.sv/wp-content/uploads/2021/06/hospitales-colombia.jpg

- F11. Luz en hospitales

Fuente: https://i1.wp.com/www.seisamed.com/wp-content/uploads/Efectos-beneficos-de-la-luz-natural-en-los-recintos-hospitalarios.jpg?w=1200&ssl=1

- F12. Color en hospitales

Fuente: https://lh3.googleusercontent.com/proxy/MoMytG0cqiPqKbxw-VWrI_3jwR62k2uEK4rO6iWKbehiPG0n-0Esb_Ct7HlFR6EPA5vQH8trgR-SL7-wUR7VGZDhq2ACgq_1nnf8AoflExHo7DGqeNwA

- F13. Materiales en hospitales

Fuente: https://estaticos-cdn.prensaiberica.es/clip/4b952e12-5840-418b-85ed-ea5228adbddc_16-9-discover-aspect-ratio_default_0.jpg

- F14. Naturaleza en hospitales

Fuente: https://i2.wp.com/www.seisamed.com/wp-content/uploads/El-Poder-Natural-De-La-Luz-Llego-A-Los-Hospitales.jpg?w=600&ssl=1

- F15. Unión de mente hombre y mujer

Fuente: Elaboración propia.

- F16. Afectación de la Salud Humana Covid-19. Recuperado de: Ministerio de Salud.

Fuente: https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/comunicados/salud_mental_covid_19_29012021.pdf

- F17. Aislamiento

Fuente: https://www.farmaceuticonline.com/wp-content/uploads/2019/07/medicaments-ansiolitics-1.jpg

- F19. Montañas de Boruca

Fuente: https://lh3.googleusercontent.com/proxy/weF5PJjpH8lwprvMs8T-mKtJuBg793jW1pKUfQ0wwp5Zk9JpE_9AL7VzT2VHWoxF4NIAg0VLI3xtkoY-JM1nHLKvhOhv5TKngU2w

- F20. Máscaras de Boruca

Fuente: https://cloudfront-us-east-1.images.arcpublishing.com/gruponacion/64ZGZ6HDMBEVPPO5GXI7ZXUDUI.JPG

- F21. Indios Boruca en

Fuente: https://etniasdelmundo.com/wp-content/uploads/2018/06/Boruca.jpg

- F22. Indígena Boruca

Fuente: https://www.perezzeledon.net/wp-content/uploads/diablitos2.jpg

- F23. Grafica de contribución de cada sector en la reducción de la producción en puntos porcentuales del PIB (Escenario Turismo 6 Meses*)

Fuente: https://www.ucr.ac.cr/noticias/2020/05/04/el-instituto-de-investigaciones-en-ciencias-economicas-estima-un-crecimiento-negativo-del-pib-de-costa-rica-para-el-2020.html

- F24. Saturación en Hospitales

Fuente: https://as.com/diarioas/imagenes/2021/01/18/actualidad/1610997487_637293_1610997590_noticia_normal_recorte1.jpg

- F25. Vista Aérea de Buenos Aires de Puntarenas

- F26. Meditación interior

Fuente: https://us.123rf.com/450wm/fotomaximum/fotomaximum1905/fotomaximum190500010/123950401-hombre-meditando-yoga-en-las-monta%C3%B1as-al-atardecer-concepto-de-relajaci%C3%B3n-de-estilo-de-vida-de-viaje.jpg?ver=6

- F28. Felicidad Holistica- Mujer feliz.

Fuente: https://i2.wp.com/sonria.com/wp-content/uploads/2017/11/alegria3.png?fit=680%2C510&ssl=1

- F27. Log o Misión Girasol

Fuente: https://cdn.evbuc.com/eventlogos/208974571/girasoles02.png

- F28. Logo Municipalidad de Buenos Aires de Puntarenas.

Fuente: https://scontent.fsyq3-1.fna.fbcdn.net/v/t1.6435-9/201771993_4070116713037129_7647480100157163887_n.jpg?_nc_cat=110&ccb=1-5&_nc_sid=09cbfe&_nc_ohc=C4Xri-941nIgAX_oVD_n&tn=sat5nEEHyaDwvExD&_nc_ht=scontent.fsyq3-1.fna&oh=3247f6913b0525babc530df79e03a9dc&oe=6192F0F1

- F29. Hombre que medita yoga en la armonía al aire libre.

Fuente: https://thumbs.dreamstime.com/z/hombre-que-medita-yoga-en-las-monta%C3%B1as-de-la-puesta-del-sol-92761128.jpg

- F30. Logo del Ministerio de Salud.

Fuente: https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/sobre-ministerio/logos/4048-logos-ministerio-de-salud/file

- F31. Logo de la Organización Mundial de la Salud.

Fuente: https://www.who.int/es

- F32. Logo del Instituto Mixto De Ayuda Social.

Fuente: https://www.perezzeledon.net/wp-content/uploads/imas.jpg

- F33. Logo de la Organización Mundial Holística.

Fuente: https://organizacionmundialholistica.org/wp-content/uploads/2020/08/Logo-OMH-organizacion-mundial-holistica-final-III.png

- F34. Logo de Greenpeace.

Fuente: https://1000marcas.net/wp-content/uploads/2020/01/logo-Greenpeace.png

- F35. Logo de Fondo Mundial para la Naturaleza (WWF).

Fuente: https://d2ouvy59p0dg6k.cloudfront.net/img/original/wwflogo_apcolor_01_copy.png

- F35. Logo de Fondo Mundial para la Naturaleza (WWF).
Fuente: https://d2ouvy59p0dg6k.cloudfront.net/img/original/wwflogo_apcolor_01_copy.png
- F36. Fundación Carlos Slim
Fuente: https://ms-f7-sites-01-cdn.azureedge.net/docs/stories/1347968400070450436-fundacion-slim-non-profit-azure-es-mexico/resources/11520132-f6c0-4ffb-be57-8113841d9aed/1347969689378170745_1347969689378170745
- F37. Divine Mercy University (DMU) logo
Fuente: https://divinemercy.edu/wp-content/uploads/2021/05/DMU-SEAL-300x300.png
- F38. Fuerzas españolas ingresan a Boruca en 1629.
Fuente: https://www.zobodat.at/pdf/STAPFIA_0088_0609-0630.pdf
- F39. Pedro Calderón de la Barca.
Fuente: https://encrypted-bn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQ11Qh-7J1k84IEOkj3pZgkomHxuyE5s-2LaZjkBTYTh9BwscM7azciqEUMNrimGiBS-5v_E&usqp=CAU
- F40. División de distritos Buenos Aires de Puntarenas.
Fuente: https://docplayer.es/docs-images/83/87788948/images/4-0.jpg
- F41. Pero Afán de Rivera y Gómez.
Fuente: https://maritzacartin.files.wordpress.com/2020/10/perafan-de-ribera.jpg?w=742
- F42. Juan Vásquez de Coronado.
Fuente: https://www.biografiasyvidas.com/biografia/v/fotos/vazquez_coronado.jpg
- F43. Soldados del Capitán Antonio Álvarez Pereyra.
Fuente: https://scontent.fsyq3-1.fna.fbcdn.net/v/t31.18172-8/11313162_1564856367113831_6039066422523630809_o.jpg?_nc_cat=110&ccb=1-5&_nc_sid=9267fe&_nc_ohc=RxK-5VlEA-TQAX8kgAVH&_nc_ht=scontent.fsyq3-1.fna&oh=bd55086e6cb42173a9cfc8192a15d7aa&oe=619E92E1
- F44. Pablo de Rebudilla.
Fuente: https://tinyurl.com/z5t2ksch
- F45. Ganado.
Fuente: https://encrypted-tbn0.gstat ic.com/images?q=tbn:ANd9GcRIWET4M9rvNnZ8ZOpd5uodMrlxwrPnaJtxnw&usqp=CAU
- F46. Poblado de Cabagra.
Fuente: https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTnO7zNCnDbJMCYFbuEQxAjWx9y0jD7949xnQNdZm6tmhuRu6stV9ATs7IIA76Qm1ebcgc&usqp=CAU
- F47. Don Pedro Calderón.
Fuente: https://lh3.googleusercontent.com/proxy/FEItz5MlbFNwfI-V_9wVLob4xjaJNy1K425KNtczOdeRT5byjk4yyz-GMbnxLWT2FrYt5XLijamw7UAAD-w_xHTtwPQSHVThB3eOEsHmmkB7JnN-xa36RMWsmZRNbKEQslggRKno15oxH6VXgyYM3t-mWvQARRUKHb6F4mZfqxmni7qBLuSK
- F48. Borucas y Térrabas
Fuente: https://www.amadeus.co.cr/files/cache/c02ed3b64b-2d1381211928247eda8fd8_f3301.jpg
- F49. Camino Estrella el Guarco.
Fuente: https://4.bp.blogspot.com/--jeDOcZqM3Y/VPKIZeFM1kI/AAAAAAABtZ8/tAu7ha4bmYE/s1600/P1040745%2BB1.JPG
- F50. Don Pedro Calderón
Fuente: https://www.biografiasyvidas.com/biografia/c/fotos/calderon_de_la_barca.jpg
- F51. Comunidad de Boruca 1912.
Fuente: https://munibuenosaires.go.cr/images/conozcanos/canton/historiacanton_buenosaires.pdf
- F52. José Joaquín Rodríguez Zeledón.
Fuente: https://www.buscabiografias.com/img/people/Jose_Joaquin_Rodriguez_Zeledon.jpg
- F53. Familia Costarricense 1891.
Fuente: https://i.pinimg.com/originals/45/84/f7/4584f784d-2de6466092a3460679edd95.jpg
- F54. Iglesia Católica de Buenos Aires.
Fuente: https://i.ytimg.com/vi/ROERPbeNZew/maxresdefault.jpg
- F55. Iglesia dedicada a San Pedro Apóstol.
Fuente: https://www.ecured.cu/images/a/af/BAIglesia.jpg
- F56. Llega el alumbrado eléctrico a Costa Rica.
Fuente: https://lh3.googleusercontent.com/proxy/jnNVx3M-9kvJyR4Lu-7xe3ZVJVdffIJq0P_cH2ggcNvR_HN9B8iPtA_plSubNvYdy9QbQyAKbsya-MMRipEFh0HW9JKF1CZR97qwhXUXBegJLu3x9zl8gIdRMnxaHy5WoEga1mQ
- F57. Municipio de Buenos aires.
Fuente: https://munibuenosaires.go.cr/images/conozcanos/canton/historiacanton_buenosaires.pdf
- F58. Escudo Buenos Aires de Puntarenas.
Fuente: http://www.munibuenosaires.go.cr/images/conozcanos/municipalidad/escudo-muniba.png
- F59. Carretera Interamericana Sur Costa Rica.
Fuente: http://repositorio.mopt.go.cr:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/451/H018.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- F60. Colegio Técnico Profesional De Buenos Aires Puntarenas, Actualidad.
Fuente: https://www.facebook.com/colegiotecnicoprofesionalba/photos/a.1259526787479305/1409979959100653/?type=1&theater
- F61. Diócesis de San Isidro de El General Pérez Zeledón, Costa Rica.
Fuente: https://mapio.net/images-p/22204894.jpg
- F62. Hipócrates padre de la medicina
- Fuente: https://i0.wp.com/www.memoriza.com/wp-content/uploads/2018/01/image002.jpg?resize=208%2C307&ssl=1
- F63. Curación por el tacto siglo XVIII
Fuente: https://s3.amazonaws.com/s3.timetoast.com/public/uploads/photo/13459350/image/7ec02690f5d7dd378fa8172c283d7a14
- F64. Yoga para tratamiento patológico.
Fuente: https://www.naturalmente.yoga/wp-content/uploads/2018/05/yoga-terap%C3%A9utico-y-restaurativo.jpg
- F65. Dr. Christian Friedrich Samuel Hahnemann.
Fuente: https://www.hablandodehomeopatia.com/hdh/wp-content/uploads/2021/04/samuel_Mesa-de-trabajo-1-01.png
- F66. Medicina Tradicional China.
Fuente: https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQHx5E4_3kUE7iz1bUZt9HF5qiLlwp_oUO5H0Co97N3xrC7l5h7s755ATCKobeeG2Y5xe0&usqp=CAU
- F67. Fundación Asociación Médica Holística.
Fuente: https://fundacionsaludholistica.org/wp-content/uploads/2021/12/cropped-logo_fsh-2.png
- F68. Kinkara Eco Resort.
Fuente: https://www.kinkara.com/es/photogallery/large/hotel/kinkara-santa-elena-san-jose-gallery24.jpg

- F69. Vista de Tiendas Kincara.
Fuente: https://www.kinkara.com/es/photogallery/large/hotel/kinkara-santa-elena-san-jose-gallery11.jpg
- F70. Vista aérea de tiendas Kinkara.
Fuente: https://i.vimeocdn.com/video/784965643-8f37acb1b-4c2aa9720195e20cf903f9cd516aecf5ca997bbf784d7326a324189-d?-mw=900&mh=506&q=70
- F71. Pachamama Eco Resort.
Fuente: https://www.pachamama.com/wp-content/uploads/2020/11/Osho-Hall-outside.jpg
- F72. Interior del edificio Pachamama.
Fuente: https://www.pachamama.com/wp-content/uploads/2020/02/DSC01361.jpg
- F73.Interior del edificio Shalala.
Fuente: https://www.pachamama.com/wp-content/uploads/2020/11/Pano-Bamboo-Shalala.jpg
- F74. Vista Frontal de Esfera Espacio Holístico.
Fuente: https://numundo.imgix.net/SyBQm8iKz/Byo9JQRhQ/1541447653.jpg?w=800&fit=crop&auto=compress
- F75. Vista Lateral de Esfera Espacio Holístico.
Fuente: https://numundo.imgix.net/SyBQm8iKz/ryy-dwoYG/1521346600.jpg?h=300&w=300&fit=crop
- F76. Interior del Edificio Esfera.
Fuente: https://numundo.imgix.net/SyBQm8iKz/SyPbOwstf/1521346608.jpg?w=800&fit=crop&auto=compress
- F77. Vista Frontal del Edificio de Meditación de Yoga, Soukya Centro de Salud Holística.
Fuente: https://dynamic-media-cdn.tripadvisor.com/media/photo-o/10/f1/cf/30/yoga-hall.jpg?w=700&h=-1&s=1
- F78. Vista lateral del Edificio principal Soukya Centro de Salud Holística.
Fuente: https://dynamic-media-cdn.tripadvisor.com/media/photo-o/11/b1/91/74/admin-block.jpg?w=600&h=-1&s=1
- F79. Vista aérea del Edificio Soukya Centro de Salud Holística.
Fuente: https://www.magazinehorse.com/wp-content/uploads/2018/10/2-Aerial-view.jpg
- F80. Vista Frontal del Edificio Punto Zero Centro Holístico.
Fuente: https://images.adsttc.com/media/images/543e/791d/c07a/8076/2d00/02b5/medium_jpg/DioPZ003.jpg?1413380372
- F81. Vista de estructura del Edificio Punto Zero Centro Holístico.
Fuente: https://images.adsttc.com/media/images/543e/79e0/c07a/801f/e700/0308/medium_jpg/DioPZ024.jpg?1413380566
- F82. Vista lateral del Edificio Punto Zero Centro Holístico.
Fuente: https://images.adsttc.com/media/images/543e/7983/c07a/802a/6900/02cc/medium_jpg/DioPZ011.jpg?1413380472
- F83. Vista de Edificios Punto Zero Centro Holístico.
Fuente: https://images.adsttc.com/media/images/543e/7974/c07a/8076/2d00/02bc/slideshow/DioPZ010.jpg?1413380455
- F84. Planta Edificios Punto Zero Centro Holístico.
Fuente: https://images.adsttc.com/media/images/543e/790f/c07a/802a/6900/02c6/medium_jpg/DioPZp02.jpg?1413380361
- F85. Columnas de estructura Edificios Punto Zero Centro Holístico.
Fuente: https://images.adsttc.com/media/images/543e/7927/c07a/8076/2d00/02b6/slideshow/DioPZ004.jpg?1413380382
- F86. Corte Estructural Edificio Punto Zero Centro Holístico.
Fuente: https://images.adsttc.com/media/images/543e/9d28/c07a/8076/2d00/02c7/medium_jpg/DioPZ-RAAC_Escantillon.jpg?1413389596
- F87. Análisis climático Edificio Punto Zero Centro Holístico.
Fuente: https://images.adsttc.com/media/images/543e/798a/c07a/802a/6900/02cd/medium_jpg/DioPZp011.jpg?1413380484
- F88. Planta Arquitectónica Punto Zero Centro Holístico.
Fuente: https://images.adsttc.com/media/images/543e/7966/c07a/8076/2d00/02bb/medium_jpg/DioPZp07.jpg?1413380442
- F89. Cuerpo energético-Hombre
Fuente: Elaboración propia
- F90. Hipócrates.
Fuente: http://articulos.sld.cu/cimeq/files/2010/11/hipocrates-01-cg.jpg
- F91. Cuerpos integrales.
Fuente: https://www.pngegg.com/es/png-mcrwm
- F92. Medicina Alternativa
Fuente: https://www.flaticon.es/resultados?word=medicina%20alternativa&order_by=4&type=icon
- F93. Hombre que medita yoga.
Fuente: https://cdn2.actitudfem.com/media/files/images/2015/06/notaemprendedora.jpg
- F94. Imaginería.
Fuente: https://www.laurengarcia.com/wp-content/uploads/2018/09/9_opt-1-742x550.jpg
- F95. Masajes.
- Fuente: https://www.fisioterapia-online.com/sites/default/files/styles/share_image/public/image/2.jpg?itok=AATNoeV-
- F96. Musicoterapia.
- Fuente: https://stimuluspro.com/www/book/imagenes/900/musicoterapia.png
- F97. Aromaterapia.
- Fuente: https://cdn1.costatic.com/assets/img/guide_achat/articles/aromaterapia-guia-rapida-para-principiantes_263e5c1df10b-7f5b.jpg
- F98. Naturopatía.
- Fuente: https://img.saludsavia.com/wp-content/uploads/2019/05/Naturopatia.jpg
- F99. Quiropraxia.
- Fuente: https://img.saludsavia.com/wp-content/uploads/2019/07/Quiropraxia.jpg
- F100. Reiki.
- Fuente: https://eqm.es/wp-content/uploads/2018/12/reiki-1000x500.jpg
- F111. Todo lo que existe es constante y a la vez cíclico.
Fuente: https://www.psicoactiva.com/blog/consiste-la-teoria-del-yin-yang/
- F112. El ambiente.
Fuente: https://ovacen.com/decoracion-feng-shui-tips/
- F113. Relación entre los seres humanos y su entorno.
Fuente: https://lamenteesmaravillosa.com/la-teoria-de-campo-de-kurt-lewin/
- F114. Los 7 cuerpos sutiles (CHAKRAS).
Fuente: https://www.cassiel.com.mx/2015/02/cuales-son-los-cuerpos-sutiles/
- F115. El mapa de Bagua.
Fuente: https://ovacen.com/decoracion-feng-shui-tips/

- F116. Los planos de existencia.

Fuente: https://aminoapps.com/c/anime-es/page/blog/los-siete-planos-ocultos-de-la-existencia/g0KS_6uV2r032mXGzXlrK1YWkE7dxX0

- F117. Cinco elementos naturales.

Fuente: https://chikung-qigong.com/teoria-de-los-cinco-elementos/

F118. Fenómenos naturales, tanto material como energético, como instrumentos sobre todas las ramas del conocimiento.

- Fuente: https://chikung-qigong.com/teoria-de-los-cinco-elementos /
- F119. ¿Qué son las fallas geológicas?

Fuente: https://geologiaweb.com/geologia-general/fallas-geologicas/

- F120. Manifestación de Líneas Hartmann coinciden con corrientes de agua subterráneas emitiendo efectos nocivos a la salud.

Fuente: https://www.saludgeoambiental.org/lineas-hartmann

- F121. Líneas Curry generadas por la rotación de la tierra.

Fuente: https://www.bioenergetica-radiestesia.com/articulos/item/338-redes-de-hartmann-y-redes-de-curry-geopatias-geobiologia

- F122. Gráfica de alteración por corriente de aguas subterráneas.

Fuente: https://www.saludgeoambiental.org/lineas-hartmann

- F123. Gas radón emitido en viviendas por el proceso de descomposición.

Fuente: https://www.foronuclear.org/actualidad/noticias/la-upc-estudia-mejorar-la-deteccion-de-gas-radon-en-la-atmosfera-y-en-el-suelo/

- F124. Jardines Pasivos

Fuente: https://i.pinimg.com/originals/42/86/a1/4286a1a669081e-64587594bf95cc6e1d.jpg

- F125. Jardines Activos

Fuente: https://uvn-brightspot.s3.amazonaws.com/assets/vixes/imj/hogartotal/l/los-5-elementos-imprescindibles-en-tu-jardin-de-meditacion-4.jpg

- F126. Jardines Meditativos

Fuente: https://3334083.fs1.hubspotusercontent-na1.net/hub/3334083/hubfs/JardinZen1.jpg?width=1362&name=JardinZen1.jpg

- F127. Jardines Contemplativos

Fuente: http://www.contemplativegardens.com/web/wp-content/uploads/2016/09/optim-estanques1.jpg

uente: https://www.naturalesudec.cl/wp-content/uploads/2020/07/pac-

- F128. Jardines de Rehabilitación

Fuente: https://www.simbiotia.com/wp-content/uploads/disen%C-C%83o_jardines_ok.jpg

- F129. Socio Ambientales

Fuente: https://www.naturalesudec.cl/wp-content/uploads/2020/07/pacto-ambiental.jpg

- F130. Salud Mental y la salud física

Fuente: https://www.clinicabiblica.com/images/noticias/saludfm-0520.jpg

- F131. Medicina Alopática

Fuente: https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSPA-QC9zOQRjlDFzGkoipoCKSYatEtnAWePwLDH89zDSgHCc3a8Fc1sMo-NUG1Jv-vZ5aRg&usqp=CAU

- F132. Ley forestal 7575.
- Fuente: https://www.chmcostarica.go.cr/sites/default/files/2018-10/sinac.PNG
- F133. Mapa de Áreas Protegidas de Costa Rica.
- Fuente: https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd-9GcRFjmIGUpZPlxyoGCY821rRoNzQ_hIGeUxFa2TrB_aV6pN6sT3UpRpfxCR-kSnTT81GYuAk&usqp=CAU
- F134. Pulmones de bosque.

Fuente: https://i0.wp.com/www.diariosustentable.com/wp-content/uploads/2015/06/deforestacion.jpg?fit=1400%2C913&ssl=1

- F135. Logo de Minae- Ministerio del Ambiente y Energía.

Fuente: https://minae.go.cr/images/logos/logoMINAE.png

- F136. Impacto ambiental.

Fuente: https://lh3.googleusercontent.com/proxy/O7aYsyrx2GnnPPq-BEAL0UCQ065dttAByyJ2K1zg3BBV6UII6IfbLvaMmB4eo21wY9J4uWQYU-6JC9_Kskih1boh6rU_bwE0OMljIthE67JVaPtaKtbE8H2XhZCEhQ

- F137. Recursos Energéticos.

Fuente: https://geoinnova.org/wp-content/uploads/2021/08/ambiental.jpg

- F138. Actividad agropecuaria.

Fuente: https://storage.contextoganadero.com/s3fs-public/colombia/field_image/2019-02/foto_riesgos_empresa_agropecuaria-autorizada.jpg

- F139. Superficie.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/superficie_1808780?-term=superficie&page=1&position=3&page=1&position=3&related_id=1808780&origin=search

- F140. Icono Altura.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/casa_1635244?-term=altura%20edificio&page=1&position=8&page=1&position=8&related_id=1635244&origin=search

- F141. Icono Cobertura.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/superficie_4030253?-term=superficie&page=1&position=4&page=1&position=4&related_id=4030253&origin=search

- F142. Icono Área de construcción.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/edificio_4440041?-term=edificio&page=1&position=8&page=1&position=8&related_id=4440041&origin=search

- F143. Logo Reglamento de Construcciones.

Fuente: https://www.construccion.co.cr/Multimedia/Archivo/3479

- F144. Icono Barrera Cortafuego.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/cortafuegos_3855864?term=cortafuego&page=1&position=10

- F145. Icono Retiros.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/terreno_831810?term=-terreno&related_id=831810

- F146. Icono Altura.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/limite-de-altura_3020085?term=altura&page=1&position=60&page=1&position=60&related_id=3020085&origin=search

- F147. Icono Materiales.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/pared-de-ladrillo_1606317?term=materiales%20construccion&related_id=1606317

- F148. Icono Ventilación.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/2888/2888792.png

- F149. Icono de Seguridad Humana.

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/3476/premium/3476432.png?token=exp=1635746709~hmac=dc9492e45e-35fdd668e1680736b78ba5

4.8 REFERENCIAS DE FIGURAS CAPITULO 1

- F150. Icono Iluminación.

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/2625/premium/2625888.png?token=exp=1635746845~hmac=c5e7551e12e46e8068e61174f7d55d25

- F151. Icono Vestíbulo.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/964/964931.png

- F152. Icono Dormitorio.

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/2969/premium/2969262.png?token=exp=1635747015~hmac=2ed104398c8079ad1470ca8de0601d1b

- F153. Icono Alimentos.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/2871/2871658.png

- F154. Código Sísmico de Costa Rica 2010.

Fuente: https://www.codigosismico.or.cr/images/portada2010_14.jpg

- F155. Suelo arcilloso suave.

Fuente: https://thumbs.dreamstime.com/b/suelo-suave-91761995.jpg

- F156. Conexiones articuladas.

Fuente: https://image.isu.pub/140402200617-fa3b822a8740fb48ccdba34466134ae3/jpg/page_243.jpg

- F157. Fundación para casa de dos pisos.

Fuente: https://docplayer.es/docs-images/46/11081043/images/page_6.jpg

- F158. Estabilidad lateral de paredes.

Fuente: https://image.isu.pub/140402200617-fa3b822a8740fb48ccdba34466134ae3/jpg/page_309.jpg

- F159. NFPA logo.

Fuente: https://nebula.wsimg.com/fc7f1c0ef5b754735340cfe44b858130?AccessKeyId=8D2291658539B459AAB7&disposition=0&alloworigin=1

- F160. Medio de egreso NFPA 101.

Fuente: http://1.bp.blogspot.com/-26cfKKzXjD0/TuikEGzSfcI/AAAAAAAAApQ/fPYfdrw5ewg/s280/image_gallery

- F161. Corredores o pasillos de acceso a salida NFPA 101.

Fuente: https://st2.depositphotos.com/2694891/5329/i/600/depositphotos_53299539-stock-photo-building-emergency-exit.jpg

- F162. Barandas

Fuente: https://mariablender.com/wp-content/uploads/2018/08/Baranda-y-pasamanos.jpg

- F163. Zona de refugio NFPA 101.

Fuente: https://syssa.com/41023-large_default/senal-zona-de-refugio-fotoluminiscente-referencia-5101f.jpg

- F164. Ancho de puerta NFPA 101.

Fuente: https://cdn.homedepot.com.mx/productos/125926/125926-a4.jpg

- F165. Barrera contrafuego NFPA 101.

Fuente: http://www.angelbravo.es/wp-content/uploads/2017/03/Protecci%CC%81n-pasiva-contra-incendios.png

- F166. Iluminación de emergencia NFPA 101.

Fuente: https://nadinsa.com/wp-content/uploads/2021/04/Importancia-de-la-iluminacion-de-emergencia.jpg

- F167. Señalización NFPA 101.

Fuente: https://www.jyefabricantes.com/wp-content/uploads/2020/09/Senaleticas-de-evacuacion-300x259.png

- F168. Detención de alarma de incendios NFPA 101.

Fuente: https://seguridadseat.com/assets/images/iniciadores-sistema-de-deteccion-de-incendio-detector-de-humo-estacion-manual-sensores-cali-img3.webp

- F169. Extintores portátiles NFPA 101.

Fuente: http://www.protecciperu.com/wp-content/uploads/2019/02/ZZZZ-1024x682.jpg

- F170. Acabados interiores NFPA 101.

Fuente: https://img.rockwool.com/https%3A%2F%2Fbrandcommunity.rockwool.com%2Fasset%2FJ1XIvsIkYjTOjvoCHefWoQ%3Fquality%3D9?auto=format%2Ccompress&s=5a78a22ccfb719f3be6181405c1fb0c5

- F171. Acceso NFPA 101.

Fuente: https://image.geze.com/im/StageSpezial/pboxx-pixel-boxx-590910/Des

- F172. Ley 7600.

Fuente: http://1.bp.blogspot.com/__73-kwVgSW0k/SzSSRallIHI/AAAAAAAAAAU/Q3Bp9fsJBSI/w1200-h630-p-k-no-nu/alcemos+1.jpg

- F173. Símbolo ley 7600.

Fuente: https://www.cosasdeautos.com.ar/wp-content/uploads/2010/09/auto-discapacitado-2.jpg

- F174. Altura de ventanas 7600.

Fuente: https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSW-Da0VKG-q27tUbwe2f2yU-AEVov9fOAHShhKyWUVgcv_bwZnzcdCsuClcC-TTRQQjbCZU&usqp=CAU

- F175. Paso peatonal 7600.

Fuente: https://pbs.twimg.com/media/ESiv9wVXgAAKxBt.jpg

- F176. Pendientes 7600.

Fuente: https://i.pinimg.com/474x/9b/7b/57/9b7b5743e9a-13b97146e0b5dfd8c7c13.jpg

- F177. Aceras 7600.

Fuente: https://moravia.go.cr/wp-content/uploads/2020/09/aceraspar-que2.jpg

- F178. Rampas en aceras 7600.

Fuente: https://www.panamaon.com/m/p/770x410/media/files/33604-media.jpg

- F179. Escaleras 7600.

Fuente: https://docplayer.es/docs-images/77/74858586/images/172-0.jpg

- F180. Ancho de pasillos 7600.

Fuente: https://accesibilizate.files.wordpress.com/2015/12/pasadizos.png

- F181. Estacionamientos reservados 7600.

Fuente: https://www.serigraficos.com/sites/default/files/AM-01-1159.png

- F182. Características de estacionamientos reservados 7600.

Fuente: https://cloudfront-us-east-1.images.arcpublishing.com/gruponacion/J7IHZAYCSJAPLEXHNAFOMH2S24.jpg

- F183. Inodoros, duchas y accesorios 7600.

Fuente: https://docplayer.es/docs-images/77/74858586/images/165-0.jpg

- F184. Cuarto de baño 7600.

Fuente: https://i.pinimg.com/originals/86/f6/65/86f665784158e-4581f253f56ff3def49.jpg

- F185. Lavatorio 7600.

Fuente: http://biblus.accasoftware.com/es/wp-content/uploads/sites/3/2018/09/Ba%C3%B1o-para-discapacitados-Normativa-Espa%C3%B1ola-Secci%C3%B3n-A-A-Edificius.jpg

- F186. Ducha 7600.

Fuente: https://i.pinimg.com/474x/fc/2b/b6/fc2bb64c3f6ef0ab1ef6b-08883231d5a--cou-barcelona.jpg

- F187. Área de reflexion.

Fuente: https://i2.wp.com/thehappening.com/wp-content/uploads/2016/10/meditacion-6.jpg?resize=1024%2C694&ssl=1

- F188. Espacio de Introspección.

Fuente: https://origenad.com.mx/wp-content/uploads/2020/04/Arquitectura-Introspectiva.jpg

- F189. Área de Nutrición.

Fuente: https://images.adsttc.com/media/images/5726/c506/e58e/ce72/4600/005f/slideshow/CORO_FIELD-33.jpg?1462158564

- F190. Área Natural.

Fuente: https://images.adsttc.com/media/images/5c9e/1d4e/284d/d1aa/5100/00e1/large_jpg/573A1434.jpg?1553866050

- F191. Área de Habitación.

Fuente: http://www.sheltercarpas.com/wp-content/uploads/2020/02/glamping-glass-dome-house-luxury-camping-resort-project-dome-igloo-safari-lodge-tents-12.jpg

- F192. Espacio de Sanación.

Fuente: https://www.lacuisineinternational.com/wp-content/uploads/2018/07/2-5-700x494.jpg

ICONOS

- Icono 1. Icono de Alergias

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/1581/1581820.png

- Icono 2. Icono de Mareos

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/2727/2727727.png

- Icono 3. Icono cambio de humor

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/3680/premium/3680249.png?token=exp=1635830051~hmac=a2995f52bcd-6b3f317b1c958a006cb9a

- Icono 4 Icono de problema estomacal

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/10/10665.png

- Icono 5. Icono Mujer entre árbol y raíces.

Fuente: Elaboración propia.

- Icono 6. Icono de Medicina Natural

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/4857/premium/4857296.png?token=exp=1635831318~hmac=a733705bd6a-50b07a9959441d40f62b2

- Icono 7. Icono de Bienestar Social

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/921/921356.png

- Icono 8. Icono de Salud mental

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/4661/4661730.png

- Icono 9. Icono de Desarrollo cultural

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/4127/premium/4127193.png?token=exp=1635831596~hmac=5fc85dca98a-09bee5311aba63d2c8c72

- Icono 10. Icono de Desarrollo Turístico

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/854/854894.png

- Icono 11. Icono Localizacion mundial

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/921/921475.png

- Icono 12. Icono Mapa de Costa Rica.

Fuente: Elaboración Propia.

- Icono 13. Icono de Ubicación.

Fuente: Elaboración propia.

- Icono 14. Icono de Delimitación Social.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/921/921305.png

- Icono 15. Icono de Delimitación Física.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/52/52177.png

4.8 REFERENCIAS DE FIGURAS CAPITULO 1

- Icono 16. Icono de Delimitación Disciplinaria.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/1283/1283342.png

- Icono 17. Icono de Objetivo.

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/3138/premium/3138297.png?token=exp=1635836021~hmac=fa6d1fede850ccacb37ca7a7c-bb59719

- Icono 18. Icono de Espíritu.

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/2773/premium/2773121.png?token=exp=1635836111~hmac=bd60573a0b425a6d-357fe9b360122914

- Icono 19. Icono de topografía.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/992/992325.png

- Icono 20. Icono hombre Vitruvio.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/arquitecto_3438161?-term=arquitecto&page=1&position=2&page=1&position=2&rela-ted_id=3438161&origin=search

- Icono 21. Icono de tiempo.

Fuente: Elaboración propia.

- Icono 22. Arquitecto

Fuente: https://www.flaticon.es

- Icono 23. Ubicación

Fuente: https://www.flaticon.es

- Icono 24. Calendario

Fuente: https://www.flaticon.es

- Icono 25. Tipo de Construcción

Fuente: https://www.flaticon.es

- Icono 26. Metros Cuadrados de Construcción

Fuente: https://www.flaticon.es

- Icono 27. Solución Pasiva

Fuente: https://www.flaticon.es

- Icono 28. Salud

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/cuidado-de-la-salu-d_2966470?related_id=2966470

- Icono 29. Salud física.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/ergonomico_3339033?-term=salud%20fisica&page=1&position=35&page=1&posi-tion=35&related_id=3339033&origin=search

- Icono 30. Icono de reciclaje

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/46/46080.png

- Icono 31. Icono biológico

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/4088/4088566.png

- Icono 32. Icono de mente

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/2491/2491413.png

- Icono 33. Icono socioeconómico

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/5462/premium/5462664.png?token=exp=1635829667~hmac=45b46519f25258efb565ea-fb06559d61

- Icono 34. Medicina Alternativa

Fuente: https://www.flaticon.es/resultados?word=medicina%20alterna-tiva&order_by=4&type=icon

- Icono 35. Salud Somática

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/3503/premium/3503378.png?token=exp=1658921197~hmac=e1bcdfcafb9e7254c1924d-85961f49b8

- Icono 36. Salud Psíquica

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/3367/premium/3367702.png?token=exp=1658922385~hmac=59e4d0de9d6fa13f1e-346f3f83bd9824

- Icono 37. Salud Social

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/3007/premium/3007630.png?token=exp=1658921278~hmac=9dc5b707340650422cbaeb0f72e-dc79e

- Icono 38. Salud Ecológica

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/4576/4576656.png

- Icono 39. Salud Espiritual.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/1986/1986353.png

- Icono 40. Salud Oriental.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/meditacion_3048332

- Icono 41. Conexión Universal

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/meditacion_1430044?ter-m=espirituales&related_id=1430044

- Icono 41. Salud Holística.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/hombre-de-vitru-vio_1474435?related_id=1474435

- Icono 43. Salud Holística.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/hombre-de-vitru-vio_1474435?related_id=1474435

- Icono44: Arquitectura Holística.

Fuente: https://www.flaticon.com/free-icon/chinese-temple_2412122?re-lated_id=2412144&origin=search

- Icono45: Arquitectura Holística.

Fuente: https://www.flaticon.com/premium-icon/lotus-temple_2046549?-term=temple&related_id=2046549

- Icono 46: Feng shui.

Fuente: https://www.flaticon.com/free-icon/fengshui_6564262?term=-feng%20shui&page=1&position=70&page=1&position=70&related_id=6564262&origin=search

- Icono 47. Orientación de elementos

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/orientacion_2998900?-term=orientacion&related_id=2998900

- Icono 48. Equilibrio Natural

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/equilibrio_6503031?ter-m=equilibrio%20naturaleza&page=1&position=15&page=1&posi-tion=15&related_id=6503031&origin=search

- Icono 49. Cinco elementos

Fuente: https://www.flaticon.com/premium-icon/energy_4856681?ter-m=energy%20flow&page=1&position=8&page=1&position=8&rela-ted_id=4856681&origin=search

- Icono 50. Flujo de energía.

Fuente: https://www.flaticon.com/premium-icon/air-flow_5753100?ter-m=wind%20flow&page=1&position=63&page=1&position=63&rela-ted_id=5753100&origin=search

- Icono 51. Libre de obstáculos

Fuente: https://www.flaticon.com/premium-icon/maze_1063139?ter-m=free%20way&page=1&position=26&page=1&position=26&rela-ted_id=1063139&origin=search

- Icono 52. Orden

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/escritorio_3535598?re-lated_id=3535598&origin=search

- Icono 53. Luz natural

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/luz-de-ahorro-de-energia_3993443?term=luz&related_id=3993443

- Icono 54. Mundo Magnético.

Fuente: https://www.flaticon.com/free-icon/magnetic-field_3382576?term=magnetic%20world&related_id=3382576

- Icono 55. Químico

Fuente: https://www.flaticon.es/resultados?word=mundo%20quimico&order_by=4&type=icon

- Icono 56. Mundo Físico

Fuente: https://www.flaticon.es/resultados?word=mundo%20fisico&order_by=4&type=icon

- Icono 57. Energético.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/6747/6747189.png

- Icono 58. Geofísico

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/geofisica_6813622?term=geofisico&page=1&position=12

- Icono 59. Fallas Geológicas.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/capas_3269372?related_id=3269372

- Icono 60. Líneas Hartmann

Fuente: https://www.flaticon.com/premium-icon/grid_4215702?term=grid&page=1&position=52&page=1&position=52&related_id=4215702&origin=search

- Icono 61. Líneas Curry.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/campo-magnetico_4396480?term=campo%20magnetico&related_id=4396480

- Icono 62. Aguas subterráneas.

Fuente: Iconos vectoriales y stickers - PNG, SVG, EPS, PSD y CSS (flaticon.es)

- Icono 63. Gas radón.

Fuente: https://www.flaticon.com/free-icon/biohazard_4357213?related_id=4357213

- Icono 64. Musicoterapia

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/9424/9424316.png

- Icono 65. Tipos de Musicoterapia.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/1662/1662857.png

- Icono 66. Aromaterapia

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/7028/7028589.png

- Icono 67. Tratamiento de Aromaterapia

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/5863/5863257.png

- Icono 68. Colores Flor de Vida.

Fuente: http://1.bp.blogspot.com/-znlpDUr1Pbc/VR1Rybn1KkI/AAAAAAAAAV4/KfZojQzSK04/s1600/colores.jpg

- Icono 69. Colores Fríos y Cálidos

Fuente: Elaboración Propia

- Icono 70. Jardines Terapéuticos

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/3296/3296903.png

- Icono 71. Centro Holístico

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/1544/1544091.png

- Icono 72. Espacio Espiritual

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/3578/3578077.png

- Icono 72. Icono Diseño.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/2789/2789625.png

- Icono 73. Icono Estudio.

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/3568/premium/3568113.png?token=exp=1635826677~hmac=30637f66685fdf0717bc70c02f5b1aa4

- Icono 74. Icono de Métodos.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/3079/3079023.png

- Icono 75. Icono Identificar.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/5360/5360934.png

- Icono 76. Icono Analizar.

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/1401/1401911.png

- Icono 77. Icono de Diseñar.

Fuente: https://cdn-icons.flaticon.com/png/512/1796/premium/1796673.png?token=exp=1635828328~hmac=3bee06caa27896214d920d3d28ee783e

GRAFICO

- Gráfica 1. Gráfica de Porcentaje de Estrés

Fuente: Elaboración Propia.

- F193. Mujer meditando
Fuente: https://lamenteesmaravillosa.com/wp-content/uploads/2017/09/mujer-haciendo-mindfulness.jpg
- F194. Clase de yoga
Fuente: https://www.superprof.es/blog/wp-content/uploads/2021/09/formacion-pilates-precio-700x465.jpg.webp
- F195. Conjunto de Actividades
Fuente: Elaboración Propia
- F196. Consultorios médicos
Fuente: https://www.blogicasa.com/wp-content/uploads/2012/04/consultorios-medicos6.webp
- F197. Áreas de Terapia
Fuente: https://tabasco.gob.mx/sites/default/files/styles/noticias_interior/public/2019-09/HOSPITAL%20SALUD%20MENTAL%20%282%29.JPG?itok=uNxD0VhL
- F198. Áreas Exteriores
Fuente: https://www.viviendasaludable.es/wp-content/uploads/2013/04/aprovechar-los-espacios-exteriores-2-700x466.jpg
- F199. Talleres
Fuente: https://media.elmostrador.cl/2023/01/Foto-Taller-700x466.jpeg
- F200. Áreas Recreacionales
Fuente: https://www.arabakomendialdea.eus/wp-content/uploads/2020/05/parque-natural-izki-corres.jpg
- F201. Terapia regresiva
Fuente: https://www.saludterapia.com/glosario/d/109-terapiaregresiva.html
- F202. Hipnoterapia
Fuente: https://www.saludterapia.com/glosario/d/41-hipnosisericksonia-na.html
- F203. Neuropsicologia.
Fuente: https://www.saludterapia.com/glosario/d/73-neuropsicologia.html
- F204. Psicología
Fuente: https://www.saludterapia.com/glosario/d/87-psicoterapia.html
- F205. Risoterapia
Fuente: https://www.saludterapia.com/glosario/d/98-risoterapia.html
- F206. Musicoterapia
Fuente: https://www.saludterapia.com/glosario/d/71-musicoterapia.html
- F207. Arteterapia
Fuente: https://www.saludterapia.com/glosario/d/6-arteterapia.html
- F208. Taichi
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/taichi/taichi.jpg
- F209. Yoga
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/yoga/xyoga.jpg.pagespeed.ic.gTXgBYExrv.webp
- F210. Meditaciones guiadas
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/meditacion/meditacion.jpg
- F211. Biodanza
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/biodanza/biodanza.jpg
- F212. Liberación somato emocional
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/lse/lse.jpg
- F213. Mindfullness
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/mindfulness/mindfulness.jpg
- F214. Rebirthing
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/rebirthing/rebirthing.jpg
- F215. Magno terapia
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/magnetoterapia/magnetoterapia.jpg
- F216. Biorresonancia
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/biorresonancia/biorresonancia.jpg
- F217. Cromoterapia
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/cromoterapia/cromoterapia.jpg
- F218. Sonoterapia
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/sonoterapia/sonoterapia.jpg
- F219. Trabajo Equilibrado
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/emf/emf.jpg
- F220. Equilibrio de Chakras
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/chakras/chakras.jpg
- F221. Fototerapia
Fuente: https://netmd.org/images/fototerapia.jpg
- F222. Kinesiología
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/kinesiologia/kinesiologia.jpg
- F223. Osteopatía
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/osteopatia/osteopatia.jpg
- F224. Masajes terapéuticos
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/masaje-relajante/xmasaje-relajante.jpg.pagespeed.ic.3X9hTla7YJ.webp
- F225. Quiropraxia
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/quiropractica/quiropractica.jpg
- F226. Cupping
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/cupping/cupping.jpg
- F227. Masaje geotermal
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/masaje-geotermal/masaje-geotermal.jpg
- F228. Acupuntura
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/acupuntura/acupuntura.jpg
- F229. Fisioterapia
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/fisioterapia/fisioterapia.jpg
- F230. Digitopuntura
Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/digitopuntura/digitopuntura.jpg

4.8 REFERENCIAS DE FIGURAS CAPITULO 2

- F231. Watsu

Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/watsu/watsu.jpg

- F232. Aromaterapia

Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/aromaterapia/aromaterapia.jpg

- F233. Fitoterapia

Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/fitoterapia/xfitoterapia.jpg.pagespeed.ic._k-muS4Ekx.webp

- F234. Flores de Bach

Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/flores-bach/xflores-bach.jpg.pagespeed.ic.5-t98XutzG.webp

- F235. Naturopatía

Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/naturopatia/naturopatia.jpg

- F236. Nutrición

Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/nutricion/nutricion.jpg

- F237. Oligoterapia

Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/oligoterapia/oligoterapia.jpg

- F238. Ayurveda

Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/ayurveda/ayurveda.jpg

- F239. Feng Shui

Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/fengshui/feng-shui.jpg

- F240. Ecoterapia

Fuente: https://t2.ev.ltmcdn.com/es/posts/0/8/9/ecoterapia_que_es_beneficios_y_tecnicas_1980_600.jpg

- F241. Consultoría Chamánica

Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/chamanismo/consultoria-chamanica.jpg

- F242. Coaching

Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/coaching/coaching.jpguente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/terapiaconanimales/zooterapia.jpg

- F243. Terapia con animales

Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/terapiaconanimales/zooterapia.jpg

- F244. Estimulación precoz

Fuente: https://www.saludterapia.com/images/saludterapia/glosario/estimulacion-precoz/estimulacion-precoz.jpg

- F245. Necesidades espaciales

Fuente: Elaboración propia

- F246. Atencion al usuario

Fuente: https://retos-operaciones-logistica.eae.es/wp-content/uploads/2018/08/agente-de-ventas-600x400.jpg

- F247. Habitaciones

Fuente: https://images.hola.com/imagenes/decoracion/20171219103515/decoracion-oriental-dormitorio-hk/0-519-113/decoracion-dormitorios-t.jpg

- F248. Zonas de nutrición

Fuente: https://media.istockphoto.com/id/1316646389/es/foto/diet%-C3%B3loga-profesional-tomando-la-historia-cl%C3%ADnica-de-su-cliente-antes-de-comenzar-con-la.jpg?s=612x612&w=0&k=20&c=cKSl-J3ozz0Js9DQ8rDwPQOloxK4dBsesr0zvt8oPwfA=

- F249. Zonas de Tratamientos

Fuente: https://www.medicinaesteticacrp.pe/wp-content/uploads/2019/03/zona-tratamieto-1-1.jpg

- F250. Zonas de Crecimiento Personal

Fuente: https://cdn.euroinnova.edu.es/img/subidasEditor/copia%20de%20sin%20t%C3%ADtulo%20(76)-1631365182.webp

- F251. Zonas Naturales

Fuente:https://cdn.euroinnova.edu.es/img/subidasEditor/copia%20de%20sin%20t%C3%ADtulo%20(76)-1631365182.webp

- F252. Zonas de Soporte Asistencial

Fuente: http://observatoriodenoticias.redue-alcue.org/wp-content/uploads/2019/06/costa_r-696x445.jpg

- F253. Zonas de Servicio de Mantenimientos

Fuente: https://blog.prodware.es/wp-content/uploads/2017/02/ebook-field-service.jpg

- F254. Atencion al Usuario

Fuente: https://retos-operaciones-logistica.eae.es/wp-content/uploads/2018/08/agente-de-ventas-600x400.jpg

- F255. Habitaciones

Fuente: https://images.hola.com/imagenes/decoracion/20171219103515/decoracion-oriental-dormitorio-hk/0-519-113/decoracion-dormitorios-t.jpg

- F2536. Oficina de Administración

Fuente: http://estudioportico.cl/im/oficinas/Original%20Files/4oficinas%20administracion.jpg

- F257. Servicios Sanitarios de Lujo

Fuente: https://www.comercialdona.com/wp-content/uploads/2022/11/limpieza-bano-publico-scaled.jpg

- F258. Cubículos de Nutrición Clínica

Fuente: https://laboratorios.iteso.mx/wp-content/uploads/sites/3/2021/03/DPES_Consultorio.jpg

- F259. Preparación de Alimentos

Fuente: https://www.clinicabiblica.com/images/galerias/nut2021/nut2021-02.jpg

- F260. Camillas y equipos de terapia física

Fuente: https://www.hcmarbella.com/wp-content/uploads/2022/07/sala-fisioterapia-2-1400x700.jpg

- F261.Cuartos de terapia física, material e instrumentos

Fuente: https://www.cronoshare.com/blog/wp-content/uploads/2017/02/abrir-una-cl%C3%ADnica-de-fisioterapia3.png

- F262.Consultorio psicológico

Fuente: https://i.pinimg.com/550x/c1/1e/aa/c11eaa946097fceb-09c32506e83ddc4c.jpg

- F263.Consultorio de Medicina Integrativa

Fuente:https://static.wixstatic.com/media/7869d1_4c66f8b601ed47e-db61c288fcaaabec7~mv2.jpg/v1/fit/w_1000%2Ch_647%2Cal_c%-2Cq_80/file.jpg

- F264.Terapia complementaria

Fuente: https://i.pinimg.com/originals/82/82/0e/82820ea-51da505aec7385cc67b10e36f.jpg

- F265.Kinesis

Fuente:https://us.123rf.com/450wm/bialasiewicz/bialasiewicz1905/bialasiewicz190500284/bialasiewicz190500284.jpg?ver=6

- F266.Terapia ocupacional
Fuente: https://media.licdn.com/dms/image/C5622AQE5TdbCzSdTlQ/feedshare-shrink_800/0/1619275692851?e=2147483647&v=beta&t=EhDYJ4MK9oLJPaRI4BHHgIVsHrIcb8ZmrM3k7pQKbb0
- F267.Consultorio de Depuración
Fuente:https://i.pinimg.com/originals/a1/ae/29/a1ae296603e2ce009a17cc4e4a326c32.jpg
- F268.Equilibrio
Fuente:https://i.pinimg.com/474x/4f/6a/84/4f6a84d0d4042b34659e9068e12995b7.jpg
- F269.Liberación
Fuente:https://www.arquitecturaydiseno.es/medio/2019/07/31/luum-temple-de-co-lab-design-office_fda33e12_1500x998.jpg

ICONOS

- Icono 78. Nacional
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/5472/5472638.png
- Icono 79. Internacional
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/4499/4499620.png
- Icono 80. Estudiante
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/1057/1057593.png
- Icono 81. Visitante
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/8053/8053083.png
- Icono 82. Terapia
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/1057/1057643.png
- Icono 83. Naturópatas
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/2925/2925306.png
- Icono 84. Neural
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/9445/9445715.png
- Icono 85. Chaman
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/6794/6794293.png
- Icono 86. Médicos generales
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/9331/9331592.png
- Icono 87. Psicólogo
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/9537/9537381.png
- Icono 88. Fisioterapia
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/5150/5150278.png
- Icono 89. Gastronomía
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/5156/5156310.png
- Icono 90. Comunidad
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/5156/5156310.png
- Icono 91. Familias
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/5130/5130018.png
- Icono 92. Emprendedores
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/4406/4406551.png
- Icono 93. Sanadores
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/3845/3845646.png
- Icono 94. Recepción
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/1057/1057629.png
- Icono 95. Administración
Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/1647/1647564.png

- Icono 96. Seguridad

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/1432/1432535.png

- Icono 97. Aseo y limpieza

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/8150/8150841.png

- Icono 98. Poses de yoga

Fuente: Elaboración Propia

- Icono 99. Kinesis

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/3938/3938598.png

- Icono 100. Estimulación

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/7426/7426856.png

- Icono 101. Depuración

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/1997/1997086.png

- Icono 102. Equilibrio

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/4501/4501068.png

- Icono 103. Liberación

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/3230/3230431.png

4.8 REFERENCIAS DE FIGURAS CAPITULO 3

- F270. Planta de Conjunto 3D

Fuente: Elaboración propia

- F271. Fotografía-Suelo del Sector de Estudio #1

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F272. Fotografía-Suelo del Sector de Estudio #2

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F273. Fotografía-Suelo del Sector de Estudio #2

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F273. Fotografía-Suelo del Sector de Estudio #2

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F273. Encepado sobre pilotes

Fuente: https://arqaldetalle.com/wp-content/uploads/2019/05/A-3.2-detalle.jpg

- F274. Losa de cimentación

Fuente: https://i0.wp.com/losalbaniles.com/wp-content/uploads/2020/09/cimientacio%CC%81n-1.png?resize=640%2C228&ssl=1

- F276. Estudio de Cuencas Hidrográficas de Costa Rica

Fuente: http://cglobal.imn.ac.cr/documentos/publicaciones/EstudioCuencas/EstudioCuencasHidrograficasCR.pdf

- F277. Hidrografía de la cuenca del Río Térraba.

Fuente: http://cglobal.imn.ac.cr/documentos/publicaciones/EstudioCuencas/EstudioCuencasHidrograficasCR.pdf

- F278. Fotografía-Bosque interno

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F279. Fotografía-Vista al Norte

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F280. Fotografía-Iglesia de Veraguas

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F281. Plaza de Deportes de Boruca

Fuente: https://tinyurl.com/4h4r7r46

- F282. Fotografía-Flaco's Bar

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F283. Fotografía-Salón Comunal

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F284. Fotografía-Escuela de Veraguas

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F285. Fotografía- Calle de Servidumbre Buena Fé

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F286. Fotografía- Calle de Lastre hacia el pueblo Alto de Veraguas

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F287. Fotografía- Vivienda Unifamiliar Un Piso

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F288. Fotografía- Vivienda Unifamiliar Dos Pisos

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F289. Fotografía- Salón

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F290. Material madera

Fuente: https://images.pexels.com/photos/129733/pexels-photo-129733.jpeg?auto=compress&cs=tinysrgb&dpr=1&w=500

- F291. Material Concreto.

Fuente: https://thumbs.dreamstime.com/b/textura-agrietada-del-cemento-viejo-fondo-concreto-123037277.jpg

- F292. Material Vidrio

Fuente: https://cdn1.tecnicglass.com/wp-content/uploads/2020/03/calcular-peso-vidrio.jpg

- F293. Material Metal (Zinc)

Fuente: https://dipacmanta.com/wp-content/uploads/2021/12/products-zinc.jpg

- F294. Fotografía- Servicio Publico Cable Claro

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F295. Fotografía- Servicio Público Cable

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F296. Fotografía- Servicio Público de Electricidad Escuela

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F297. Fotografía 1- Tanques de Recolección de Agua.

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F298. Fotografía 2- Tanques de Recolección de Agua.

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F299. Fotografía- Rancho

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F290. Material madera

Fuente: https://images.pexels.com/photos/129733/pexels-photo-129733.jpeg?auto=compress&cs=tinysrgb&dpr=1&w=500

- F291. Material Concreto.

Fuente: https://thumbs.dreamstime.com/b/textura-agrietada-del-cemento-viejo-fondo-concreto-123037277.jpg

- F292. Material Vidrio

Fuente: https://cdn1.tecnicglass.com/wp-content/uploads/2020/03/calcular-peso-vidrio.jpg

- F293. Material Metal (Zinc)

Fuente: https://dipacmanta.com/wp-content/uploads/2021/12/products-zinc.jpg

- F294. Fotografía- Servicio Publico Cable Claro

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F295. Fotografía- Servicio Público Cable

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F296. Fotografía- Servicio Público de Electricidad Escuela

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F297. Fotografía 1- Tanques de Recolección de Agua.

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F298. Fotografía 2- Tanques de Recolección de Agua.

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F299. Fotografía- Rancho

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F310. Cedro maría (Calophyllum brasiliensis)

Fuente: https://static.wikia.nocookie.net/ticospedia/images/5/5a/Calophyllum_brasiliense_DSC_0199.jpg/revision/latest/scale-to-width-down/250?cb=20101020144112&path-prefix=es

- F311. vochysia ferruginea (Botarrama)

Fuente: https://JAecosistemasdecostarica.blogspot.com/2011/08/bosque-tropical-humedo.html

- F312. Terminalia Amazonia (Roble Coral)

Fuente: https://ecosistemasdecostarica.blogspot.com/2011/08/bosque-tropical-humedo.html

- F313. Carapa Guianensis (Caobilla)

Fuente: https://ecosistemasdecostarica.blogspot.com/2011/08/bosque-tropical-humedo.html

- F314. Cordia Alliodora(Laurel)

Fuente: https://ecosistemasdecostarica.blogspot.com/2011/08/bosque-tropical-humedo.html

- F315. Fruta Dorada (Virola koschnyi)

Fuente: https://ecosdelbosque.com/sites/default/files/styles/specie_slider/public/2021-08/virola_koschnyi_12.jpg?itok=GLMPiGIg

- F316. Musgos

Fuente: https://thumbs.dreamstime.com/b/%C3%A1rbol-con-el-musgo-ecoturismo-turismo-ecol%C3%B3gico-en-costa-rica-125778501.jpg

- F317. Bromelias

Fuente: http://www.jbl.ucr.ac.cr/sites/default/files/styles/crop_4-3/public/multimedia/bromelias.jpg?itok=9N-uQz_9

- F318. Liquenes

Fuente: https://www.museocostarica.go.cr/wp-content/uploads/articulos_educativos/historia_natural/liquenes/6-sticta-ferax.jpg

- F319.Orquídeas

Fuente: https://dam.ngenespanol.com/wp-content/uploads/2019/11/orrquiedea.jpg

- F320. Palmera

Fuente: https://pin.it/zBUvWO6

- F321. Jacaranda

Fuente: https://ecosdelbosque.com/plantas/jacaranda-copaia

- F322. Árbol de Santa María

Fuente: https://es.wikipedia.org/wiki/Calophyllum_brasiliense#/media/Archivo:Cabareubao.JPG

- F323. Targuí

Fuente: https://es-es.facebook.com/dr.arbol/posts/2289117981363072/

- F324. Salvio Lechoso

Fuente: https://costarica.inaturalist.org/observations/57863834

- F325. Gallinazo

Fuente: https://www.researchgate.net/figure/Figura-7-Albizia-niopoides-gallinazo-conteniendo-un-nido-de-Jabiru-cerca-de-la_fig5_270570591

- F326. Cristóbal

Fuente: https://es.wikipedia.org/wiki/Platymiscium_dimorphandrum

- F327. Guanacaste

Fuente: https://www.nacion.com/ciencia/medio-ambiente/guanacaste-e-higueron-arboles-muy-distintos-pero/BK35OBNIOZHSPA5H372D4S-4NM4/story/

- F328. Llama Del Bosque

Fuente: https://www.costaricagardens.com/cat%C3%A1logo-de-%C3%81rboles-y-plantas/llama-del-bosque

- F329.Guachipelín

Fuente: https://es.wikipedia.org/wiki/Enterolobium_cyclocarpum#/media/Archivo:%C3%81rbol_de_Guancaste.jpg

- F330.Botarrama

Fuente: https://ecosdelbosque.com/plantas/vochysia-ferruginea

- F331.Pavillo

Fuente:https://plantidtools.fieldmuseum.org/es/nlp/catalogue/4096307

- F332. Árbol De Limón

Fuente: https://pin.it/p6ygGVM

- F333. Árbol De Naranja

Fuente: https://pin.it/5wZY1TS

- F334. Árbol De Mango

Fuente: https://pin.it/2MvjpHp

- F335. Basilisco Verde (Basiliscus plumifrons)

Fuente:http://www.ecoregistros.org/site/images/dataimages/2014/08/08/58429/DSC09617-ER.JPG

- F336. Iguana Verde (Iguana Iguana)

Fuente: https://i0.wp.com/montesdeoro.go.cr/wp-content/uploads/2021/06/iguana_01.jpg?ssl=1

- F337. Perezoso De Dos Dedos (Choloepus Hoffmanni)

Fuente: https://inaturalist-open-data.s3.amazonaws.com/photos/12743519/large.jpeg

- F338. Perezoso De Tres Dedos (Bradypus Variegatus)

Fuente: https://static.scientificamerican.com/espanol/cache/file/FAF9814B-AE9B-4968-A03F80D6B5CBD8F3_source.jpg

- F339. Rana De Ojos Rojos (Agalychnis Callidryas)

Fuente: https://misanimales.com/wp-content/uploads/2021/10/rana-ojos-rojos-hoja-640x800.jpg

- F340. Mono Aullador (Alouatta Palliata)

Fuente: https://2.bp.blogspot.com/-I4tgG4pI9vk/TkLUz-kf76I/AAAAAAAADJ0/WJZDSr7elIc/s1600/Aloua%252Bseniculus.jpg

- F341. Coatí (Nasua Narica)

Fuente: https://inaturalist-open-data.s3.amazonaws.com/photos/62190052/original.jpeg

- F342. Coatí (Nasua Narica)

Fuente: https://inaturalist-open-data.s3.amazonaws.com/photos/62190052/original.jpeg

- F343. Jaguar (Panthera Onca)

Fuente: https://2.bp.blogspot.com/-elLiQo1RdDg/W2dsFdS8YWI/AAAAAAAAU7c/X50goF8jmtM5XgIqDiVPvHdjSiOkeWXyACLcBGAs/s1600/PANTHERA%2BONCA.jpg

- F344. Jaguarundi (Puma Yagouaroundi)

Fuente: https://2.bp.blogspot.com/-ZN7TliWzv4A/W2CxLHMQKVI/AAAAAAAAU3o/GCTWg4-tyCk3mrCsVd-H0MFxTy5ZIVQEACLcBGAs/s1600/PUMA%2BYAGOUAROUNDI.jpg

- F345. Caucel (Leopardus Wiedii)

Fuente: https://2.bp.blogspot.com/-e26DEyo5YmM/W1pLwRc4coI/AAAAAAAAUyk/9WRoqTKzy8cfcDpK5qZ5wBLyUkBMmDSMACLcBGAs/w1200-h630-p-k-no-nu/LEOPARDUS%2BWIEDII.jpg

- F346. Ocelote (Leopardus Pardalis)

Fuente: https://2.bp.blogspot.com/-homW5Nh7ZVk/TkLV3SlYs0I/AAAAAAAADJ4/1mKEaThoxdw/s320/ocelot1.jpg

- F347. Venado

Fuente: https://www.muniliberia.go.cr/muni/std/118/el-venado-de-cola-blanca

- F348. Saíno

Fuente: https://costarica.inaturalist.org/photos/30987966

- F349. Cherenga O Guatusa

Fuente: https://www.museocostarica.go.cr/divulgacion/articulos-educativos/mamiferos-de-la-selva/

- F350. Pizote

Fuente: https://ecosistemasdecostarica.blogspot.com/2016/08/nasua-carica.html

- F351. Mapache

Fuente: https://ecosistemasdecostarica.blogspot.com/search?q=MAPACHE

- F352. Terciopelo

Fuente: https://elnortehoycr.com/2019/12/26/la-terciopelo-serpiente-que-mas-mordeduras-causa-puede-llegar-a-tener-90-crias/

- F353. Danta

Fuente: https://ecosistemasdecostarica.blogspot.com/search?q=DANTA

- F354. Lapa Roja

Fuente: https://ecosistemasdecostarica.blogspot.com/2019/03/agradecimientos.html

- F355. Fotografía 1- Vista al Norte

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F356. Fotografía 2- Vista al Norte

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F357. Fotografía 3- Vista al Norte

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F358. Fotografía- Vista al Este

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F359. Fotografía- Vista al Sur

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F360. Fotografía - Vista al Oeste

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F361. Fotografía 2 - Vista al Oeste

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F362. Fotografía 4 - Vista al Norte

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F363. Fotografía - Vista al Bosque Interno

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F364. Fotografía 2- Vista al Bosque Interno

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F365. Fotografía - Vista Quebrada

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F366. Fotografía - Vista Interna

Fuente: Propia. Levantamiento de Sitio.

- F367. Voladizos

Fuente: Elaboración Propia

- F368. Parasoles

Fuente: Elaboración Propia

- F369. Ventilación Cruzada

Fuente: Elaboración Propia

- F370. Generación de Frescura

Fuente: Elaboración Propia

- F371. Manipulación de Vientos

Fuente: Elaboración Propia

- F372. Vientos por Debajo de Estructura Elevada

Fuente: Elaboración Propia

- F373. Factor Sol- Ganancia Directa

Fuente: Elaboración Propia

- F374. Factor Sol- Muro de Acumulación No Ventilado

Fuent e Energía

Fuente: Elaboración Propia

- F375. Factor Sol- Muro de Acumulación Ventilado

Fuente: Elaboración Propia

- F376. Factor Sol- Vidrios Aislantes

Fuente: Elaboración Propia

- F377. Factor Sol- Captación Solar

Fuente: Elaboración Propia

- F378. Factor Sol- Acumulación de Energía

Fuente: Elaboración Propia

ICONOS

- Icono 104. Icono norte

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/norte_1321789

- Icono 105. Icono Vehículo

Fuente: https://www.flaticon.es

- Icono 106. Icono carro de carga

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/camioneta_4451165?-term=carga&page=1&position=27&page=1&position=27&related_id=4451165&origin=search

- Icono 107. Icono moto.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/moto_2578435?term=moto&page=1&position=75&page=1&position=75&related_id=2578435&origin=search

- Icono 108. Icono Bicileta

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/bicicleta_565350?term=bicicleta&page=1&position=1&page=1&position=1&related_id=565350&origin=search

- Icono 109. Icono persona caminando.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/hombre-caminando_6098913?term=caminando&page=1&position=1&page=1&position=1&related_id=6098913&origin=search

- Icono 105. Icono carro

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/coche_3202926?term=carro&page=1&position=11&page=1&position=11&related_id=3202926&origin=search

- Icono 110. Internet y cable

Fuente: https://www.flaticon.com/premium-icon/internet_3988073?term=internet%20cable&page=1&position=7&page=1&position=7&related_id=3988073&origin=search

- Icono 111. Electricidad

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/electricidad_3574219?-term=electricidad&page=1&position=13&page=1&position=13&related_id=3574219&origin=search

- Icono 112. Servicio de agua

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/agua_2385517?term=-servicio%20publico&page=1&position=3&page=1&position=3&related_id=2385517&origin=search

- Icono 113. Zonas de repasto verde

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/arboles_2997051?term=verde&page=1&position=6&page=1&position=6&related_id=2997051&origin=search

- Icono 114. Ganadería y agricultura

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/campo_1150302?term=granja&page=1&position=7&page=1&position=7&related_id=1150302&origin=search

- Icono 115. Icono Arboles

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/rbol_1647625?related_id=1647625&origin=search

- Icono 116. Icono Plantas

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/macro_832641?related_id=1177937&origin=search

- Icono 117. Icono Siembra De Actividades Agrícolas

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/brote_736702?term=arboles&related_id=736702

- Icono 118. icono árbol frutal

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/arbol_4197334?term=arboles&page=1&position=3&page=1&position=3&related_id=4197334&origin=search

- Icono 119. Icono rana

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/rana_3898688

- Icono 120. Icono Ave

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/loro_4601490

- Icono 121. Icono de precipitacion

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/lluvia_803533?related_id=1057837&origin=search

- Icono 122. Icono de días de lluvia

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/humedad_5247682?related_id=5247714&origin=search

- Icono 123. Nota: Icono de temperatura alta.

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/termometro_686734?related_id=686734&origin=search

- Icono 124. Nota: Icono de temperatura baja

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/baja-temperatura_1291504?related_id=1646912&origin=search

- Icono 125. Icono de viento

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/ventoso_1178264

- Icono 126. Icono de temperatura

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/alta-temperatura_1178270

- Icono 127. Icono de lluvia

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/lluvia_1647634

- Icono 128. Icono de humedad

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/humedad_1178312

MAPAS

- Mapa 10. Mapa de distancia San José a terreno de estudio.

Fuente: https://www.google.com/maps/dir/San+Jos%C3%A9/9.0626218,-83.335473/@9.9523788,-84.9116835,574931m/data=!3m1!1e3!4m9!4m8!1m5!1m1!1s0x8fa0e342c50d15c5:0xe6746a6a9f11b882!2m2!1d-84.0907246!2d9.9280694!1m0!3e0

- Mapa 11. Mapa de Distancia Del Cantón Buenos Aires al Terreno de Estudio

Fuente: Google Maps.

- Mapa 12. Mapa de suelos Ultisoles, con un área aproximado de 23 648, 66 km2, equivalente a 45,81% del país.

Fuente: http://www.mag.go.cr/bibliotecavirtual/Av-1604.PDF

- Mapa 13. Cuencas Hidrográficas de Boruca, Costa Rica.

Fuente: Elaboración propia

- Mapa 14. Mapa De Amenazas Y Peligros Naturales Del Cantón De Buenos Aires.

Fuente: Elaboración propia.

- Mapa 15. Acercamiento de Mapa De Amenazas Y Peligros Naturales Del Cantón De Buenos Aires.

Fuente: Elaboración propia.

- Mapa 16. Acercamiento-Mapa De Cobertura Vegetal Existente De Boruca, Cr.

Fuente: Elaboración propia.

- Mapa 17. Mapa De Cobertura Vegetal Existente De Boruca, Cr.

Fuente: Elaboración propia.

- Mapa 18. Mapa de uso de suelos de boruca, Cr.
Fuente: Elaboración propia.
- Mapa 19. Acercamiento- Mapa de uso de suelos de boruca, cr.
Fuente: Elaboración propia.
- Mapa 20. Marca de Demarcación de límites, Huella de Sector de Estudio
Fuente: Google Maps.
- Mapa 21. Acercamiento-Mapa De Llenos Y Vacíos De Boruca, Cr.
Fuente: Elaboración propia.
- Mapa 22. Mapa Red Vial, sector de estudio. Boruca, CR.
Fuente: Elaboración propia.
- Mapa 23. Mapa De Reservas Indígenas De Cr.
Fuente: https://www.puravidauniversity.eu/territorios-indigenas-costa-rica/
- Mapa 24. Mapa De Zonas De Vida De Cr.
Fuente: https://3.bp.blogspot.com/-p86R6fTgHsQ/TiwhKAga-5I/AAAAAAAAC5o/LFzGHRjDj-Q/s1600/BOSQUES.jpg
- Mapa 25. Mapa Topográfico, Sector De Estudio. Boruca, CR.
Fuente: https://3.bp.blogspot.com/-p86R6fTgHsQ/TiwhKAga-5I/AAAAAAAAC5o/LFzGHRjDj-Q/s1600/BOSQUES.jpg
- Mapa 26. Mapa De Clima
Fuente: Elaboración Propia
- Mapa 27. Carta Solar
Fuente: Elaboración Propia
- Mapa 28. Mapa de Ventilación
Fuente: Elaboración Propia

GRÁFICO

- Gráfico 1. Velocidad del Viento (KM-H)
Fuente: Elaboración Propia
- Gráfico 2. Temperatura
Fuente: Elaboración Propia
- Gráfico 3. Rango de Confort (°C)
Fuente: Elaboración Propia
- Gráfico 4. Lluvia (1mm= 1L de agua por m2)
Fuente: Elaboración Propia
- Gráfico 5. Humedad Relativa (%)
Fuente: Elaboración Propia

- F379. Render Planta-Acercamiento de Techo Edificio Kinesis
Fuente: Elaboración Propia
- F380. Templo de Osirion en Abydos, Egipto
Fuente: https://arbol-de-mi-vida.com/blogs/arbol-de-la-vida/quien-creo-la-flor-de-la-vida
- F381. Flor de vida en templo de Osirion, en Avydos.
Fuente: https://arbol-de-mi-vida.com/blogs/arbol-de-la-vida/quien-creo-la-flor-de-la-vida
- F382. Geometría de la Flor de Vida.
Fuente: https://www.nicepng.com/downpng/u2r5a9i1q8q8r5o0_flor-de-la-vida-significado-origen-y-toda/
- F383. Árbol de Vida, Concepto Kabbalah
Fuente: Elaboración Propia
- F384. Chakras
Fuente: https://cdn.shopify.com/s/files/1/0564/7420/6371/t/2/assets/633326aa-e1ce-4b38-bd8d-0fabe6dfb6a7.PNG?v=1430168237737696494 7
- F385. La Vesica Piscis
Fuente: Elaboración Propia
- F386. La Semilla de la Vida
Fuente: Elaboración Propia
- F387. El Huevo de Vida
Fuente: Elaboración Propia
- F388. El Árbol de Vida
Fuente: Elaboración Propia
- F389. El Fruto de la Vida
Fuente: Elaboración Propia
- F390. El Cubo de Metatrón
Fuente: Elaboración Propia
- F391. Concepto-Huevo de Vida sobre Flor de Vida
Fuente: Elaboración Propia
- F392. Concepto-Árbol de Vida Sobre Flor de Vida
Fuente: Elaboración Propia
- F393. Concepto-Fruto de Vida y Caminos del Cubo de Metatrón.
Fuente: Elaboración Propia
- F394. Diagramación Conceptual
Fuente: Elaboración Propia
- F395. Fase 1. Figuras Geométricas de la Flor de Vida
Fuente: Elaboración Propia
- F396. Fase 2. Apertura de Figuras
Fuente: Elaboración Propia
- F397. Fase 3. Permeabilidad y Distribución
Fuente: Elaboración Propia
- F398. Fase 4. Distribución y Conexión
Fuente: Elaboración Propia
- F399. Fase Final. Propuesta Volumétrica
Fuente: Elaboración Propia
- F400. Material madera
Fuente: https://images.pexels.com/photos/129733/pexels-photo-129733.jpeg?auto=compress&cs=tinysrgb&dpr=1&w=500
- F401. Material Concreto.
Fuente: https://thumbs.dreamstime.com/b/textura-agrietada-del-cemento-viejo-fondo-concreto-123037277.jpg
- F400. Material Acero
Fuente: https://www.freepik.es/vector-premium/fondo-textura-metal_2404863.htm
- F401. Material Vidrio Fotovoltaico
Fuente: https://prodiamco.com/vidrio-fotovoltaico-con-proteccion-solar/
- F402. Material Adobe
Fuente: https://thumbs.dreamstime.com/b/textura-de-la-pared-de-adobe-45466809.jpg
- F403. Material Chapa de Cedro
- Fuente: https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcT1cRMYf8XLRmU2wupPo6vFav79RmtYxZ96gE1ieVXAcSLEmoIj1vwIHdVDC6V6h0DtYrE&usqp=CAU
- F404. Material Techo de paja
Fuente: https://thumbs.dreamstime.com/b/textura-de-techo-paja-hierbas-que-tejan-fondo-cubierto-hierba-seca-patr%C3%B3n-212329514.jpg
- F405. Material Lamina Policarbonato
Fuente: https://us.123rf.com/450wm/eugenesergeev/eugenesergeev1911/eugenesergeev191100357/134921480-l%C3%A1mina-de-policarbonato-con-gotas-de-agua-textura-fotogr%C3%A1fica-de-fondo-plano.jpg
- F406. Material Asfalto
Fuente: https://img.freepik.com/foto-gratis/textura-carretera-asfalto-negro-fondo_70287-807.jpg?w=2000
- F407. Material de Adoquín
Fuente: https://us.123rf.com/450wm/serge001/serge0011210/serge001121000064/15819160-pink-ang-bloque-gris-pavimento-puede-ser-utilizado-como-fondo-o-textura.jpg?ver=6
- F408. Planta de Sitio Plan Maestro Escala 1.150
Fuente: Elaboración Propia
- F409. Planta de Techos-Evacuación Pluvial
Fuente: Elaboración Propia
- F410. Material Teja de Cedro
Fuente: http://www.tejasdemadera.com/wp-content/uploads/2013/06/tejasdemadera-home-3.jpg
- F411. Material Tecnología PDLC Vidrio Laminado Inteligente
Fuente: https://www.gauzy.com/vidrio-inteligente-laminado/?lang=es
- F412. Material de Piso de bloques de Concreto
Fuente: https://www.gauzy.com/vidrio-inteligente-laminado/?lang=es
- F413. Material de Piso de Piedra Blanca
Fuente: https://www.materialesruta25.com.ar/producto/piedra-blanca-x-m3/
- F414. Planta de Integración Modulo Raíz
Fuente: Elaboración Propia
- F415. Planta de Conjunto Render
Fuente: Elaboración Propia
- F416. Planta de Edificio Habitaciones- Modulo Sacro 1rd Nivel
Fuente: Elaboración Propia
- F417. Planta de Edificio Habitaciones- Modulo Sacro 2nd Nivel
Fuente: Elaboración Propia
- F418. Planta de Edificio Habitaciones- Modulo Sacro 3rd Nivel
Fuente: Elaboración Propia
- F419. Planta de Edificio Kinesis y Culto- Módulos Corazón y Garganta 1rd Nivel
Fuente: Elaboración Propia
- F420. Planta de Edificio Kinesis y Culto- Módulos Corazón y Garganta 2nd Nivel
Fuente: Elaboración Propia

4.8 REFERENCIAS DE FIGURAS CAPITULO 4

- F421. Planta de Edificio Medicina Tradicional- Modulo Tercer Ojo 1rd Nivel
Fuente: Elaboración Propia
- F422. Planta de Edificio Medicina Tradicional- Modulo Tercer Ojo Nivel Inferior
Fuente: Elaboración Propia
- F423. Planta de Edificio de Terapias- Modulo Corona Nivel Superior Sección A
Fuente: Elaboración Propia
- F424. Planta de Edificio de Terapias- Modulo Corona Nivel Superior Sección B
Fuente: Elaboración Propia
- F425. Planta de Edificio de Terapias- Modulo Corona Nivel Inferior Sección A
Fuente: Elaboración Propia
- F426. Planta de Edificio de Terapias- Modulo Corona Nivel Inferior Sección B
Fuente: Elaboración Propia
- F427. Planta de Evacuación Edificio Integración
Fuente: Elaboración Propia
- F428. Planta de Evacuación Edificio Habitaciones Modulo Sacro 1rd Nivel
Fuente: Elaboración Propia
- F429. Planta de Evacuación Edificio Habitaciones Modulo Sacro 2nd/3rd Nivel
Fuente: Elaboración Propia
- F430. Planta de Evacuación Edificio Kinesis y Culto
Fuente: Elaboración Propia
- F431. Planta de Evacuación Edificio Kinesis y Culto 2nd Nivel
Fuente: Elaboración Propia
- F432. Planta de Evacuación Edificio Medicina Tradicional Nivel Superior
Fuente: Elaboración Propia
- F433. Planta de Evacuación Edificio Medicina Tradicional Nivel Inferior
Fuente: Elaboración Propia
- F434. Planta de Evacuación Edificio de Terapias Nivel Superior
Fuente: Elaboración Propia
- F435. Planta de Evacuación Edificio de Terapias Nivel Inferior
Fuente: Elaboración Propia
- F436. Render Vista Interna Patio Recepción
Fuente: Elaboración Propia
- F437. Render Vista Interna Comedor Edificio Gastronomía
Fuente: Elaboración Propia
- F438. Render Vista Interna Habitaciones Grupales Vista al Balcón
Fuente: Elaboración Propia
- F439. Render Vista Interna Estimulación y Juego Guardería
Fuente: Elaboración Propia
- F440. Render Vista Interna Domo Área Multiuso
Fuente: Elaboración Propia
- F441. Render Vista Interna Ducto Vertical Edificio Kinesis
Fuente: Elaboración Propia
- F442. Render Vista Interna Área de Hidroterapia
Fuente: Elaboración Propia
- F443. Planta de Cimientos Integración
Fuente: Elaboración Propia
- F444. Isométrico Estructural
Fuente: Elaboración Propia
- F445. Planta de Cimientos, Columnas y Vigas-Edificio Habitaciones 1rd Nivel
Fuente: Elaboración Propia
- F446. Planta de Cimientos, Columnas y Vigas-Edificio Habitaciones d Nivel
Fuente: Elaboración Propia
- F447. Isométrico Estructural Edifico Habitaciones
Fuente: Elaboración Propia
- F448. Planta de Cimientos, Edificio Kinesis y Culto 1rd Nivel
Fuente: Elaboración Propia
- F449. Planta de Cimientos, Columnas y Vigas-Edificio Habitaciones 2nd Nivel
Fuente: Elaboración Propia
- F450. Isométrico Estructural Edifico Kinesis
Fuente: Elaboración Propia
- F451. Planta de Vigas y Columnas Medicina Tradicional 1rd Nivel
Fuente: Elaboración Propia
- F452. Planta de Vigas y Columnas Medicina Tradicional Nivel Inferior
Fuente: Elaboración Propia
- F453. Planta de Vigas y Columnas Edificio de Terapias Nivel Superior Sección A
Fuente: Elaboración Propia
- F454. Planta de Vigas y Columnas Edificio de Terapias Nivel Superior Sección B
Fuente: Elaboración Propia
- F455. Planta de Vigas y Columnas Edificio de Terapias Nivel Inferior
Fuente: Elaboración Propia
- F456. Elevación Norte Edificio Habitaciones
Fuente: Elaboración Propia
- F457. Elevación Este Edificio Habitaciones
Fuente: Elaboración Propia
- F458. Elevación Norte Edificio Kinesis
Fuente: Elaboración Propia
- F459. Elevación Este Edificio Kinesis
Fuente: Elaboración Propia
- F460. Detalle de Pared Muro Escantillón
Fuente: Elaboración Propia
- F461. Detalle de Pared Interior
Fuente: Elaboración Propia
- F462. Corte Transversal Modulo Raíz
Fuente: Elaboración Propia
- F463. Detalle de Pedestal de Concreto Armado
Fuente: Elaboración Propia
- F464. Detalle de Estructura Edificio Domo
Fuente: Elaboración Propia
- F465. Corte Transversal Modulo Habitaciones
Fuente: Elaboración Propia
- F466. Detalle de Estructura Habitaciones
Fuente: Elaboración Propia
- F467. Detalle de Estructura Unión de Techos, Vigas y Cerchas
Fuente: Elaboración Propia

4.8 REFERENCIAS DE FIGURAS CAPITULO 4

- F468. Corte Longitudinal Modulo Kinesis
Fuente: Elaboración Propia
- F469. Detalle Típico
Fuente: Elaboración Propia
- F470. Detalle Pedestal de Concreto Armado
Fuente: Elaboración Propia
- F471. Corte Longitudinal Modulo Terapias
Fuente: Elaboración Propia
- F472. Corte de Sección Edificio de Habitaciones
Fuente: Elaboración Propia
- F473. Detalle Típico Sección Habitaciones Grupales
Fuente: Elaboración Propia
- F474. Ficha Técnica Entrepiso de Metaldeck
Fuente: https://metalco.net/metaldeck-grado-40-lamina-de-acero-estructural-galvanizada/
- F475. Corte de Sección Edificio de Habitaciones
Fuente: Elaboración Propia
- F476. Detalle de Estructura de Techo
Fuente: Elaboración Propia
- F477. Detalle de Uniones
Fuente: Elaboración Propia
- F478. Detalle de Uniones Columna y Vigas
Fuente: Elaboración Propia
- F479. Detalle de Techo Verde
Fuente: https://cubiertasverdesmedios.wordpress.com/sistemas/detalles-constructivos/
- F480. Corte de Sección Edificio de Medicina Tradicional
Fuente: Elaboración Propia
- F481. Detalle Típico de Pared Área de Mirador
Fuente: Elaboración Propia
- F482. Detalle Típico de Pared Área de Piscina
Fuente: Elaboración Propia
- F483. Corte de Sección Edificio de Hidroterapia
Fuente: Elaboración Propia
- F484. Render Vista Exterior Edificio Recepción
Fuente: Elaboración Propia
- F485. Render Vista Exterior Edificio Gastronomía
Fuente: Elaboración Propia
- F486. Render Vista Exterior Edificios Integración
Fuente: Elaboración Propia
- F487. Render Vista Exterior Edificio Habitacional en Interacción con el Parqueo
Fuente: Elaboración Propia
- F488. Render Vista Exterior Edificio Habitaciones
Fuente: Elaboración Propia
- F489. Render Vista Exterior Rampa Hacia Domo
Fuente: Elaboración Propia
Fuente: Elaboración Propia
- F494. Render Vista Exterior Cascadas Espirituales
Fuente: Elaboración Propia
- F495. Render Vista Exterior Edificio Ducto y Mirador
Fuente: Elaboración Propia
- F496. Render Vista Exterior Calle Interna Edificio de Terapias
Fuente: Elaboración Propia
- F497. Render Vista Exterior Punto de Encuentro Edificio de Terapias
Fuente: Elaboración Propia
- F498. Vegetación Césped
Fuente: https://images.hola.com/imagenes/decoracion/20210607190942/mantener-cesped-verano-mc/0-960-877/mantener-cesped-verano-5-a.jpg
- F499. Vegetación Planta Ornamentales
Fuente: https://paisajismodigital.com/blog/wp-content/uploads/2018/10/hortensia-Copy.jpg
- F500. Vegetación Planta Trepadoras
Fuente: https://www.ecojardinmagico.com/wp-content/uploads/2022/04/Plantas-trepadoras.jpg
- F501. Vegetación Planta Helechos
Fuente: https://www.ecojardinmagico.com/wp-content/uploads/2021/08/Helechos-Cuidados.jpg
- F502. Vegetación Planta Cactus
Fuente: https://w0.peakpx.com/wallpaper/114/97/HD-wallpaper-cactus-catus-cloud-sky-plants.jpg
- F503. Vegetación Planta Suculentas
Fuente: https://media.admagazine.com/photos/618a5e67a9f7fab6f-0622b5e/1:1/w_1081,h_1081,c_limit/93263.jpg
- F504. Vegetación Planta Lavanda
Fuente: https://www.hogarmania.com/archivos/202202/lavanda-planta-medicinal-para-tratar-heridas-y-quemaduras-1-1280x720x80xX.jpg
- F505. Vegetación Planta Pasto Tipo Vetiver
Fuente: Elaboración Propia
- F506. Corte Climático Edificio Kinesis
Fuente: Elaboración Propia
- F507. Render Vista Exterior Caminos Elevados, Aprovechamiento de Espacios Abiertos y Naturales
Fuente: Elaboración Propia
- F508. Render Corte Transversal Edificio Kinesis
Fuente: Elaboración Propia
- F509. Render Corte Longitudinal Edificio Hidroterapia
Fuente: Elaboración Propia
- F510. Render Vista Interior Patio Interno Edificio Recepción
Fuente: Elaboración Propia
- F511. Render Vista Oasis Interno Conectores Impermeable de Techo de Paja
Fuente: Elaboración Propia
- F512. Render Detalle Estructural Edificio Hidroterapia y Multiuso
Fuente: Elaboración Propia
- F513. Render Detalle Estructural Marcos Auto Portantes de Madera
Fuente: Elaboración Propia
- F514. Render Vista Interior Rampa de Edificio Kinesis Estructura de Aluminio con Vidrio Fotovoltaico, Efecto Chimenea de Aire y Recolección de Agua Pluvial
Fuente: Elaboración Propia
- F515. Importancia de equilibrio salud mental.
Fuente: https://fisiostar.com/wp-content/uploads/2013/07/saludmental.jpg
- F516. Retiro natural-mujer meditando.
Fuente: https://eventossangabriel.com/wp-content/uploads/2021/06/chica-deporte-meditando-naturaleza-parque-verde-salida-sol_34200-36.jpg

- F516. Retiro natural-mujer meditando.

Fuente: https://eventossangabriel.com/wp-content/uploads/2021/06/chica-deporte-meditando-naturaleza-parque-verde-salida-sol_34200-36.jpg

- F517. Unión Holística.

Fuente: https://definicion.de/wp-content/uploads/2008/09/holistica-2.jpg

- F518. Meditación Compartida.

Fuente: https://www.consumer.es/wpcontent/uploads/2020/03/meditacion.jpg

- F519. Naturopatía.

Fuente: https://i0.wp.com/www.corporesanomagazine.it/wp-content/uploads/2019/12/naturopatia.jpg?resize=696%2C464&ssl=1

- F520. Tadao Ando, arquitectura y espiritualidad.

Fuente: https://www.uic.mx/wp-content/uploads/2020/01/T3.jpg

- F521. Permacultura.

Fuente: https://tropicalestufas.com.br/wp-content/uploads/2020/05/1-hortamandala.jpg

- F522. Arquitectura paisajista.

Fuente: https://jardinessinfronteras.files.wordpress.com/2020/02/valoracion-de-las-infraestructuras-verdes.jpg

- F523. Diseño Biofílico.

Fuente: https://www.caad-design.com/wp-content/uploads/2021/06/principios-diseno-biofilico-en-retail-design-featured-image-20210615-caad-retail-design-barcelona.jpg

- F524. Medio ambiente.

Fuente: https://s1.significados.com/foto/medio-ambiente_bg.jpg

- F525. Accesibilidad.

Fuente: https://images.adsttc.com/media/images/5fc4/c72b/63c0/1711/b900/00fd/medium_jpg/jannes_linders.jpg?1606731556

- F526. El espacio en la arquitectura.

Fuente; http://2.bp.blogspot.com/-YCEwUKZblaw/T2mwg0BZ8mI/AAAAAAAABLs/SS0Y6sXm72Q/s400/interiormaxxi.jpg

- F527. Sostenibilidad.

Fuente: https://i1.wp.com/blogmapfre.com/wp-content/uploads/2018/12/nature-3294632_640.jpg?fit=640%2C426&ssl=1

- F528. Bioarquitectura.

Fuente: https://www.airefrescoysano.com/wp-content/uploads/bioarquitectura-climatizador-evaporativo.jpg

ICONOS

- Icono 129. Flor de vida

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/la-flor-de-la-vida_7440270?term=flor%20de%20vida&page=1&position=28&page=1&position=28&related_id=7440270&origin=search

- Icono 130. Simbología

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/rgb_7881767

- Icono 131. Espiritualidad

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/vista_7881801

- Icono 132. Arte

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/paleta-de-pintura_7881749

- Icono 133. Forma

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/forma-abstracta_7552112

- Icono 135. Proporción

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/nodos_7881740

Icono 136. Personas Espirituales

Fuente: https://www.flaticon.es

- Icono 137. Indígena

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/3463/3463247.png

- Icono 138. Casa Indígena

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/7077/7077515.png

- Icono 139. Quebrada

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/2118/2118039.png

- Icono 140. Bosque Existente

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/8328/8328851.png

- Icono 141. Pozo Existente

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/7724/7724368.png

- Icono 142. Permacultura

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/512/7100/7100651.png

- Icono 143. Laguna de Retención

Fuente: Elaboración Propia

- Icono 144. Terapias

Fuente: https://www.flaticon.es

- Icono 145. Recolección de Frutos

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/353/353784.png

- Icono 146. Caminatas

Fuente: https://www.flaticon.es

- Icono 146. Caminatas

Fuente: https://www.flaticon.es

- Icono 147. Fogatas

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/114/114437.png

- Icono 148. Zooterapia

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/3397/3397478.png

- Icono 149. Mirador

Fuente: https://cdn-icons-png.flaticon.com/128/4110/4110213.png

- Icono 150. Material Madera

Fuente: https://www.flaticon.es

- Icono 151. Señal de la Salida de Emergencia

Fuente: Elaboración Propia

- Icono 152. Señal Ruta de Evacuación

Fuente: Elaboración Propia

- Icono 153. Extintores

Fuente: https://pngimg.com/uploads/extinguisher/extinguisher_PNG20.png

- Icono 154. Escaleras de Emergencia

Fuente: https://syssa.com/42344-large_default/senal-escalera-de-emergencia-flecha-derecha-referencia-5021s.jpg

- Icono 155. Punto de Reunión

Fuente: Elaboración Propia

- Icono 156.Centro de Salud

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/centro-medico_1043138?related_id=1043138&origin=search

- Icono 157. Medicina Complementaria

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/medicina-y-salud_4857179?term=medicina%20complementaria&page=1&position=1&page=1&position=1&related_id=4857179&origin=search

- Icono 158. Ley de Salud

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/ley-de-salud_8230931?related_id=8230931

- Icono 159. Restablecimiento de la Salud

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/bienestar_4310481?term=bienestar&page=1&position=10&page=1&position=10&related_id=4310481&origin=search

- Icono 160. Balanza- Ley General de la Salud

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-premium/escamas_3251347?term=ley%20de%20salud&page=1&position=7&page=1&position=7&related_id=3251347&origin=search

- Icono 161. Espacio de Integración

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/registrarse_2547897?term=recepcion&page=1&position=61&page=1&position=61&related_id=2547897&origin=search

- Icono 162. Zona de Alojamiento

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/dia_2206513?term=descanso&page=1&position=10&page=1&position=10&related_id=2206513&origin=search

- Icono 163. Zona de Nutrición

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/plan_2224150?term=nutricion&page=1&position=21&page=1&position=21&related_id=2224150&origin=search

- Icono 164. Zona de Tratamiento

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/atencion-plena_7757779?term=yogas&page=1&position=58&page=1&position=58&related_id=7757779&origin=search

- Icono 165. Zona de Crecimiento Personal

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/graficar-hacia-arriba_7188024?term=crecimiento%20personal&page=1&position=2&page=1&position=2&related_id=7188024&origin=search

- Icono 166. Zona de Servicios Sanitarios

Fuente: https://www.flaticon.es/icono- gratis/bano_995072?term=ba%C3%B1os&page=1&position=6&page=1&position=6&related_id=995072&origin=search

- Icono 168. Soporte Asistencial

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/ajuste_8223076?term=soporte&page=1&position=88&page=1&position=88&related_id=8223076&origin=search

- Icono 169. Servicio General

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/cliente_686317?term=servicios&page=1&position=2&page=1&position=2&related_id=686317&origin=search

- Icono 170. Espacios y medidas

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/medida_3306960?term=medidas&page=1&position=22&page=1&position=22&related_id=3306960&origin=search

- Icono 171. Espacio espiritual

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/santuario_1123217?term=arquitectura%20espiritual&page=1&position=19&page=1&position=19&related_id=1123217&origin=search

- Icono 172.Espacio espiritual

Fuente: https://www.flaticon.es/icono-gratis/yoga_1187237?related_id=1187237

TABLAS

- Tabla 1. Programa Arquitectónico
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 2.1. Programa Arquitectónico Área de Integración
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 2.3. Programa Arquitectónico Área de Integración
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 2.4. Programa Arquitectónico Área de Integración
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 3. Programa Arquitectónico Área de Habitaciones
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 4.1. Programa Arquitectónico Área de Medicina Tradicional
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 4.2. Programa Arquitectónico Área de Medicina Tradicional
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 4.3. Programa Arquitectónico Área de Medicina Tradicional
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 5.1. Programa Arquitectónico Área de Medicina Complementaria (Nutrición)
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 5.2. Programa Arquitectónico Área de Medicina Complementaria (Hidroterapia)
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 5.3. Programa Arquitectónico Área de Medicina Complementaria (Kinesis)
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 5.4. Programa Arquitectónico Área de Medicina Complementaria (Liberación)
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 5.5. Programa Arquitectónico Área de Medicina Complementaria (Depuración)
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 5.5.1. Programa Arquitectónico Área de Medicina Complementaria (Depuración)
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 5.6. Programa Arquitectónico Área de Medicina Complementaria (Estimulo)
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 5.7. Programa Arquitectónico Área de Medicina Complementaria (Equilibrio)
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 5.7.1. Programa Arquitectónico Área de Medicina Complementaria (Equilibrio)
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 6. Programa Arquitectónico Área de Maquinas
Fuente: Elaboración Propia
- Tabla 7. Valoración de Estimación de Costos
Fuente: Elaboración Propia

ESQUEMA

- Esquema 1. Diagramación Explotada de Propuesta Volumétrica
Fuente: Elaboración Propia

DIAGRAMA

- Diagrama 1. Diagrama de Relaciones General
Fuente: Elaboración Propia
- Diagrama 2. Diagrama de Relaciones Sección Raíz
Fuente: Elaboración Propia
- Diagrama 3. Diagrama de Relaciones Sección Sacro-Plexus Solar
Fuente: Elaboración Propia
- Diagrama 4. Diagrama de Relaciones Sección Corazón-Garganta
Fuente: Elaboración Propia
- Diagrama 5. Diagrama de Relaciones Sección Tercer Ojo-Corona
Fuente: Elaboración Propia

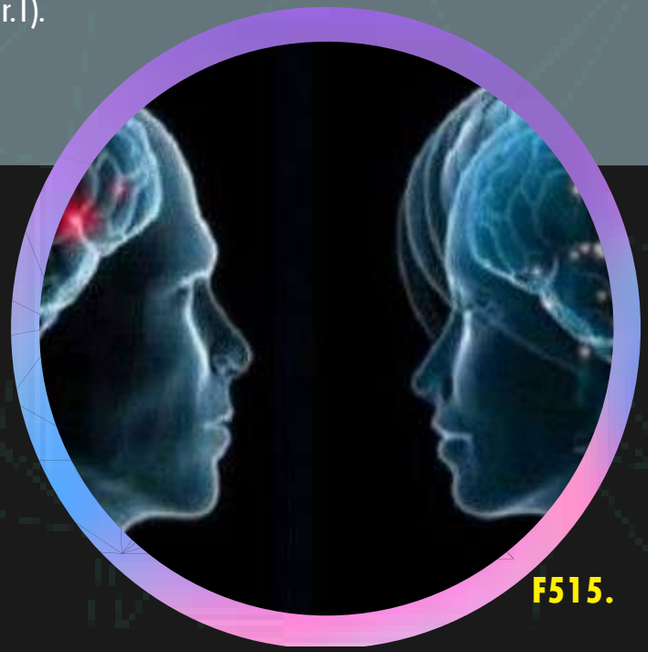
4.9 MARCO CONCEPTUAL

ARQUITECTURA PARA LA SALUD

SALUD MENTAL

La salud mental es una clave en este proyecto, donde se va procurar satisfacer las necesidades psicológicas, físicas y sociales de los usuarios, con una mayor disponibilidad de acceso visual a colores, materiales y a espacios verdes para adoptar modos de vida saludables.

La salud mental es un componente integral y esencial de la salud. La Constitución de la OMS dice: “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.” (OMS, 2018, párr.1).



F515.

RETIRO ESPIRITUAL

El diseño, pretende aportan un estado de calma y serenidad, donde permita la búsqueda de una identidad más allá del cuerpo, es una conexión tanto física como espiritual para encontrar paz interior dentro y fuera de la infraestructura.

Es la acción y el resultado de retirar o retirarse (dejar una actividad; conseguir que un individuo se aleje; apartar a alguien o algo). Espiritual, por su parte, es aquello vinculado al espíritu (el alma o el don inmaterial que una divinidad concede a las personas). (Definición.de, 2016, párr. 1).



F516.

4.9 MARCO CONCEPTUAL

ARQUITECTURA PARA LA SALUD

HOLÍSTICO

El Centro Holístico, tiene como prioridad compresión de múltiples interacciones en un conjunto, si esta es analizada desde un punto de vista de la salud, influye un equilibrio de toldo el entorno, respondiendo al espíritu, al lado psicológico, orgánico, social y energético de cada persona.

Es un adjetivo que indica que algo es relativo o pertenece al holismo. Se forma a partir del término griego (hólos, que en español significa 'total', 'todo', 'entero'). (Significados, 2017, párr.1) .



F517.

MEDITACIÓN

Según, Mayoclinic, 2020, la meditación es un tipo de medicina complementaria para la mente y cuerpo, y esta aplicada en un espacio tranquilo, puede brindar un equilibrio de calma y paz para el bienestar emocional.

El espacio es clave para el desarrollo de una meditación correcta, por esto el Centro holístico, debe estar influenciada por un entorno que brinde confort, tomando en cuenta la ventilación, iluminación, estética, acústica, materiales y la naturaleza para otorgar una meditación correcta.

La palabra meditación se origina del latín meditatío, que indica la acción de meditar. La meditación incita a poner en práctica la concentración y relajación, de esta manera las personas podrán analizar y obtener una visión más clara de todo aquello que experimentan y que puede estar generando algo de incertidumbre o descontento internamente. (Significados, 2017, párr. 2).



F518.

4.9 MARCO CONCEPTUAL

ARQUITECTURA PARA LA SALUD

NATUROPATÍA

Implica el diagnóstico, tratamiento y prevención de trastornos de salud a través del uso de terapias naturales, métodos y materiales, que pueden ser: la nutrición clínica, la medicina herbal, la acupuntura, la homeopatía o los sistemas médicos antiguos como los utilizados en China o India. (Top Doctors España. s.f. párr. 2)

Es importante que la medicina alternativa sea implementada en el Centro Holístico, para cambiar la nutrición y estilos de vida. Para ello es necesario, implementar personal profesional que puedan realizar técnicas y procedimientos para tratar diferentes problemas de salud. Brindar espacios donde se almacenen suplementos nutricionales, terapias herbales, ejercicios físicos suaves, y masajes para las articulaciones.

La naturopatía engloba una gran variedad de técnicas de medicina alternativa. El objetivo de la terapia es estimular la capacidad curativa innata del cuerpo, y facilitar que sus mecanismos de equilibrio alcancen un buen estado de salud. (TopDoctors España. s.f., pár. 1)



F519.

ARQUITECTURA ESPIRITUAL

Para un crecimiento espiritual que incorpore el cuerpo, la mente y el alma, es importante la influencia del espacio arquitectónico donde se realicen estas prácticas. Por lo tanto, el proyecto pretende satisfacer las necesidades de búsqueda espiritual de las personas, con la intención de crear espacios de relajación, descanso, meditación y una conexión de energía más cercana a su entorno.

La arquitectura espiritual tiene la vocación de crear lugares para el alma, espacios sagrados para que las personas puedan conectarse con su espíritu. (Carmona, 2016, párr. 5).



F520.

4.9 MARCO CONCEPTUAL

ARQUITECTURA PAISAJISTA

PERMACULTURA

Según, Tiscornia y Ladisa, 2021, permacultura es un sistema de diseño urbano sostenible, con la naturaleza como maestra y guía, estudiando patrones y geometría, generando un pensamiento sistemático con la utilización de recursos naturales.

Un sistema permacultura social integrado al proyecto, permitirá llevar a cabo una infraestructura, que incorpore al ser humano y la naturaleza. Así mismo, crear un espacio que generen un vínculo profundo entre ellos para el cuidado de la tierra y el cuidado de las personas.

La permacultura (viene de “permanente” + “agricultura”) es el diseño deliberado y mantenimiento de ecosistemas agropecuarios productivos con la diversidad, estabilidad y resiliencia de un ecosistema natural. Es un movimiento en pro de la utilización de la tierra y la creación de comunidades que se esfuerza por integrar de forma armoniosa viviendas, microclima, plantas anuales y perennes, animales, suelos y agua en comunidades productivas estables. (Boletinagrario, 2009, párr 1).



F521.

ARQUITECTURA PAISAJISTA

Según, Vincestuidocr, (s.f), el paisajismo es la combinación de lo artificial con lo natural, adaptadas a las condiciones físicas y ambientales de un espacio.

Mas allá de una combinación de un edificio y lo natural, el paisajismo es un vínculo que permite cautivar los cinco sentidos. Al integrarse a un al proyecto, permitirá una conexión del usuario a la naturaleza, otorgando estética tanto interior como exterior y un beneficio para la salud y el bienestar.

Es la actividad destinada a modificar las características visibles, físicas y anímicas de un espacio, tanto rural como urbano, entre las que se incluyen: los elementos vivos, tales como flora y fauna, lo que habitualmente se denomina jardinería, el arte de cultivar plantas con el propósito de crear un bello entorno paisajístico. (Diccionarqui.com, 2016, párr.1).



F522.

4.9 MARCO CONCEPTUAL

ARQUITECTURA PAISAJISTA

DISEÑO BIOFILICO

Para poder otorgar un diseño biofílico es importe incorporar al proyecto una conexión visual, estímulos sensoriales, conexión de materiales, luz dinámica, la presencia de agua, variaciones térmicas, y un refugio que integre el interior con el exterior para un desempeño cognitivo a un mejoramiento de las emociones y el estado de ánimo.

El diseño biofílico trata de emular la naturaleza en los edificios que habitamos, incorporando diferentes elementos de la naturaleza tanto en los interiores como en los exteriores de los espacios, con el objetivo de mejorar la salud y el bienestar de las personas. (Simbiótica, 2021, párr. 2).



F523.

MEDIO AMBIENTE

El medio ambiente y la salud está estrechamente relacionados. Los seres humanos somos fácilmente alterados por el ambiente que nos rodea. Sin embargo, tomando en cuenta los factores tanto físicos como biológicos de manera correcta en el proyecto, estos podrán mejorar la salud de las personas.

El medio ambiente es un sistema formado por elementos naturales y artificiales que están interrelacionados y que son modificados por la acción humana. Se trata del entorno que condiciona la forma de vida de la sociedad y que incluye valores naturales, sociales y culturales que existen en un lugar y momento determinado. (Definición, 2021, párr. 1).



F524.

4.9 MARCO CONCEPTUAL

ARQUITECTURA FUNCIONAL

ACCESIBILIDAD

Uno de los aportes más importantes que influye en el proyecto, es el acceso a todas las personas sin importar las capacidades físicas. Es importante que sea implementado con un alto grado, con el fin de satisfacer las necesidades físicas, emocionales, sensoriales, con fácil acceso y disfrute a todos sus espacios mediante la ley 7600.

El concepto de accesibilidad, por lo tanto, se utiliza para nombrar al grado o nivel en el que cualquier ser humano, más allá de su condición física o de sus facultades cognitivas, puede usar una cosa, disfrutar de un servicio o hacer uso de una infraestructura. (Definicion.de, 2012, párr 2).

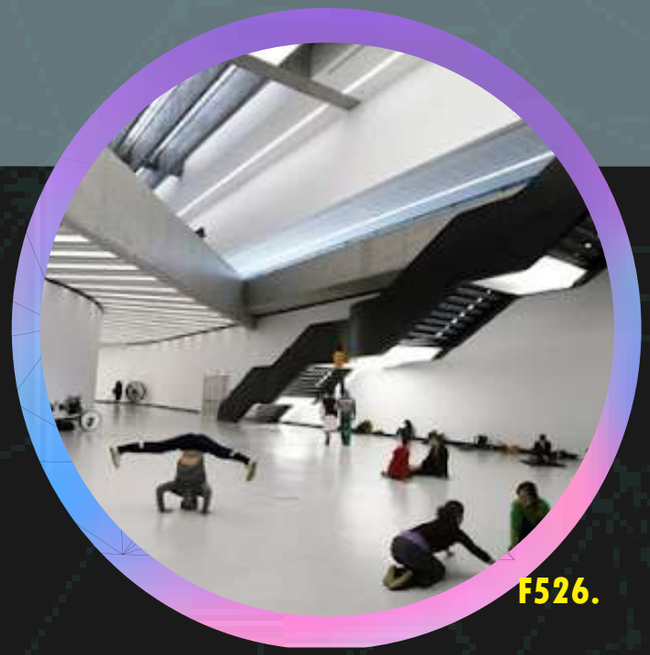


F525.

ESPACIALIDAD

La importancia de la calidad de un Centro Holístico dependerá de los espacios que disponga y como estos son transcurridos por los usuarios. En este caso es importante tomar en cuenta un espacio que disponga no solo pasillos, sino que disponga de una circulación que estimulen los sentidos de los usuarios mediante el uso de materiales, y recursos naturales.

Cualidad de espacial. La espacialidad de la materia.
(Real Academia Española RAE, s.f).



F526.

4 .9 MARCO CONCEPTUAL

ARQUITECTURA FUNCIONAL

SOSTENIBILIDAD

Según, Acciona, (s.f), La Sostenibilidad es el equilibrio entre el crecimiento económico, el medio ambiente y el bienestar social, desarrollando satisfacer todas las necesidades sin comprometer las futuras generaciones.

El diseño pretende ser amigable con el medio ambiente, mediante el uso de energías sustentables y materiales ecológicos de bajo impacto de la zona. Así mismo, se pretende la integración de mano de obra local y artesanía para brindar un beneficio socio económico dentro de la comunidad.

Especialmente en ecología y economía, que se puede mantener durante largo tiempo sin agotar los recursos o causar grave daño al medio ambiente. (Real Academia Española RAE, s.f).



F527.

BIO ARQTUITECURA

La bioarquitectura es tomada en cuenta como una armonía entre los usuarios y el medio ambiente, para crear espacios sanos, inspirados en los recursos naturales y tecnología para un diseño arquitectónico consciente. Teniendo en cuenta la reducción del impacto ambiental, mediante condiciones climáticas, el ecosistema y condiciones hidrográficas. Enfocándose en la salud de quienes utilizaran la edificación.

La bioarquitectura es aquella arquitectura en armonía con el medio ambiente y con las personas y cuando decimos -en armonía- nos referíamos a que se respeta el estado natural del medio ambiente y del lugar, alterando lo mínimo y utilizando los recursos con coherencia y sentido común de la forma más sostenible posible. (Slowstudio, 2018, párr. 14).



F528.