



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 24 NOVIEMBRE DE 2009

“AMBIENTE Y VEJEZ”

AUTOR M^a PAZ MARTINEZ PARADINAS
TEMÁTICA INTERVENCIÓN SOCIOCOMUNITARIA Y SERVICIO A LA COMUNIDAD
ETAPA SECUNDARÍA Y FP

Resumen

La principal preocupación que existe en la mayor parte de los estudios sobre la influencia del ambiente en la vejez definen los criterios, los elementos y las variables ambientales que favorecen o perjudican el desarrollo de una saludable ancianidad. De ahí la necesidad de evaluar estos factores.

Palabras clave

Vejez, vecindario, vivienda, evaluación, residencia.

1. INTRODUCCION

La pregunta central de este artículo es saber cuales son las condiciones que debe poseer el ambiente ideal para las personas mayores.

Obviamente, la respuesta a esta pregunta es muy diversa e irá en función de las características personales de los mayores y de los escenarios considerados. Como principio general el ambiente debe ser evaluado en función del nivel de actividad que genera en las personas que lo ocupan.

En el caso concreto que nos ocupa, el de las personas mayores, el mejor ambiente es aquel que facilita un nivel óptimo de la persona en la implicación de ese ambiente. Hay que señalar que las investigaciones sobre las cualidades físicas, de estimulación y de configuración arquitectónicas presentan resultados experimentales.

En este artículo lo que se pretende es recoger los elementos a los que hay que prestar atención en el diseño y la construcción de ambientes adecuados, teniendo en cuenta las características de las personas mayores.

Los diversos indicadores de calidad ambiental desde el punto de vista de la senectud, señalan los escenarios pertinentes para ellos: las residencias de ancianos, los aspectos del medio físico



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 24 NOVIEMBRE DE 2009

relacionados con la accesibilidad, la orientación, la localización de equipamiento y servicios, la casa , el vecindario y los sistemas de transporte.

2. RESIDENCIAS DE ANCIANOS.

Se han realizado infinidad de estudios sobre las características y demandas para los ancianos utilizando distintos instrumentos de evaluación.

El mayor trauma de las personas mayores esta relacionado con la ruptura que esta etapa requiere, con el cambio de su experiencia social y a la vez con la ruptura de su espacio físico propio.

Las diversas investigaciones muestran la necesidad de prestar atención a las variables de organización física, de diseño arquitectónico y de equipamiento de las residencias.

Katana, Liang y Felton(1980: Alternative models of person-environment) destacan la necesidad de que el espacio físico de la residencia permitan cubrir las siguientes necesidades:

- posibilidades de aislamiento que permitan cierto grado de intimidad e individualidad.
- Posibilidad de disponer de un espacio físico propio.
- posibilidades de entablar relaciones sociales con los demás residentes.
- Control institucional
- posibilidades de expresión de afectos
- posibilidades de control de impulsos y riesgos.

La adecuación de estas características físicas están directamente relacionadas con el grado de satisfacción de los residentes y sus deseos de permanencia en dicha residencia.

Existen otros factores para medir y evaluar las necesidades personales y las características físicas y de organización.

Son los siguientes:

- satisfacción con los cuidados de la salud.
- ilusión y deseo de continuidad.
- apoyo del personal a la autonomía del residente.
- apoyo institucional a la expresión de la religiosa.
- tolerancia con el insomnio.
- libertad de elección
- falta de respeto del personal.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 24 NOVIEMBRE DE 2009

- diversificación de las actividades.
- homogeneidad de residentes.
- existencias de barreras físicas.
- interacción con otros residentes.
- actividades de cambio frente a la monotonía

Un estudio realizado en 32 instituciones perteneciente al IMSESO con 1403 participantes llega a la conclusión que los indicadores más importantes de salud son el nivel de educación, la situación económica, la interacción social y la calidad ambiental percibida por cada persona.

2. ELEMENTOS ESPECÍFICOS DEL AMBIENTE.

El bienestar psicológico y la calidad ambiental de un espacio físico están muy relacionados. Esto se explica en la medida de que un recurso ambiental físico favorece o dificulta la satisfacción de necesidades de la persona.

A continuación se menciona las necesidades personales que deben de tenerse en cuenta en el diseño de espacio físico destinado a personas mayores.

- funciones de exploración: en el sistema de evaluación del espacio físico hay que incluir indicadores sobre el grado de de facilidad del acceso, el flujo y la movilidad y adecuación del recorrido (rampas, ascensores , barandillas).
- funciones de interpretación: evaluar si la información necesaria para el uso y la movilidad de ese espacio físico es accesible, comprensible e interpretable y se adapta a las características de las personas mayores.(paneles informativos, señalización, mapas de “usted se encuentra aquí”,)
- señales de alarma.

Hay que considerar si la emisión y recepción de señales de alarma en caso de necesidad (incendio, terremoto,...) es fácilmente procesada por los mayores.

- funciones de implicación personal y social.
- Se plantea la necesidad de evaluar en que medidas los recursos del ambiente permiten a los residentes considerar como propio el lugar.

De los elementos antes mencionados hay que destacar: la función de detección y emisión de alarma y la de exploración y desplazamiento.

El estudio, desde el punto de vista ergonómico de los recursos que aseguren estas dos funciones en espacios institucionales , edificios públicos, hospitales, centros comerciales..., es fundamental para permitir la movilidad y autonomía personal de los mayores.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 24 NOVIEMBRE DE 2009

Todavía hoy es frecuente la experiencia de la persona mayor que rehúse visitar cines, centros comerciales, museos, teatros... por miedo a encontrarse con barreras arquitectónicas y afrontarse a situaciones desagradables.

Estas situaciones no son exclusivas de los viejos pero este tipo de dificultades disminuye la posibilidad del uso de espacios públicos recluyendo al mayor en entornos rutinario como son su propia casa y la residencia.

2. LA VIVIENDA Y EL VECINDARIO.

La casa incide de forma espacial en la organización espacial de los ancianos. De hecho la mayor parte de ellos viven en sus propias casas.

Con frecuencia los viejos permanecen en las casas que han ocupado toda su vida y se olvidan que las casas también envejecen con ellos.

Esta inadecuación se explica por el deterioro físico de la propia vivienda, pero también por la incompatibilidad entre los recursos de la casa y la nueva situación personal y social de sus habitantes.

Los estudios demuestran la existencias de demanda en las personas mayores relacionadas con la modificación y adaptación de la vivienda.

En la comunidad andaluza, existe un plan de apoyo a las familias andaluzas y el decreto 137/ 2002 del 30 de Abril del 2002 que autoriza subvenciones para la adecuación básica de viviendas. Los requisitos son los siguientes:

- tener su residencia con carácter habitual y permanente en una vivienda que requiera, para su adecuación a las necesidades del solicitante, alguna de las siguientes intervenciones:
- adaptación de la instalación eléctrica a la normativa vigente y a las necesidades funcionales del mayor
- instalación de alumbrado conmutado en el dormitorio u otro espacio de la vivienda que así lo requiera
- mejora de la seguridad y adecuación de la instalación de gas a la normativa vigente y a las necesidades funcionales del mayor solicitante, así como la dotación de elementos de fácil y segura manipulación
- adecuación del ancho de las puertas para el uso de sillas de ruedas
- en los cuartos de baño instalación de suelos antideslizantes y sustitución de bañeras por duchas con asideras
- pasamanos en los pasillos pasamanos en los pasillos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 24 NOVIEMBRE DE 2009

Habitualmente estas modificaciones se llevan a cabo para recuperar los niveles de dependencia de la persona mayor, pero las disponibilidades económicas de la jubilación hacen que sea prácticamente imposible adaptar las viviendas a las nuevas necesidades de sus ocupantes.

A continuación vamos a abordar cual debe ser el vecindario más adecuado.

Influyen tres factores en el deseo de permanecer en el lugar y son:

- la facilidad de acceso a los servicios y equipamientos como las tiendas, los comercios, sistemas de transportes, parque, centros de salud...
- la facilidad para establecer relaciones sociales: parientes y amigos que vivan cerca, que el vecindario sea amables con ellos, la seguridad.
- La estética: que la zona de residencia sea atractiva, la limpieza, el nivel de mantenimiento, la tranquilidad, zonas ajardinadas...

De estos tres factores uno de los más relevantes es el problema de la localización. Muchas veces el mayor problema de la vivienda de las personas mayores consiste en la situación geográfica dentro de la ciudad. La localización adecuada durante el periodo de la vida laboral activa no tiene por que ser la localización optima para el periodo de jubilación. De sobra es conocida la emigración de personas jubiladas desde el interior hacia las costas de nuestro país.

Un último elemento importante a la hora de establecer factores de calidad ambiental en el barrio, se refiere a las características de los transportes públicos.

Hemos mencionado antes que la facilidad de acceso es imprescindible en los transportes públicos, pero son igualmente importantes la altura de los peldaños, la estrechez de las puertas de acceso, la inseguridad y vulnerabilidad por el hacinamiento, la falta y la altura de las asideras, las condiciones de diseño de las marquesinas de las paradas de autobuses.

En este sentido se debe de señalar que los autobuses urbanos de nuevo diseño tienen en cuenta

Algunos elementos que facilitan y mejoran el uso del transporte público por los ancianos, como son :

- asientos cerca de las puertas de entrada reservados para ellos.
- plataformas que disminuyen la altura de los escalones para ascender y descender del bus.
- barras para agarrarse a distintas alturas.

En resumen, la casa propia y el vecindario constituyen dos elementos primordiales para una saludable ancianidad. Esto no es específico de las personas mayores y en general los criterios de calidad ambiental son válidos también para los adultos.

Existen muchas aplicaciones en la evaluación e intervención en la vejez de los conceptos vistos hasta ahora .

A continuación veremos un sistema de evaluación de residencias de ancianos, llamado SERA(Fernández- Ballesteros, 1997)



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 24 NOVIEMBRE DE 2009

3. EL SERA, UN INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN.

Este instrumento de evaluación de residencias de ancianos tiene en cuenta el ambiente, la conducta y ambos en instituciones para personas mayores. Se puede aplicar igualmente a centros de días, a los hogares de ancianos y a los clubes y consta de nueve elementos:

- inventario de características arquitectónicas y físicas (ICAF).
- inventario de características organizativas y de funcionamientos (ICOF).
- inventario de características de personal y residentes (ICPR).
- escala de valoración (EV).
- Escala de clima social(ECS).
- Listado de necesidades (LN).
- Cuestionario de información personal (CIP):
- Cuestionario de satisfacción (CS).
- Mapa de interacción conducta-ambiente (MICA).

Cada uno de estos instrumentos requiere distintos tipos de procedimientos de recogida de datos. Haremos una breve descripción de los nueve instrumentos citados más arriba.

3.1. Inventario de características arquitectónicas y físicas.

Se compone de ocho escalas y citaremos un ejemplo de cada uno de ellos.

- accesibilidad a la comunidad, por ejemplo: ¿ hay un supermercado como para ir andando?
- Confort físico, por ejemplo: ¿está el vestíbulo decorado?
- Ayudas socio recreativas. ¿hay algún salón cerca de la puerta de la entrada para descansar o conversar?
- Ayudas protésicas, ¿hay pasamanos en los pasillos?
- Ayudas de orientación, ¿están los pasillos clasificados por colores?
- Características de seguridad, ¿hay timbres de llamada en los cuartos de baño?
- Salas de personal, ¿hay un sala para el uso del personal?
- Disponibilidad de espacio, ¿cuántas salas de actividades especiales hay?

3.2. Inventario de características de organización y funcionamiento.

- expectativas de funcionamiento, ¿se espera que coma sin necesidad de ayuda?
- Tolerancia a la desviación, ¿se permite que los residentes se nieguen a bañarse?



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 24 NOVIEMBRE DE 2009

- Elección organizativa, ¿tienen que estar los residentes a una hora determinada por la noche?
- Control por los residentes; ¿hay asamblea de residentes?
- Claridad organizativa: difusión de la información y comunicación de ideas.
- Intimidad, ¿hay habitaciones individuales?
- Disponibilidad de servicio de salud: servicios de rehabilitación
- Disponibilidad de asistencia diaria; ¿se proporciona ayuda para hacer la compra?
- Disponibilidad de actividades socio recreativa: diversidad de ofertas.

3.3. Inventario de características de personal y residentes.

- Características del personal: experiencia del personal.
- Habilidades funcionales de los residentes: nivel de independencia
- Nivel de actividad de los residentes: grado de participación en actividades.
- Integración de los residentes en la comunidad: participación en las actividades.
- Utilización de servicios de salud: frecuencia de uso de los servicios sanitarios.
- Utilización de asistencia en la vida diaria: uso de la peluquería.
- Utilización de actividades socio recreativas: grado de participación en ellas.

3.4. Escala de valores

- Atractivo físico: valoraciones sobre la limpieza y estética de la residencia
- Diversidad ambiental: grado de personalización de las habitaciones de los residentes.
- Funcionamiento de los residentes: apariencia,, aspecto y limpieza de los residentes.
- Funcionamiento personal: interacción entre el personal y residentes.

3.5. Escala de clima social.

- Cohesión: ayuda y apoya de los residentes entre ellos y del personal con los residentes.
- Conflicto: grado de crítica de los residentes entre ellos y a la residencia.
- Independencia: los residentes toman decisiones propias y se desenvuelven por si mismo.
- Expresividad: de los problemas y sentimientos.
- Organización: importancia del orden y la organización en la institución.
- Influencia de los residentes: sobre las normas y el funcionamiento de la residencia.
- Confort físico: el medio físico proporciona comodidad, intimidad...

3.6. Listado de necesidades.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 24 NOVIEMBRE DE 2009

Sirve para conocer las necesidades de los residentes y del personal para proceder a su modificación y mejora. Son entre otras: horarios, servicios de comida, limpieza, normas sobre las visitas, actividades programadas, servicios médicos...

3.7. Cuestiones de satisfacción.

Se quiere conocer el grado de satisfacción del personal y de los residentes con la pregunta: "por favor, indique si esta satisfecho con los siguientes aspectos de la residencia". Se contesta a una lista con siete elementos: relaciones con el personal que trabaja en la residencia, relación con otros residentes, relación que mantienen con la familia...

Se contesta nada, algo, bastante, mucho o bien, si o no.

3.8. Cuestionario de información personal.

Este cuestionario tiene por objeto evaluar las variables personales que son relevantes en las residencias de ancianos y mide cuatro condiciones:

- Las habilidades funcionales
- La actividad personal.
- La integración en la comunidad.
- La salud.

3.9. Mapas de interacción conducta- ambiente.

Su objetivo es medir la interacción entre el comportamiento de los sujetos y el ambiente de la residencia mediante la observación.

Es un procedimiento de recogida de información en el que se selecciona los lugares donde se va a proceder a la observación y los comportamientos a evaluar.

3.10. Utilidad del SERA

Es un medio fiable para describir una determinada residencia ya que permite establecer comparaciones y es posible valorar programas residenciales.

Es muy útil cuando se quiere modificar algunas condiciones ambientales ya que permite apreciar que aspectos hay que modificar.

Permite hacer comparaciones con otros países y sacar conclusiones de nuestras instituciones para mayores.

Facilita realizar investigaciones sobre la influencia del ambiente y el comportamiento como por ejemplo el efecto del mobiliario sobre el comportamiento.

Proporciona una valiosa información a posibles residentes sobre una residencia concreta lo cual favorece una elección más segura.

4. CONCLUSIONES



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 24 NOVIEMBRE DE 2009

La persona mayor sigue siendo un elemento activo en un ambiente activo y no un individuo pasivo en un ambiente inadecuado, controlador y hostil.

El objetivo de la intervención debe de ser encontrar el óptimo nivel de estimulación para la persona mayor.

La residencia, el vecindario y la casa son los escenarios donde se desarrollan la vida cotidiana de los mayores, siendo la casa y el vecindario lugares decisivos, donde la persona mayor desea continuar, y se debe de luchar para que permanezca en ellas siempre y cuando lo desee, ajustando las características del entorno a sus necesidades.

Finalmente se ha presentado un sistema de evaluación de residencias de ancianos con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas mayores que viven en estos contextos residenciales

BIBLIOGRAFÍA

Fernández –Ballesteros, R (1986): Hacia un vejez competente. Un desafío a la ciencia y a la sociedad. En M.Carretero, J.Palacios y A.Marchesi, Psicología evolutiva. Madrid: Alhambra.

Fernández –Ballesteros, R; Izal, M; Díaz P; González J L y Juan Espinosa M. (1982) Influencia del mobiliario en la conducta interpersonal de ancianos institucionalizados. Servicio de publicaciones de la universidad de Murcia

Autoría

- Nombre y Apellidos: Mari Paz Martínez Paradinas
- Centro, localidad, provincia: Ceip El Chaparral, Cala de Mijas, Málaga
- E-mail: mpmparadinas@hotmail.com