



Marc Trepac Carbonell

Arquitecto.
Socio director de B\TA Artistic,
Technical & Social Architecture

El 19% de la población española tiene más de 65 años. Se prevé que en 30 años se doble la población de más de 80, y que se multiplique por 10 la población mayor de 100 años. En el mundo ya hay más personas de más de 65 años que menores de 5

El futuro de la arquitectura para nuestros mayores

Tenemos por delante dos retos globales. La lucha contra el cambio climático y el envejecimiento de la población. En los dos la arquitectura tiene un papel importante. Diseñar edificios más sostenibles, respetuosos con el medio ambiente y con un consumo energético próximo a cero será imprescindible para luchar contra el cambio climático. Pero tenemos otro reto, el envejecimiento de la población que también es de alcance mundial y que también requiere que los arquitectos tengamos un papel importante en la investigación de las soluciones que permitan a las personas mayores vivir cómodamente. Actualmente el 19 por ciento de la población española tiene más de 65 años. Se prevé que en 30 años se doble la población de más de 80, y que se multiplique por diez la población mayor de 100 años. En el mundo ya hay más personas de más de 65 años que menores de cinco años.

Para poder proponer soluciones arquitectónicas, lo primero que necesitamos es conocer las necesidades de las personas mayores. Todos queremos vivir en nuestra casa hasta el final. Pero esto no siempre es posible, por el tipo de viviendas donde vivimos o porque necesitamos ayuda para las actividades de nuestra vida diaria. El reto del envejecimiento de la población pasa por conseguir que las personas lleguemos hasta el final de la mejor manera posible, tanto si tenemos una salud de hierro como si sufrimos dependencias. Conocer las necesidades de las personas mayores es la base que nos

permite diseñar los espacios que estas necesitan y hacerlo de la forma lo más adecuada posible.

Hasta ahora hemos estado diseñando residencias asistidas como si fueran unos edificios híbridos entre hoteles y hospitales. Edificios terriblemente institucionales y muy alejados de lo que todos entendemos como un hogar. Hemos tenido que ir al extranjero y ver cómo se diseñan las residencias en países donde hace tiempo que se aplica el modelo de Atención Centrada en la Persona (ACP). Allí hemos entendido cómo deben ser los espacios idóneos para nuestros mayores. Los modelos nórdicos tienen espacios comunes mucho más pequeños y habitaciones individuales mucho más grandes y están distribuidos en unidades de convivencia muy pequeñas, de entre ocho y 20 personas como máximo. Por su parte, los modelos del centro de Europa, de Alemania y Holanda, que se parecen mucho a los nórdicos con unidades de 15 a 20 personas, desarrolladas con diferentes unidades por planta y algunas habitaciones dobles, también son un modelo interesante. Los modelos anglosajones son muy diferentes, pero también tienen su interés, porque parten de unas comunidades para gente mayor pero autónoma y cuentan con unidades asistidas más reducidas.

En España las residencias para gente mayor que se construyen son en su práctica totalidad asistidas. Esto es así, porque el parque de plazas residenciales para mayores está por debajo de lo que la OMS considera necesario, que es el 5 por ciento de la población mayor de 65 años. Si valoramos las

necesidades que habrá en el futuro, entenderemos que debemos trabajar desde la innovación para encontrar soluciones diferentes que se adapten a las necesidades y voluntades de las futuras personas mayores. Para las personas que tienen un cierto grado de dependencia, conseguir espacios que limiten los estímulos negativos es muy importante. Es la manera de evitar el estrés, la angustia y la depresión, sobre todo en personas que sufren algún tipo de demencia. Por otro lado, está demostrado que los espacios que favorecen los estímulos positivos mejoran el estado de ánimo de las personas y reducen de forma significativa el uso de la farmacología. Por lo tanto, el reto inmediato es conseguir residencias distribuidas en unidades de convivencia más pequeñas y organizar el edificio para que los equipos de atención puedan atender a cada unidad sin incrementar el personal ni los costes de forma excesiva. Esto lo conseguimos creando varias unidades por planta que permitan la distribución de los asistentes según la necesidad, pero que generen espacios más pequeños y flexibles que permitan incrementar la intimidad de las personas. Ya lo estamos haciendo con bastante éxito.

La siguiente pregunta es ¿serán así las residencias para las futuras generaciones de personas mayores? Mi respuesta es que no; o no totalmente. En la generación de mis padres convivían bajo un mismo techo, tres generaciones. Mi generación ya no ha convivido con los padres, aunque sí nos hemos encargado de ellos, bien multiplicando horarios o bien buscando personas de compañía. Cuando nosotros seamos mayores, no sabemos dónde vivirán nuestros hijos, si es que los tenemos, y probablemente seremos nosotros los que decidamos que no queremos que nos cuiden. En este sentido me gustaría poner en valor el modelo norteamericano basado en edificios de apartamentos para personas válidas - *independent living*- en los que la existencia de muchos espacios compartidos genera una vida en comunidad muy

interesante. En cada uno de estos edificios también hay unidades pequeñas para personas asistidas -*assisted living*- e incluso unidades para demencias -*memory care*-. Otros modelos interesantes son el conocido como "*cohousing*" nacido en Dinamarca y exportado con éxito a los países anglosajones y recientemente también a países mediterráneos. Este modelo tiene su base en la autopromoción y autogestión del conjunto desde el minuto uno, que es muy interesante pero que no se adapta a la totalidad de las personas.

Las necesidades de las personas mayores no se acaban con la implementación de residencias asistidas. También tenemos que pensar en entornos para las personas cuando se hacen mayores y gozan de una salud razonable y no necesitan una residencia asistida. No podemos permitir que la jubilación suponga el aislamiento de los mayores. Tenemos que conseguir que vivan en entornos más estimulantes y que sean personas social y mentalmente activas. Y esto pasa, a menudo, por volver a reunir gente de diferentes generaciones, aunque no necesariamente bajo el mismo techo, como hacían nuestros padres y abuelos, pero sí en entornos que permitan la necesaria relación intergeneracional. Tienen que ser edificios de viviendas globales, dentro de la sociedad y no aisladas, en régimen de alquiler a precios asequibles y que permitan la convivencia dentro de un marco de comunidad. Además, donde haya servicios en función de las necesidades y unidades asistidas más pequeñas y próximas que permitan la atención a las personas más dependientes. Ya hay bastantes experimentos en marcha. Uno de ellos es una residencia para mayores en Holanda, donde los estudiantes viven gratuitamente a cambio de pasar un tiempo con los residentes más mayores. Para muchos de estos residentes *seniors*, algunos nonagenarios, "lo mejor del lugar donde viven" es "la presencia de los estudiantes" un hecho que los estimula y los ayuda a "mantenerse jóvenes".

Marc Trepal Carbonell

Arquitecto.

Socio director de BTA Artistic,
Technical & Social Architecture

Las necesidades de las personas mayores no se acaban con la implementación de residencias asistidas. También tenemos que pensar en entornos para las personas cuando se hacen mayores y gozan de una salud razonable