



**UNIVERSIDAD LAICA VICENTE ROCAFUERTE
DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CARRERA DE INGENIERÍA INDUSTRIA Y
CONSTRUCCIÓN
CARRERA DE DISEÑO**

**TRABAJO DE TITULACIÓN
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
DISEÑADORA DE INTERIORES**

TEMA

**APLICACIÓN DEL ESTILO ZEN EN EL DISEÑO DE UNA CASA DE
RETIRO EN PICHINCHA, MANABÍ.**

TUTOR

MGTR. MARIA EUGENIA DUEÑAS BARBERÁN.

AUTORES

CINDY MARIELY MERA MERO

MIRIAM MAYENSE MONCADA SAN LUCAS

GUAYAQUIL

2024

REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS

TÍTULO Y SUBTÍTULO:

Aplicación del estilo Zen en el diseño de una casa de retiro en Pichincha, Manabí.

AUTOR/ES:

Mera Mero Cindy Mariely
Moncada San Lucas Miriam Mayense

TUTOR:

Dueñas Barberán Maria Eugenia, Mgtr.
Dis.

INSTITUCIÓN:

Universidad Laica Vicente
Rocafuerte de Guayaquil

Grado obtenido:

Diseñadora de Interiores

FACULTAD:

INGENIERÍA, INDUSTRIA Y
CONSTRUCCIÓN

CARRERA:

DISEÑO

FECHA DE PUBLICACIÓN:

2024

N. DE PÁGS:

134

ÁREAS TEMÁTICAS: Humanidades y Artes

PALABRAS CLAVE: Espacios, materiales, estilo, naturaleza, diseño interior.

RESUMEN:

La Organización Mundial de la Salud, manifiesta que el estrés es la enfermedad del siglo XXI, en un estudio de 2009 se llegó a la conclusión de que el estrés será una de las principales causas de discapacidad en el 2030, sobre todo bajas laborales y graves problemas sociales y familiares.

Las constantes amenazas resultados de la contaminación ambiental, el ruido, los factores económicos, la sobrecarga de trabajo, la falta de satisfacción laboral, las relaciones personales, la atención a la familia, la presión en vacaciones, no decir nunca No, no tener tiempo libre, obsesionarse con la perfección, la falta de interés, el desorden y confusión y muchos otros problemas son algunas de las constantes causas del estrés en los seres humanos.

Este trabajo de investigación tiene como objetivo principal proporcionar un espacio donde los residentes puedan desconectar, descansar, rejuvenecer y mejorar

su bienestar en todos los aspectos de su vida, se busca identificar los beneficios y los efectos psicológicos y emocionales de las estancias en esta casa de retiro a través de espacios adecuados donde se sientan cómodos, seguros y cuidados aprovechando al máximo el espacio disponible, teniendo en cuenta las necesidades y preferencias de los mismos, utilizando materiales que junto con el diseño interior terminen en un gran impacto en la calidad de vida, definiendo los colores, la iluminación, la naturaleza y la distribución de los muebles logrando a través del estilo Zen esa armonía perfecta gracias a su simplicidad.

N. DE REGISTRO (en base de datos):	N. DE CLASIFICACIÓN:	
DIRECCIÓN URL (Web):		
ADJUNTO PDF:	SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
CONTACTO CON AUTOR/ES: Mera Mero Cindy Mariely Moncada San Lucas Miriam Mayense	Teléfono: 0982229701 0978624244	E-mail: cmeram@ulvr.edu.ec mmoncadas@ulvr.edu.ec
CONTACTO EN LA INSTITUCIÓN:	PhD Calero Amores Marcial Sebastián (Decano) Teléfono: 2596500 Ext. 241 E-mail: mcaleroa@ulvr.edu.ec Mgtr. Morales Robalino Lissette Carolina (Director de Carrera) Teléfono: 2596500 Ext. 209 E-mail: lmoralesr@ulvr.edu.ec	

CERTIFICADO DE SIMILITUD

Visualizador de documentos

Turnitin Informe de Originalidad

Procesado el: 01-mar-2024 09:44 -05

Identificador: 2308863959

Número de palabras: 19447

Entregado: 1

TESIS Por MARSELY MERA

	Similitud según fuente
Índice de similitud	
3%	Internet Sources: 3%
	Publicaciones: 0%
	Trabajos del estudiante: 1%

excluir citas	Excluir bibliografía	excluyendo las coincidencias < 1%	modo: ver informe en vista quickview (vista clásica)	imprimir	actualizar	descargar
1% match (Internet desde 09-dic.-2017) http://esmadeco.com						
1% match (Internet desde 15-dic.-2020) https://www.ecured.cu/Cant%C3%B3n_Pichincha_(Ecuador)						
1% match (Internet desde 03-nov.-2022) https://repositorio.usfo.edu.ec/bitstream/23000/9955/1/131609.pdf						
1% match (trabajos de los estudiantes desde 05-jun.-2023) Submitted to Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil on 2023-06-05						
1% match (Internet desde 13-ene.-2023) https://app.sni.gob.ec/sni-link/sni/PORTAL_SNI/data_siqad_plus/siqadolusdiagnostico/1360001870001_PICHINCHA%20diagnost%202014_19-02-2015_09-01-02.pdf						



MARIA EUGENIA
GUENAS BARBEVAN

DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y CESIÓN DE DERECHOS PATRIMONIALES

Las estudiantes egresadas CINDY MARIELY MERA MERO Y MIRIAM MAYENSE MONCADA SAN LUCAS, declaramos bajo juramento, que la autoría del presente Trabajo de Titulación, **Aplicación del estilo Zen en el diseño de una casa de retiro en Pichincha, Manabí.** corresponde totalmente a las suscritas y nos responsabilizamos con los criterios y opiniones científicas que en el mismo se declaran, como producto de la investigación realizada.

De la misma forma, cedemos los derechos patrimoniales y de titularidad a la Universidad Laica VICENTE ROCAFUERTE de Guayaquil, según lo establece la normativa vigente.

Autores



CINDY MARIELY MERA MERO

CI: 0914623368



MONCADA SAN LUCAS MIRIAM MAYENSE

C.I. 0919396895

CERTIFICACIÓN DE ACEPTACIÓN DEL DOCENTE TUTOR

En mi calidad de docente Tutor del Trabajo de Titulación “**Aplicación del estilo Zen en el diseño de una casa de retiro en Pichincha, Manabí**” designada por el Consejo Directivo de la Facultad de Ingeniería Industria y Construcción de la Universidad Laica VICENTE ROCAFUERTE de Guayaquil.

CERTIFICO:

Haber dirigido, revisado y aprobado en todas sus partes el Trabajo de Titulación, titulado: “**Aplicación del estilo Zen en el diseño de una casa de retiro en Pichincha, Manabí**”, presentado por las estudiantes CINDY MARIELY MERA MERO y MIRIAM MAYENSE MONCADA SAN LUCAS como requisito previo, para optar al Título de DISEÑADORA DE INTERIORES, encontrándose aptas para su sustentación.



MGTR. MARIA EUGENIA DUEÑAS BARBERÁN

C.C. 1303722365

AGRADECIMIENTO

Agradezco en primer lugar a Dios por darme día a día la oportunidad de vivir, de soñar y de luchar por los propósitos que tiene para mi vida.

A mis padres, Johnny y Araceli por brindarme la posibilidad de estudiar y prepararme en Guayaquil, por enseñarme a ser independiente y que con esfuerzo, perseverancia y determinación se logran los objetivos.

A mis hermanos Paola y Alex por su apoyo y consejos en cada momento. A mi cuñado Stalin por estar siempre para nosotros.

A mis sobrinos Jostyn, Alejandra y a mi hijo Liam por ser amor y la motivación de nuestra familia.

Mariely

AGRADECIMIENTO

Al finalizar esta maravillosa etapa de mi vida me siento profundamente agradecida con todos quienes fueron mi apoyo en este anhelado logro, a quienes caminaron junto a mi todo este tiempo y siempre fueron motivación e inspiración.

Esta mención es principalmente para Dios quien me ha dado la fortaleza para seguir adelante.

A mis padres, hermanas y sobrinos por su comprensión y apoyo a lo largo de mis estudios.

A mi hija por ser mi mayor fuente de inspiración

Mayense

DEDICATORIA

Dedico este proyecto a mi hijo Liam por ser mi motivación para luchar cada día, por ser la razón de seguir perseverante ante cualquier adversidad, por inspirarme a ser mejor ser humano para él y esta sociedad.

Mariely

DEDICATORIA

Dedico este logro a mis padres, Luis Moncada y Julia San Lucas quienes me inculcaron buenos valores y apoyaron en mis deseos de superación.

A mis hermanas y sobrinos por haberme apoyado en todo momento y por confiar en mí.

Y principalmente dedico este logro a mi amada hija Renata quien ha sido mi mayor motivación para nunca rendirme y llegar a ser un ejemplo para ella.

Mayense

RESUMEN

La Organización Mundial de la Salud, manifiesta que el estrés es la enfermedad del siglo XXI, en un estudio de 2009 se llegó a la conclusión de que el estrés será una de las principales causas de discapacidad en el 2030, sobre todo bajas laborales y graves problemas sociales y familiares.

Las constantes amenazas resultados de la contaminación ambiental, el ruido, los factores económicos, la sobrecarga de trabajo, la falta de satisfacción laboral, las relaciones personales, la atención a la familia, la presión en vacaciones, no decir nunca No, no tener tiempo libre, obsesionarse con la perfección, la falta de interés, el desorden y confusión y muchos otros problemas son algunas de las constantes causas del estrés en los seres humanos.

Este trabajo de investigación tiene como objetivo principal proporcionar un espacio donde los residentes puedan desconectar, descansar, rejuvenecer y mejorar su bienestar en todos los aspectos de su vida, se busca identificar los beneficios y los efectos psicológicos y emocionales de las estancias en esta casa de retiro a través de espacios adecuados donde se sientan cómodos, seguros y cuidados aprovechando al máximo el espacio disponible, teniendo en cuenta las necesidades y preferencias de los mismos, utilizando materiales que junto con el diseño interior terminen en un gran impacto en la calidad de vida, definiendo los colores, la iluminación, la naturaleza y la distribución de los muebles logrando a través del estilo Zen esa armonía perfecta gracias a su simplicidad.

Palabras Claves: Espacios, materiales, estilo, naturaleza, diseño interior.

ABSTRACT

The World Health Organization states that stress is the disease of the 21st century. In a 2009 study, it was concluded that stress will be one of the main causes of disability in 2030, especially sick leave and serious illnesses, social and family problems.

The constant threats resulting from environmental pollution, noise, economic factors, work overload, lack of job satisfaction, personal relationships, attention to family, pressure on vacation, never saying No, no free time, obsession with perfection, lack of interest, disorder and confusion and many other problems are some of the constant causes of stress in human beings.

This research work has as its main objective to provide a space where residents can disconnect, rest, rejuvenate and improve their well-being in all aspects of their lives, it seeks to identify the benefits and psychological and emotional effects of stays in this retirement home through adequate spaces where they feel comfortable using materials that together with the interior design have a great impact on the quality of life, defining the colors, lighting, nature and the distribution of the furniture, achieving through the Zen style that perfect.

Keywords: Spaces, materials, style, nature, interior design.

ÍNDICE GENERAL

Contenido

REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA	ii
FICHA DE REGISTRO DE TESIS	ii
CERTIFICADO DE SIMILITUD	iv
DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y CESIÓN DE DERECHOS PATRIMONIALES	v
CERTIFICACIÓN DE ACEPTACIÓN DEL DOCENTE TUTOR	vi
AGRADECIMIENTO	vii
DEDICATORIA	viii
RESUMEN	ix
ABSTRACT	x
ÍNDICE GENERAL.....	xi
Contenido	xi
ÍNDICE DE TABLAS	xiv
ÍNDICE DE FIGURAS	xiv
ÍNDICE DE ANEXOS	xvi
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I.....	3
ENFOQUE DE LA PROPUESTA	3
1.1 Tema.....	3
1.2 Planteamiento del Problema.....	3
Formulación del problema.	5
1.4. Objetivos De la Investigación.	5
1.4.1 Objetivo General.....	5
1.4.2. Objetivos Específicos.....	5
1.5 Hipótesis.....	5
1.6 Líneas de Investigación de la Facultad.	5
CAPÍTULO II.....	6
MARCO REFERENCIAL.....	6
2.1. Marco Teórico.	6
2.1.1. Antecedentes	17
Estilo Zen.	19

Materiales del estilo Zen.....	21
Sala de Masajes.....	25
La Sala de Yoga.....	25
Criterios de Diseño.....	27
Estética,.....	27
Ergonomía en el diseño.....	28
Antropometría.....	30
Los materiales.....	32
Los colores.....	33
Los accesorios.....	34
El diseño interior y la vegetación.....	36
La iluminación en el diseño.....	37
2.2. Marco Legal:.....	38
CAPÍTULO III.....	43
MARCO METODOLÓGICO.....	43
3.1. Enfoque de la investigación.....	43
3.2. Alcance de la investigación.....	43
3.3. Técnica e instrumentos para obtener los datos.....	43
3.4. Población y muestra.....	43
ENTREVISTAS.....	43
Entrevista # 1.....	44
Entrevista # 2.....	45
Entrevista # 3.....	46
Entrevista # 4.....	47
Entrevista # 5.....	48
Entrevista # 6.....	49
CAPÍTULO IV.....	51
PROPUESTA.....	51
4.1. Tema.....	51
4.2 Generalidades.....	51
4.3. Diagrama de Flujos. Planta Baja.....	52
Planta Alta.....	53
4.4. Necesidades del proyecto por Área.....	53
4.4. Memoria descriptiva.....	57

Recepción.....	58
Administración.....	59
Comedor.....	60
Cocina y bodega.....	61
La Barbacoa.....	61
Piscina.....	62
El Sauna.....	63
La Sala de Masajes.....	64
La Sala de Yoga.....	65
El área de Lectura.....	66
Habitaciones o Dormitorios.....	67
Escalera y Pasillo.....	68
Baños.....	69
Habitaciones en Planta Alta.....	72
Fase técnica del proyecto.....	79
Bibliografía.....	107

ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1. Necesidades del proyecto.</i>	53
<i>Tabla 2. Plantas ecuatorianas</i>	74
<i>Tabla 3. Presupuesto referencial.</i>	75
<i>Tabla 4. Normativas</i>	116

ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Ilustración 1. Vista del Centro de retiro de Adultos Mayores.</i>	6
<i>Ilustración 2. Bloque de habitaciones</i>	7
<i>Ilustración 3. Vista desde el estacionamiento al proyecto.</i>	8
<i>Ilustración 4. Vista exterior del proyecto.</i>	9
<i>Ilustración 5. Jardín de Té y sukiyo.</i>	9
<i>Ilustración 6. Vista de comedor</i>	10
<i>Ilustración 7. Mobiliario de comedor</i>	11
<i>Ilustración 8. Vista externa del proyecto.</i>	11
<i>Ilustración 9. Vista externa del proyecto.</i>	12
<i>Ilustración 10. Vista del proyecto</i>	13
<i>Ilustración 11. Jardines verticales interiores</i>	14
<i>Ilustración 12. Vista del lugar de hacer yoga</i>	15
<i>Ilustración 13. Vista del proyecto en la playa.</i>	15
<i>Ilustración 14. Vestíbulo área de masajes</i>	16
<i>Ilustración 15. Centro Integral.</i>	17
<i>Ilustración 16. Ambiente Zen.</i>	20
<i>Ilustración 17. Madera en el estilo Zen.</i>	21
<i>Ilustración 18. La piedra en el estilo Zen.</i>	21
<i>Ilustración 19. Bambú en el estilo Zen</i>	22
<i>Ilustración 20. Papel de arroz en el estilo Zen.</i>	22
<i>Ilustración 21. Roca Volcánica en el estilo Zen.</i>	23
<i>Ilustración 22. Agua en el estilo Zen.</i>	23
<i>Ilustración 23. Sauna</i>	24
<i>Ilustración 24. Sala de masaje.</i>	25
<i>Ilustración 25. Sala de Yoga</i>	26
<i>Ilustración 26. Diseño ergonómico de un closet.</i>	28
<i>Ilustración 27. Diseño de escritorio ergonómico.</i>	30
<i>Ilustración 28. Medidas Antropométricas</i>	31
<i>Ilustración 29. Vista de materiales del estilo Zen.</i>	33
<i>Ilustración 30. La teoría del color.</i>	34
<i>Ilustración 31. Accesorios para baño.</i>	36
<i>Ilustración 32. Plantas en el interior</i>	37
<i>Ilustración 33. La investigación en el diseño.</i>	38
<i>Ilustración 34: Diagrama de flujos.</i>	52

<i>Ilustración 35. Diagrama de flujo: Planta Alta</i>	53
<i>Ilustración 36: Esquema de color y materiales de Área de Ingreso</i>	57
<i>Ilustración 37: Esquema de color y materiales de área de Recepción</i>	58
<i>Ilustración 38: Esquema de color y materiales de área de Administración</i>	59
<i>Ilustración 39: Esquema de color y materiales de área de Comedor</i>	60
<i>Ilustración 40: Esquema de color y materiales de Comedor y Bodega</i>	61
<i>Ilustración 41: Esquema de color de Área de Barbacoa</i>	62
<i>Ilustración 42: Esquema de color y materiales de Área de Piscina</i>	63
<i>Ilustración 43: Esquema de color y materiales Área Sauna</i>	64
<i>Ilustración 44. Esquema de Color y materiales Sala de Masajes</i>	65
<i>Ilustración 45: Esquema de color y materiales de Sala de Yoga</i>	66
<i>Ilustración 46: esquema de color y materiales de Sala de lectura</i>	67
<i>Ilustración 47: Esquema de color y materiales área de Habitaciones</i>	68
<i>Ilustración 48: Esquema de colores y materiales de área de Escalera y Pasillos</i>	69
<i>Ilustración 49: Esquema de color y materiales de los Baños</i>	71
<i>Ilustración 50. Esquema de colores y materiales de Dormitorio</i>	72
<i>Ilustración 51. Esquema de colores y materiales de Dormitorio</i>	73
<i>Ilustración 52: Esquema de color y materiales Dormitorio 7</i>	73
<i>Ilustración 53: Zonificación Planta Baja</i>	79
<i>Ilustración 54: Zonificación Planta Alta</i>	80
<i>Ilustración 55: Planta Arquitectónica Planta Baja</i>	81
<i>Ilustración 56: Planta Arquitectónica Planta Alta</i>	82
<i>Ilustración 57: Planta Señalamiento de Corte A-A´</i>	83
<i>Ilustración 58. Planta de señalamiento Corte B – B´</i>	84
<i>Ilustración 59: Corte A.A´ Planta Baja</i>	85
<i>Ilustración 60. Corte B-B´ Planta Baja</i>	86
<i>Ilustración 61. Planta señalamiento corte A- A´ Planta Alta</i>	87
<i>Ilustración 62: planta de señalamiento Corte B – B´ Planta Alta</i>	88
<i>Ilustración 63: Alzado Decorativo A-A´. Planta Alta</i>	89
<i>Ilustración 64. Alzado Decorativo Corte B-B´ Planta Alta</i>	90
<i>Ilustración 65. Corte B-B´</i>	91
<i>Ilustración 66: Planta Decorativa Planta Baja</i>	92
<i>Ilustración 67. Plano de circulación Planta Baja</i>	93
<i>Ilustración 68. Plano de circulación Planta Alta</i>	95
<i>Ilustración 69. Señalética en Planta Baja</i>	96
<i>Ilustración 70. Señalética Planta Alta</i>	97
<i>Ilustración 71 Lámina de Cama Tatamé</i>	98
<i>Ilustración 72. Diseño de mesa</i>	99
<i>Ilustración 73. Perspectiva de la Cocina</i>	100
<i>Ilustración 74. Perspectiva del Comedor</i>	101
<i>Ilustración 75. Perspectiva del Comedor</i>	102
<i>Ilustración 76. Perspectiva de Sala de Lectura</i>	103
<i>Ilustración 77. Perspetiva de Dormitorio</i>	104
<i>Ilustración 78. Área de Barbacoa</i>	114
<i>Ilustración 79. Área de Ingreso</i>	114
<i>Ilustración 80. Área de Recepción</i>	115

Ilustración 81. Área de Dormitorio 115

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Formato de entrevista 112
Anexos 2- Bocetos 113
Anexos 3. Fotos del Proyecto..... 114
Anexos 4. Normativas..... 116

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud, manifiesta que el estrés es la enfermedad del siglo XXI, en un estudio de 2009 se llegó a la conclusión de que el estrés será una de las principales causas de discapacidad en el 2030, sobre todo bajas laborales y graves problemas sociales y familiares.

Las constantes amenazas resultados de la contaminación ambiental, el ruido, los factores económicos, la sobrecarga de trabajo, la falta de satisfacción laboral, las relaciones personales, la atención a la familia, la presión en vacaciones, no decir nunca No, no tener tiempo libre, obsesionarse con la perfección, la falta de interés, el desorden y confusión y muchos otros problemas son algunas de las constantes causas del estrés en los seres humanos.

Este trabajo de investigación tiene como objetivo principal proporcionar un espacio donde los residentes puedan desconectar, descansar, rejuvenecer y mejorar su bienestar en todos los aspectos de su vida, se busca identificar los beneficios y los efectos psicológicos y emocionales de las estancias en esta casa de retiro a través de espacios adecuados donde se sientan cómodos, seguros y cuidados aprovechando al máximo el espacio disponible, teniendo en cuenta las necesidades y preferencias de los mismos, utilizando materiales que junto con el diseño interior terminen en un gran impacto en la calidad de vida, definiendo los colores, la iluminación y la distribución de los muebles logrando a través del estilo Zen esa armonía perfecta gracias a su simplicidad.

Este trabajo de investigación comprende cuatro capítulos en su presentación que se distribuyen de la siguiente manera:

Capítulo I, corresponde a una presentación y descripción de la tesis, refiere el tema de la tesis, la descripción del estado actual, la contextualización del problema o pregunta de la investigación, la importancia de este estudio y la delimitación del alcance y los objetivos de la investigación.

El Capítulo II, describe los antecedentes del estudio, con la revisión de la literatura relevante relacionada con el tema, resumen de las investigaciones previas y teorías relevantes.

En el Tercer Capítulo se desarrolla el Enfoque y Técnicas de recolección de la información utilizadas en el estudio.

El Cuarto Capítulo detalla la propuesta completa donde se define la aplicación del estilo y se crean los espacios necesarios y con todas las características requeridas para este tipo de proyecto.

CAPÍTULO I

ENFOQUE DE LA PROPUESTA

1.1 Tema.

Aplicación del estilo Zen en el diseño de una casa de retiro en Pichincha, Manabí.

1.2 Planteamiento del Problema.

En la actualidad el aceleramiento y la prisa que parece dirigir el comportamiento de la sociedad contemporánea, así como vivir en un clima de tensión, el estrés, la densidad de la población, el ruido, la falta de espacios verdes, las largas distancias de desplazamientos, la contaminación ambiental, los antecedentes político/económicos, las congestiones de tránsito, la inseguridad que se agudiza en los grandes centros urbanos sumado a la utilización de la tecnología, han modificado el trabajo cotidiano así como la vida familiar y social en la población quedando expuestos a la sobrecarga de estímulos que amenazan la salud mental.

El impacto negativo muy significativo en la calidad de vida de los residentes en las casas de retiro ocasionado por los problemas arquitectónicos puede causar frustración, disminuir la seguridad y afectar la salud y el bienestar general debido a que no se sentirán en un ambiente seguro y protegido donde se puedan mantener independientes sin preocuparse por el mantenimiento del mismo.

La arquitectura y el diseño de las casas de retiro juegan un papel fundamental en el bienestar de los residentes. Los problemas arquitectónicos pueden dificultar la movilidad, afectar la iluminación y desencadenar situaciones de riesgo. El no abordar estos problemas no podrá garantizar un ambiente seguro y acogedor para todas las personas que requieran de un lugar así.

La dificultad en lo que respecta a la movilidad crea los problemas de accesibilidad que impiden tener un entorno más accesible porque impiden especialmente a aquellas con discapacidades que participen plenamente en diversas actividades causando la frustración, disminuyendo la seguridad, afectando la salud y el bienestar general.

La falta de iluminación adecuada y estratégica para asegurar una buena visibilidad y reducir el riesgo de caídas es otro de los problemas latentes en este tipo de edificaciones y que también va a la par con la calidad de los materiales que se utilicen en su interior. Los colores y la iluminación también influyen en la percepción de comodidad y bienestar. La iluminación es clave para crear un ambiente cómodo y seguro. La falta de luz adecuada puede aumentar el riesgo de tropiezos y caídas, así como afectar el estado de ánimo de los residentes.

Los ruidos fuertes y constantes pueden ser perturbadores para los residentes, especialmente aquellos que tienen problemas de audición o que requieren de un ambiente tranquilo para descansar adecuadamente. Si los espacios al ser diseñados no tienen materiales que minimicen el ruido se estaría perjudicando a la institución. Cabe mencionar que una mala distribución de los muebles puede hacer que los espacios parezcan más pequeños e incómodos, lo que puede afectar el bienestar emocional y mental de los residentes.

La carencia de espacios verdes también se consideraría como uno de los problemas debido a que los espacios no se sentirían acogedores sin la presencia de éstas porque aportan mucho en lo que respecta a la salud emocional y mental en los residentes, debido a que no se aprovecharía los diversos efectos beneficiosos para la salud ya que proveen de oportunidades para la práctica del ejercicio y la interacción social.

Este trabajo de investigación tiene como objetivo profundizar en la comprensión de estos espacios dedicados al descanso, la reflexión y el crecimiento personal, se busca identificar los beneficios y los efectos psicológicos y emocionales de las estancias en esta casa de retiro a través de espacios adecuados donde se sientan cómodos, seguros y cuidados aprovechando al máximo el espacio disponible, teniendo en cuenta las necesidades y preferencias de los residentes, utilizando materiales que junto con el diseño interior terminen en un gran impacto en la calidad de vida, definiendo los colores, la iluminación y la distribución de los muebles logrando a través del estilo Zen esa armonía perfecta gracias a su simplicidad.

Formulación del problema.

¿De qué manera afectará el estilo Zen en una Casa de Retiro en Pichincha, Manabí?

1.4. Objetivos De la Investigación.

1.4.1 Objetivo General.

Aplicar el Estilo Zen en una Casa de Retiro en Pichincha, Manabí.

1.4.2. Objetivos Específicos.

- Investigar las necesidades del proyecto.
- Definir el diseño seleccionando el más óptimo.
- Implementar el estilo Zen en las diferentes áreas del diseño.
- Elaborar la planimetría del proyecto.

1.5 Hipótesis.

Con la aplicación del estilo Zen se conseguirá una Casa de Retiro con áreas integradas que ayudarán en la calidad de vida de los usuarios.

1.6 Líneas de Investigación de la Facultad.

Territorio, medio ambiente y materiales innovadores para la construcción.

La Investigación que se está realizando está dentro de las líneas de investigación de la Facultad debido a que se está proporcionando una edificación donde se provea de espacios adecuados y confortables y que junto al estilo Zen logrará el fin para lo que es creado.

CAPÍTULO II

MARCO REFERENCIAL

2.1. Marco Teórico.

Este capítulo está determinado por las diferentes teorías que existen de otros autores que han trabajado temas como el mencionado y que servirán de bases teóricas para desarrollar la creatividad del mismo considerando que el diseño interior de las casas de retiro puede tener un gran impacto en la calidad de vida de los residentes.

(Torres, 2018) en su trabajo de investigación propuso el diseño de un Centro de Retiro para adultos mayores en el que el elemento de trascendental importancia fue el sonido del agua como complemento arquitectónico y sobre todo el entorno emplazamiento especial para que pudieran desarrollar sus actividades, gozando de la armonía, lejos de la ciudad y sin contaminación acústica y ambiental para sincronizar entorno y usuario. Plantear los antecedentes, mínimo cinco investigaciones relacionadas con el tema de estudio.

Ilustración 1. Vista del Centro de retiro de Adultos Mayores.



Fuente: (Carlos Torres, 2018)

En este trabajo de titulación los autores tuvieron una propuesta Arquitectónica un Centro Recreativo y de Descanso en el que se adaptó la casa al terreno

considerando los árboles que existían para aprovechar la sombra natural que proporcionaban y tener conciencia ecológica, determinaron el diseño de cada espacio de acuerdo a la función que desempeñara en él, un lugar para meditación, reflexión, oración junto con los materiales como la piedra de la región y la madera. (Sandoval, 2017)

Para realizar actividades como retiros, conferencias, formaciones, talleres, asambleas y jornadas, se propuso este trabajo de investigación en el que el diseño se compuso de criterios espaciales y funcionales que se integraban entre sí, otorgándole esa característica atractiva a paisajes de reflexión que tuvieran contacto con la naturaleza priorizando espacios de meditación y convivencia al aire libre, exponiendo los materiales naturales con acabados muy sobrios, contrastando la frialdad del vidrio y el concreto con la calidez de la madera y las terrazas de jardín logrando armonía en sus tonos. (Alarcón & Vargas, 2021)

Ilustración 2. Bloque de habitaciones.



Fuente: (Alarcón & Vargas,2021)

En Santa Rosa de Quives, se desarrolló el proyecto de una Casa de Retiro para la Diócesis de Carabayllo debido al crecimiento en la población de fieles y a la falta de estos sitios en donde el autor aplicó los principios de la Arquitectura orgánica integrando la propuesta con el entorno natural, utilizando bajo la misma plantilla los

criterios de la Arquitectura Biofílica logrando una mejor experiencia con el usuario en el desarrollo de su retiro espiritual provocado por el diseño que interiorizó la naturaleza. (Pariasca, 2023).

Ilustración 3. Vista desde el estacionamiento al proyecto.



Fuente: (Pariasca, 2023)

Este trabajo de investigación se realizó en una Universidad de Colombia donde el autor se enfocó en la necesidad de ayudar a los jóvenes universitarios en momentos de estrés y ansiedad, a partir de un proyecto que mejorara la calidad de vida universitaria con un diseño modular saludable destinado a zonas exteriores que generó conceptos ambientales, sanos, el entorno brindaba al usuario confort, tranquilidad, bienestar gracias a los elementos naturales y al mobiliario, su filosofía Zen aplicada refleja la sencillez, inspiraba un entorno relajante, saludable y armonioso. (Núñez Suárez, 2017)

El presente proyecto se manifestó en la reestructuración interior de una residencia vacacional con el uso adecuado de espacios interiores, partiendo desde la opinión del usuario considerando sus necesidades, distribución y estética de la misma y que una vez analizada la información consiguió plasmar el diseño muy marcado en toda la residencia unificando lo rústico de la zona, la tranquilidad y la armonía propia de la esencia oriental, aprovechando al máximo los espacios tanto en funcionalidad, estética y confort, los materiales también se juntaron logrando fluidez en los ambientes, sin perder la naturaleza del estilo oriental. (Silva Valle, 2018)

Este proyecto se realizó en un edificio con 54 habitaciones simples y dobles, con áreas que generaron espacios libres de barreras arquitectónicas para brindar

bienestar en la integración comunitaria favoreciendo el desarrollo de sus actividades ofreciendo un clima de seguridad y estabilidad en la que pudieran sentirse útiles en esta etapa de su vida, determinando zonas de recreación como gimnasio, salón de baile, salas de juego, biblioteca, un comedor, salas de terapia y rehabilitación necesarias para el cuidado del adulto mayor. (Vicuña, 2021).

Ilustración 4. Vista exterior del proyecto.



Fuente: (Vicuña, 2021)

La finalidad en este trabajo fue examinar la base filosófica del Zen, y averiguar su avance como naturaleza estética. El trabajo radicó en un análisis de los orígenes, la evolución, los principios fundamentales y las características de la estética Zen, y su influencia en distintas disciplinas artísticas y culturales japonesas. El objetivo fue responder a la cuestión de qué hace que una obra sea “Zen” y entender el recorrido intelectual que esa denominación supone. (Vásquez Navarro, 2022)

Ilustración 5. Jardín de Té y Sukiyo.



Fuente: (Vásquez Navarro Julia, 2018).

En este proyecto los autores lograron conseguir esa transformación con la propuesta aplicada considerando los criterios basados en el control lumínico y el

estudio de recursos sensitivos y tecnológicos, haciendo que la función trabajara casi por sí sola teniendo sólo como condición para el espacio la percepción del usuario. En realidad, para conseguir toda una armonía con los criterios involucrados se manejaron correctamente iluminación, color, olor y sonidos y de esta forma se transformó satisfactoriamente el lugar. (Contreras L. & Cavallos P. Paulo, 2018)

Ilustración 6. Vista de comedor



Fuente: (Contreras & Cevallos, 2018).

En este trabajo de investigación el autor presentó la precisa relación que se manifestó en las construcciones japonesas donde utilizaron los materiales que tenían a su alcance haciendo arquitectura desmontable y flexible con un espacio poli funcional conectado con la naturaleza refinaban con sus técnicas e incorporaban elementos y sistemas que inundaban de conceptos como fluidez espacial, sencillez e integración interior-exterior o las alzaban mediante pilares para mejorar el cuidado del entorno, mientras su diseño interior formaba una retícula de pilares que integraba un espacio abierto. (Loureiro, 2020)

De acuerdo a (Pineda, 2018) se crearon mobiliarios de estilo Zen por ser estos los más sencillos, porque apuntaban a ser los más simples en sus líneas que por lo general son rectas y que siempre conservaban el color natural de la madera, en especial considerando la buena distribución en limitados espacios para lo que los muebles eficientes cumplieran diversos propósitos ocupando el menor espacio posible, que fueran de fácil manipulación, con buena estructura y estabilidad así como

flexibilidad de uso amplia logrando que el usuario se sienta identificado con éste por su valor estético y funcional.

Ilustración 7. Mobiliario de comedor



Fuente: (Pineda Claudia, 2018)

La característica en este proyecto fue crear un equipamiento de tipo espiritual religioso por la gran demanda de interesados, por lo que fue considerado y proyectado con diseño para desempeñar las actividades que se realizaban en tal tipología abarcando para todas ellas en un solo edificio los espacios necesarios que ayudaron no sólo a los estudiantes salesianos sino a nuevos grupos juveniles. Su arquitectura se basó en un diseño de línea ortogonal que se insertó en el paisaje respetando el ambiente que lo rodeaba logrando de esta manera rescatar un espacio verde de tranquilidad. (Durán, 2018).

Ilustración 8. Vista externa del proyecto.



Fuente: (Durán Erick, 2018)

Con el fin de reactivar el sector en cuanto a actividad turística y a partir del interés de ciertas personas se trabajó el proyecto de una vivienda de descanso, la misma que se adaptó al terreno y a la articulación del paisaje haciendo recorridos peatonales ayudados por pendientes y escalonamientos que accedieron a un permanente disfrute visual y sensorial, recuperando a la población visitante y al mismo tiempo haciendo que éste aporte al cambio del lugar, conservando la vegetación existente y la fauna del sector y de esta manera involucrar a los nuevos habitantes a la conservación de estos recursos evitando el transporte de vehículos en esta área. (Silva y Triana, 2020)

Ilustración 9. Vista externa del proyecto.



Fuente: (Silva Sebastián y Triana Raúl, 2020)

Este proyecto consistió en diseñar un centro de meditación que conectaba en un área central llamada “la caja de los milagros” que no era más que un contenedor de sorpresas que generaba emociones a través de los diversos recorridos planteados mediante puentes que conectaban la caja con el resto del complejo de meditación como espacios de cultivo, recreación y reunión social. El proyecto contempló una sala de uso múltiple para capacitaciones, charlas y exposiciones, una cafetería biblioteca, área administrativa, consultorio de psicología, talleres de cerámica, pintura, aromaterapia y reiki, salas de meditación, dormitorios, comedor, mirador privado y área comercial. (Ordóñez, 2020)

El diseño de este proyecto le apostó a los materiales locales, donde el espíritu Zen de la construcción fue la caracterización del respeto por el entorno y a la humanidad donde el Arquitecto Kuma conectó diferentes elementos en tono y forma, acoplando el exterior del jardín de la azotea con el interior de una forma extremadamente ordenada, su diseño se basó en el uso de 3000 tallos de bambú

ubicados a lo largo de 120m² bajo un concepto que simuló zonas arboleadas. (Ruiz, 2018)

Ilustración 10. Vista del proyecto



Fuente: (Arq. Kengo Kuma, 2018).

El templo Genki-an en Malevich, Kioto, Japón ha sido especialmente relevante porque lo simboliza dos ventanas, una en forma de círculo y otra cuadrada. La circular percibe la iluminación como máxima aspiración budista de la cual se puede percibir el mundo tal cual es. Incluso según su creencia se dice que se observa más allá de lo que los sentidos te muestran, y el cuadrado todo lo que te distrae, como la confusión, la duda. En general todo lo que la iluminación te distrae a través de los sentidos. Las ventanas del templo representan una forma cuasi - Estática delimitada por el templo viéndose vacía y que se complementó con el entorno cambiante de un paisaje vivo. (Fragua, Valdivieso Jorge, 2021).

El diseño piramidal de la Primitive Living House realizado por el Arquitecto Makoto en Saijo consistió en desarrollar una vivienda que tuviera relación abierta al espacio exterior y a la vez un cierto grado de privacidad siguiendo los principios de budismo y la conexión del paisajismo Zen. El diseño de la planta va de forma cuadrada misma encontrándose enterrada a un metro y al nivel de la vía está ubicada una ventana de 1,20m de altura que recorre de forma piramidal que ha permitido una visión 360°. De esta manera, si se observa desde el exterior pareciera estar flotando. (Somosa, 2018)

Crear una atmósfera de calma y paz, dónde la luz es el protagonista que envuelve el espacio del Oratorio San Peregrino en Paraná, Argentina, fue la base de diseño del templo en el que la luz natural se ubicó mediante una franja cenital posicionada estratégicamente sobre la cruz para que dé un simbolismo de espiritualidad. Así mismo, la aplicación de materiales con un envolvente rústico basados en el Karesansui (Jardín Zen), cómo el blanco liso genera un contraste con el hormigón y el piso pétreo. Mediante estos materiales lo que se intenta es simbolizar un lugar de refugio para el peregrino. (ASi! Arquitectura, 2021)

Respecto a esta investigación la autora propuso un centro de relajación y belleza con servicios de peluquería, spa y yoga, tres áreas unificadas bajo el concepto de Flor de Loto debido a que ha sido considerada la flor de la paz, pureza y belleza. El diseño fue eco amigable y brindó uso de agua reciclada, ahorro energético, materiales ecológicos, jardines verticales, implementación de sonidos naturales, con un diseño interior trabajado en formas orgánicas en el mobiliario y piso sin marcar circulación. (Poveda, Google Académico, 2018).

Ilustración 11. Jardines verticales interiores



Fuente: (Poveda, E.,2018)

El autor propuso un centro integral de relajación y tratamiento del estrés, con la finalidad de promover el desarrollo personal y familiar , mejorar la salud emocional y el desempeño profesional, la edificación contó con todos los espacios necesarios que permitieron al usuario dejar en la calle el ritmo de vida ajetreado para conectar poco a poco el cuerpo con un espacio mental sereno, donde los materiales, el

mobiliario, la iluminación y los colores fueran al compás del yoga generando una transición en el recorrido. (González, 2019)

Ilustración 12. Vista del lugar de hacer Yoga



Fuente: (González Silvia, 2019)

Este proyecto fue trabajado en la playa bajo el concepto de filosofía Zen, creada con líneas simples, integración de espacios y sencillez en los acabados, utilizando como materiales piedra en las paredes, madera, aluminio que le dieron al ambiente esa sensación de calidez, con ingresos de luz natural y que en las noches daba a los espacios serenidad y armonía. También se utilizó vidrio en las mamparas que dividen los espacios, los colores empleados fueron los neutros en general, el blanco, el micro cemento, el granito y porcelanatos grises. Esta casa logró ese concepto para lo que fue pensada favorecer la reflexión y la meditación dentro de lo que implica disfrutar de una casa para descansar. (Gómez & Guerrero, 2018)

Ilustración 13. Vista del proyecto en la playa.



Fuente: (Gómez & Guerrero, 2018)

El diseño integral del cambio de un rediseño interiorista vivienda y uso a un centro de relajación y terapias de salud naturales en la ciudad de Ambato para personas que necesiten liberar el estrés con resultados de mejora en salud física y mental mediante diferentes terapias que fortalezcan su estilo de vida, de esta manera este centro ofreció diversas áreas que cubrieran los requerimientos del usuario. Contó con zonas recreativas, de relajación, de terapias, de descanso y una extensa área verde en el exterior, utilizando colores, iluminación, acabados, ventilación, diseño de mobiliarios, vegetación y materiales basados en la naturaleza para conseguir la calma, paz, tranquilidad y vitalidad. (Pérez, 2019)

Ilustración 14. Vestíbulo área de masajes



Fuente: (Pérez, A.,2019)

En este caso el autor buscó crear un centro de yoga y de realización personal en el que se impartían clases, talleres y cursos de yoga y meditación, utilizó un diseño sustentable, basado en el mandala del Vastu Purusa, (ciencia védica hindú) que utilizaba las leyes de la naturaleza en las construcciones humanas, según el cual el universo está formado por 5 elementos: tierra, aire, fuego, agua y éter por tanto el edificio tenía que conseguir el equilibrio de los mismos, a través de la representación del diseño en una rejilla de 9x9 cuadrados, cuyo interior registraba la silueta de una persona con la cabeza orientada al noreste y los pies al suroeste. (Urtasun, 2018)

En esta propuesta el autor utilizó el estilo Zen para crear ambientes apropiados para estas personas especiales, los espacios fueron más abiertos donde integraban la naturaleza para de esta forma proporcionar la paz, la tranquilidad que necesitan para desarrollar sus actividades sin tener a su alrededor muchas distracciones o ruidos molestos, logrando así una edificación funcional que facilitó el aprendizaje de

los niños con TEA, además con los principios fundamentales de diseño acordes a un espacio de confort y armonioso con su entorno. (González, López & Torres, 2023)

Ilustración 15.Centro Integral.



Fuente:(González y López, 2023)

Este proyecto se creó con el objetivo de proveer un lugar a las personas de la tercera edad, fue un Geriátrico, con espacios caracterizados al estilo Zen proporcionando iluminación y ventilación natural, generando ambientes de paz libres de obstáculos, permitiendo la movilidad sin ningún problema. El centro Geriátrico fue dotado de áreas como área administrativa, áreas de servicio, comedor, habitaciones aulas, auditorio y capilla. (Enriquez, Ugalde & Peñaherrera, 2023)

2.1.1. Antecedentes

La provincia de Manabí está ubicada en la región litoral ecuatoriano, dividida por el cruce de la línea equinoccial. Limitando al oeste con el Océano Pacífico, al norte con la provincia de Esmeraldas, al este con la provincia de Santo Domingo de los Tsáchilas y Los Ríos, al sur con la provincia de Santa Elena y al suroeste con la provincia del Guayas. Cuenta con una superficie de 18.940 km², divididos en 22 cantones manabitas. (Gobierno de Manabí, 2009)

El cantón Pichincha se encuentra ubicado al sureste de la provincia de Manabí, a 98km. de la capital de Portoviejo y a 133 kilómetros del puerto marítimo y aéreo internacional de Manta, Gran parte de su geografía está bañada por el embalse Daule Peripa, convirtiéndose en la vía fluvial para quienes viven en la zona , además es el margen , es la línea divisoria entre las provincias de Manabí y Guayas, tiene el

código geográfico 1311 y distrito 13008 de la Zona 4 Pacífico, Su ubicación geográfica se sitúa en la longitud 62.870 y latitud 990.200. (GAD del Cantón Pichincha, 2014)

Pichincha es un cantón de la Provincia de Manabí, está ubicado en el extremo oriental de Manabí, bañado por las aguas del Río Daule. Limita al norte con Chone, y El Carmen, al sur y al este con la provincia del Guayas, y al oeste con los cantones de Bolívar, Santa Ana, y Portoviejo. La temperatura promedio anual fluctúa entre los 24 y 28 grados centígrados.

Pichincha es un cantón eminentemente agrícola y ganadero. El cantón es un destino turístico potencialmente ecológico, de acuerdo con el catastro del Ministerio de Turismo, Pichincha posee 20 destinos turísticos, de los cuales 10 son naturales, y 10 culturales.

Existen dos puertos formados en el embalse, uno es en Puerto Conguillo, y el otro Puerto Chorrillo, donde los visitantes pueden disfrutar de la navegación por gabarra, canoa y botes, y observar los islotes formados luego de la construcción de la represa Daule-Peripa, la flora y la fauna. El río Daule es la reserva de agua dulce más importante del Ecuador, se puede realizar paseos en él. En junio las fiestas del Cristo del Consuelo atraen año a año a miles de personas.

El cantón Pichincha con una topografía de tipo montañosas y pendientes abruptas, donde el 50,16% de la superficie del cantón tiene una pendiente mayor al 70%. Su geomorfología se presenta mayoritariamente como colina baja con 79,2% de su superficie, éstas presentan como característica una altura montañosa hasta de 70 metros sobre el nivel de la base local; a continuación, las geomorfologías del tipo vertiente se presentan con un 11,2% en el territorio Noroeste y Suroeste cantonal; las colinas altas representan el 6,8% de la superficie cantonal, éstas se caracterizan por tener elevaciones superiores a 70 m por encima de la base local, se encuentran en la región suroeste del cantón; las llanuras aluviales representan el 1,5% del cantón, ubicadas en mayor medida en la región Sur, y en pequeña proporción hacia el perfil Este del cantón, a la altura del poblado "Parrales". Las llanuras aluviales cumplen un rol importante ante las épocas lluviosas, sirviendo como zona de regulación para los cauces de ríos evitando y/o disminuyendo las afectaciones de inundaciones o desbordamientos de ríos; el 0,9% de la superficie del canto está compuesta por terrazas, se las puede encontrar en la región Noreste entre los poblados "Parrales" "La Unión de San Jacinto" "Cocopi" y "Barraganete"; finalmente con 0,4% de

representación geográfica en el cantón comprende el tipo banco aluvial ubicado en el perfil céntrico Este del cantón. (GAD, Pichincha., 2019)

El terreno está ubicado en el sector Valarezo, calle Falamil Vélez a 1.4 km (5 minutos) de la vía Manta Quevedo y la entrada a Pichincha por el puente Velasco Ibarra tomando la calle Luis Maria Pinto y luego la Falamil Vélez largo, bordeando el malecón y el Río Daule. a 450 m. se encuentra el Hospital Básica regional de Pichincha y a 350 la Unidad Judicial de Pichincha.

Estilo Zen.

“Zen es una filosofía milenaria que comprende el arte de vivir en paz con uno mismo y con el entorno” (Brown, 2007)

Al hablar sobre estilo Zen más que como un estilo decorativo se lo aplica como una filosofía de vida o disciplina espiritual, su origen se basa en las enseñanzas de Buda en el siglo VI a.C. y en las tradiciones espirituales del hinduismo llegando a su máximo esplendor en Japón a mediados del siglo XIII influyendo sutilmente en la mentalidad y las costumbres de la cultura tradicional japonesa.

Es ya en el siglo XX cuando amplía su influencia a distintas áreas como la arquitectura y la decoración. Se caracteriza por la búsqueda del equilibrio, la armonía y la paz interior en tareas simples y cotidianas. El arte de la caligrafía, la meditación, los rituales, la ceremonia de servir el té o los arreglos florales son algunas de las acciones determinantes del Zen que sellan la decoración de este estilo.

El Zen, por medio de la sencillez, busca conseguir la armonía y la serenidad requeridas en estas épocas modernos. Occidente halla paz en su filosofía acoge al diseño de interiores y jardines, con muchos recursos mínimos, espacios cuidadosos, colores claros y líneas simples. El equilibrio que logra está dado por pocos objetos, materiales naturales y presencia de aromas.

Este género, aplicado a la meditación como estilo de vida, es la condición de distribuir los espacios para acertar con la armonía, uno de los puntos característicos de este estilo propio, es que manifestar espacios confortables y elegantes en el pase de una buena energía, y la base de la filosofía de este estilo. Se trata de elegir colores, formas, materiales asociados a el fuego, madera, metal, agua y tierra.

La sencillez es la clave de este estilo decorativo caracterizándose por la ausencia de objetos como una de sus señas, armoniza los ambientes a decorar

equilibrando el color, la luz y los elementos. Los materiales que emplea son naturales que es lo que donde se aprecia el equilibrio, sólo se utiliza lo indispensable, algo también indispensable es el orden pues va de la mano con el orden mental y algo que realmente es elemental en este estilo decorativo son los aromas que ocupan un lugar importante porque son los que invitan a la relajación y a la meditación.

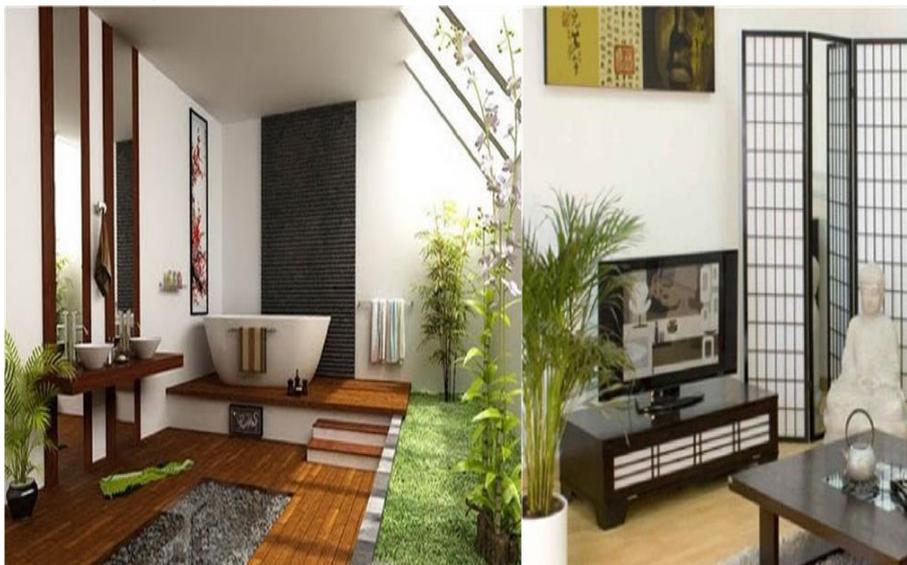
El uso de materiales es más natural que industrializados como la madera, el vidrio y las piedras, también granito y areniscas, en baños y cocinas la piedra o cerámica y en el piso utiliza la nada clara como la de haya.

Predominan como colores los suaves y muy claros con blanco y neutros, asistiendo a la iluminación natural porque reflejan mejor la luz. Los detalles decorativos son los que resaltan más en colores.

La línea simple y clave en el mobiliario es la recta y definida, deben ser bajos para visualizar mejor el orden, de madera natural, claros, aunque ciertas veces se puede seleccionar madera oscura si el resto es claro. La iluminación que se identifica es la indirecta con los puntos de luz escondidos o disimulados porque lo que se quiere es un ambiente sereno y suave, es muy común utilizar lámparas con las pantallas de papel de arroz.

Cuando se define los objetos decorativos estos deben ser escasos, sobrios y sencillos, en madera, cristal o piedra. La planta que más identificamos es el bambú y los bonsáis, así como elementos de agua como fuentes que usen agua corriendo, caídas de agua, porque son de ayuda para meditar y relajar.

Ilustración 16. Ambiente Zen.



Fuente: (Mendoza, 2022)

Materiales del estilo Zen.

El estilo Zen que se cimienta en la filosofía budista Zen, se identifica por su sencillez, minimalismo y relación con la naturaleza. Entre los materiales generalmente utilizados se incluyen:

La madera natural es un elemento indispensable en este diseño, de preferencia sin tratar o con acabados simples para que resalte su belleza natural y cree esa sensación de calidez y serenidad.

Ilustración 17. Madera en el estilo Zen.



Fuente: (Silva, 2018)

La piedra se utiliza en revestimientos de suelos, paredes y elementos decorativos. La piedra natural como el granito y el mármol, son elegidas por su dureza y conexión con la naturaleza.

Ilustración 18. La piedra en el estilo Zen.



Fuente: (Winler, 2018):

Bambú es otro de los materiales muy manejado e el estilo Zen debido a que es sostenible, flexible y de belleza natural, con él se hacen muebles, elementos decorativos, revestimientos de suelos y techos.

Ilustración 19 Bambú en el estilo Zen



Fuente: (Ochoa, 2021)

Papel de arroz muy conocido como “Washi” en japonés, se trabaja en pantallas de lámparas, puertas corredizas y elementos de decoración. El ser traslúcido le permite filtrar la luz de una manera suave, creando una atmósfera tranquila y relajante.

Ilustración 20. Papel de arroz en el estilo Zen.



Fuente: (Mendoza, 2022)

Roca Volcánica como la pizarra o la lava, se usa en la jardinería Zen para crear paisajes rocosos que evocan montañas y formaciones naturales.

Ilustración 21. Roca Volcánica en el estilo Zen.



Fuente: (Winler, 2018)

Agua, este elemento es vital en el estilo Zen porque simboliza la pureza y la fluidez. Se incorpora en forma de fuentes, estanques o pequeños arroyos para crear un ambiente calmado y meditativo.

Ilustración 22. Agua en el estilo Zen.



Fuente: (Jácome, 2020)

Sauna.

Es conocido como una habitación o cabina cubierta de madera en su interior que se calienta y se mantiene con agua para crear un ambiente caliente y húmedo con elevadas temperaturas consiguiendo una inmersión total en el lugar y una sensación de descanso en el cuerpo. Son temperaturas que oscilan entre los 20 y 25

grados o superiores a 50 grados en el que las personas pueden relajarse. Para realizar una cabina de sauna existen ciertas características que los materiales tienen que cumplir para obtener un buen resultado, como: madera adecuada debe tener conductividad térmica para evitar se sobrecaliente, aconsejable que las maderas no tengan nudos, sobre todo cuando se utiliza en los asientos, que no exuden resinas, deben de ser suaves, fáciles de trabajar y ofrecer superficies con poca probabilidad de generar astillas, debe ser mínimo secada en hornos.

Una de las maderas que normalmente se utiliza porque está considerada como la que cumple con los requerimientos necesarios para este elemento es el Cedro, que, aunque es una de las más costosas del mercado, se justifica la inversión, no es tóxica ni expide material nocivo en altas temperaturas, es sostenible y moldeable a las condiciones, es una madera fuerte, en tonalidades rojas que al paso de los años tiende a oscurecerse.

Existen otros tipos de madera que también podrían servir para revestir una sauna como Samba o Ayous, Abeto Blanco, Álamo o Chopo, Tilo, Fresno, Pino Silvestre, Aliso, Paulowa, Hemlock o Eucalipto.

Las cabinas de sauna por lo general necesitan un calefactor de sauna que puede ser con mandos incorporados o sin mandos y en este caso requerirá de un panel de control exterior, el cual tiene que ser cubierto con piedras de sauna, porque sino no funcionaría de forma adecuada y se estropearía muy rápido.

Se utilizan también cierta clase de accesorios que hacen del sauna un ambiente agradable, informativos como un reloj de arena, termómetro higrómetro, funcionales como apoya cabeza, protector calefactor, estimulante como música, iluminación.

Ilustración 23. Sauna



Fuente: : (Ochoa, 2021)

Sala de Masajes.

La sala de masajes debe ser también una habitación con un ambiente tranquilo, relajado y seguro para que el cliente esté totalmente cómodo y por supuesto el quiromasajista.

Existen diferentes dimensiones en lo que corresponde a la mesa de masaje, depende del tipo de cliente a atender, pero mientras más grandes se adaptan mejor a todas las necesidades, sin embargo, se lo hace siempre en función de las dimensiones de la habitación para que exista la circulación necesaria y la movilidad indispensable para no limitar nada.

Dentro de la variedad de materiales que se consideran apropiados para esta área están la madera, las baldosas de vinilo u otros pisos acolchados, si el suelo fuese duro se podría suavizar con alfombras o tapetes. Se recomienda utilizar colores neutros y suaves en las paredes, para ayudar en la relajación, los elementos decorativos deben de ser sobrios, sin recargos, elaborados con materiales naturales como piedra, madera, mimbre o bambú.

Ilustración 24. Sala de masaje.



Fuente: (Poveda, 2019)

La Sala de Yoga.

Una sala de yoga es un espacio diseñado específicamente para esta práctica, que es una disciplina física, mental y espiritual originario de la India, cuyas características suelen incluir:

Un espacio abierto y tranquilo, libre de distracciones, que permite a los practicantes concentrarse en su práctica y en su conexión con su cuerpo y su respiración. El piso de estas salas debe ser firme pero suave para de esta manera facilitar la realización de posturas (asanas) y proporcionar comodidad durante la práctica, ideal para ello son los pisos de madera, laminado, de corcho o materiales especiales.

La iluminación es una sala de yoga debe de ser suave y natural con la posibilidad de controlar la intensidad de la luz de acuerdo a las necesidades de la práctica. Las ventanas grandes porque deben de permitir el paso de la luz natural son las más ideales, aunque también se deben de utilizar lámparas regulables para ajustar la iluminación.

Es importante que una sala de yoga tenga un ambiente tranquilo y sereno, que invite a la relajación y la meditación, algo que influye mucho en este ambiente es la elección de colores suaves y relajantes en las paredes, la inclusión de plantas o elementos naturales y la eliminación de ruidos o distracciones externas.

Por lo general este tipo de salas cuentan con esterillas o tapetes de yoga para los practicantes, así como bloques, correas, mantas y almohadas para ayudar en la ejecución de las posturas y proporcionar comodidad durante la práctica.

Muchas salas de yoga incluyen un espacio designado para la meditación y puede estar decorado con velas, incienso, imágenes inspiradoras o símbolos espirituales.

Ilustración 25. Sala de Yoga



Fuente: (Vásquez, 2022)

Criterios de Diseño.

Los criterios de diseño interior son las pautas o principios que se utilizan para guiar y evaluar el proceso de diseño de espacios interiores. Son fundamentales para asegurar que el diseño final no solo sea estéticamente atractivo, sino también funcional, seguro y cómodo para los usuarios, entre ellos se tienen:

Funcionalidad, porque a los espacios interiores deben ser diseñados para satisfacer las necesidades y actividades de los usuarios, lo que implica una distribución eficiente de los espacios, considerando la circulación, el almacenamiento y la utilización óptica del área disponible.

Ergonomía, todos los muebles, equipos y accesorios deben estar diseñados ergonómicamente para proporcionar comodidad y apoyo adecuados a los usuarios, esto por supuesto considera altura de los asientos, profundidad de los escritorios y la ubicación de los interruptores de luz.

Estética, el diseño interior debe ser prácticamente atractivo y coherente con el estilo y la identidad del espacio. Esto implica la selección cuidadosa de colores materiales, texturas y elementos decorativos que creen una atmósfera visualmente agradable y armoniosa.

Iluminación, ésta debe de ser adecuada, es decisiva en el diseño interior, debe de proveer iluminación funcional para realizar tareas específicas, así como iluminación ambiental para crear una atmósfera acogedora y atractiva, se deben de considerar de esta manera diferentes fuentes de luz, como luz natural, luces de techo, lámparas de pie y focos direccionales.

Flujo y Circulación, los espacios interiores deben facilitar un flujo natural y una circulación eficiente. Las áreas de paso deben estar despejadas y las rutas de circulación deben ser intuitivas y libres de obstrucciones.

Flexibilidad, los espacios interiores deben ser adaptables a diferentes necesidades y usos. Esto se logra mediante la incorporación de muebles modulares, paredes móviles o áreas multifuncionales que pueden reconfigurarse según sea necesario.

Confort Ambiental, el diseño interior debe crear un ambiente cómodo y

agradable en términos de temperatura, humedad y calidad del aire. Esto implica la selección adecuada de materiales de revestimiento, sistemas de climatización y ventilación adecuados.

Seguridad, los espacios interiores deben ser seguros por sus ocupantes. Esto implica la eliminación de riesgos de tropiezos, la instalación de sistemas de alarma contra incendios y la selección de materiales ignífugos y resistentes.

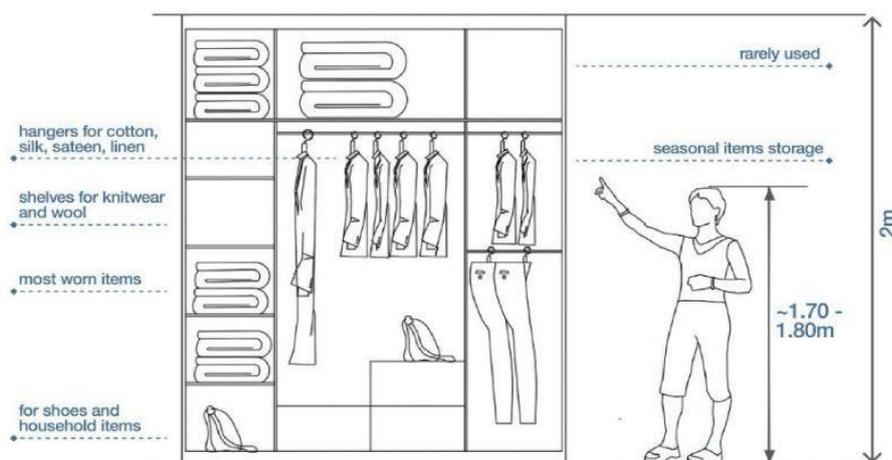
Accesibilidad, los espacios interiores deben ser accesibles para todas las personas, incluyendo aquellas con discapacidades físicas o movilidad reducida. Esto implica el diseño de rampas, pasillos amplios y baños adaptados.

Sostenibilidad, el diseño interior debe promover prácticas sostenibles, utilizando materiales y tecnologías ecológicamente responsables y eficientes en términos de energía y recursos.

Estos criterios de diseño interior son fundamentales para crear espacios que sean atractivos, funcionales y comfortable para sus usuarios, independientemente de si se trata de una vivienda, un espacio comercial, un lugar de trabajo o cualquier otro entorno.

Ergonomía en el diseño.

Ilustración 26. Diseño ergonómico de un closet.



Fuente: (Fonseca X. , 2018)

La Ergonomía es una disciplina que se encarga del estudio dentro del mundo diseño que busca adaptar espacios, maquinaria o aparatología a las características físicas de sus usuarios para crear entornos que prioricen su bienestar y seguridad. La ergonomía toma en cuenta la interacción con el entorno, las habilidades, las limitaciones y los tipos de tareas que se realizan cada día. (COARINS, S/F)

La ergonomía y el diseño interior están estrechamente relacionados y son esenciales en la creación de espacios que sean funcionales, cómodos y seguros para sus usuarios, influye en:

Diseño de muebles: los muebles deben diseñarse teniendo en cuenta las dimensiones y proporciones del cuerpo humano para avalar la comodidad y soporte adecuados. Por ejemplo, las sillas de u a oficina deben tener respaldos ergonómicos que apoyen la columna vertebral y reposabrazos ajustables para adaptarse a diferentes usuarios.

Distribución del espacio: la disposición de los elementos dentro de un espacio interior debe permitir un flujo natural y fácil movimiento. Los principios de ergonomía se aplican para minimizar la necesidad de estiramientos innecesarios o movimientos incómodos.

Iluminación: la iluminación adecuada es crucial para evitar la fatiga visual y promover la productividad. El diseño interior debe tener en cuenta la ubicación de las fuentes de luz natural y artificial para minimizar el deslumbramiento y la sombra, y para proporcionar una iluminación uniforme en todo el espacio.

Selección de materiales: los materiales utilizados en el diseño interior deben ser duraderos, fáciles de limpiar y no tóxicos. Además, deben ser seleccionados teniendo en cuenta su tacto y sensación al contacto con la piel para garantizar la comodidad y seguridad de los usuarios.

Accesibilidad: el diseño interior debe ser accesible para personas de todas las edades y habilidades. Esto puede incluir características como rampas, pasillos amplios, puertas anchas y controles accesibles para personas con discapacidades físicas.

La ergonomía es un aspecto clave del diseño interior que se centra en crear espacios que sean cómodos, seguros y funcionales para sus usuarios. Integrar principios ergonómicos en el diseño puede mejorar significativamente la calidad de vida y la experiencia de quienes utilizan el espacio.

Ilustración 27. Diseño de escritorio ergonómico.



Fuente: (Proaño, 2024)

Antropometría.

La antropometría es el estudio de las medidas del cuerpo humano. En el diseño interior, la antropometría juega un papel crucial para garantizar que los espacios y los elementos dentro de ellos se adapten adecuadamente a las dimensiones y proporciones del cuerpo humano. Hay algunas formas en que se aplica la antropometría en el diseño interior: (Fonseca X. , 2012)

Diseño de muebles: los muebles deben diseñarse teniendo en cuenta las dimensiones promedio del cuerpo humano para garantizar comodidad y funcionalidad. Esto incluye la altura de los asientos, la profundidad de los asientos, la altura de los reposabrazos, entre otros aspectos, que deben ajustarse para adaptarse a diferentes personas.

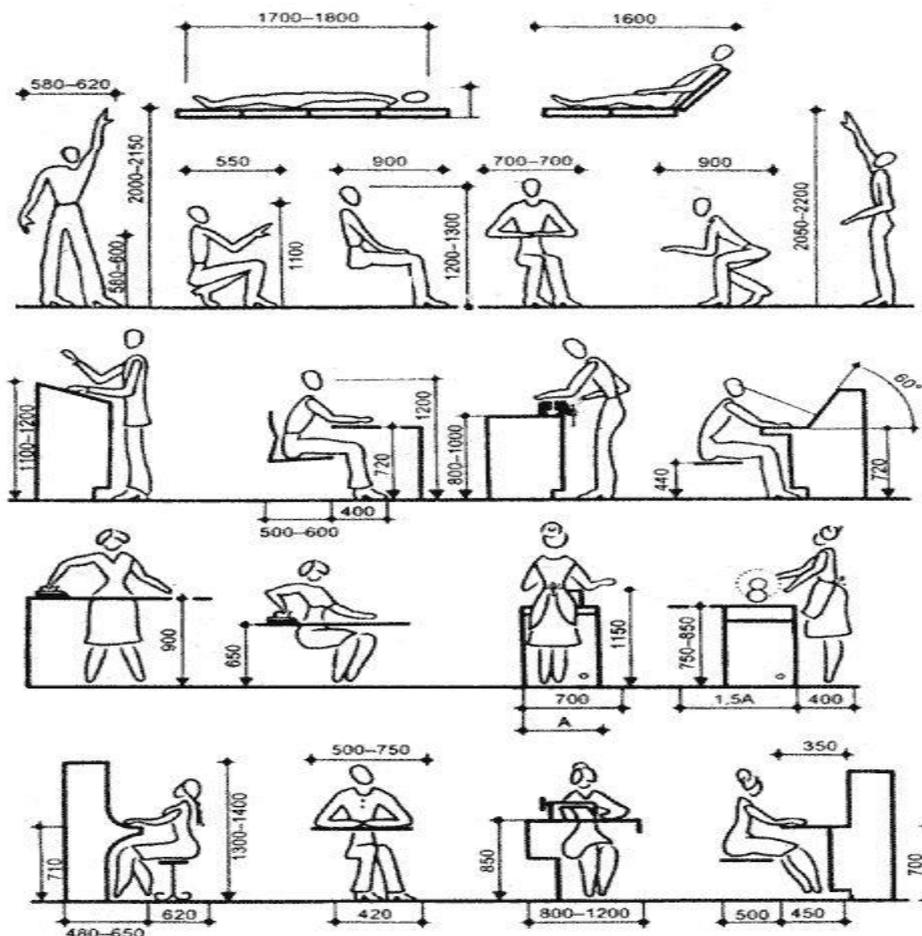
Altura de los elementos: la altura de los mostradores, escritorios, mesas y otros elementos dentro de un espacio interior debe ser ergonómicamente adecuada para que las personas puedan utilizarlos cómodamente sin tener que estirarse demasiado o agacharse.

Espacio de circulación: los pasillos y espacios de circulación deben tener dimensiones adecuadas para permitir que las personas de todas las edades y habilidades puedan acceder y utilizar los espacios de manera segura y cómoda.

Iluminación y visibilidad: la altura y la ubicación de los interruptores de luz, enchufes y otros elementos relacionados con la iluminación deben diseñarse teniendo en cuenta la estatura promedio de las personas para garantizar que sean accesibles y fáciles de usar.

La antropometría desempeña un papel fundamental en el diseño interior al proporcionar pautas y dimensiones basadas en las medidas del cuerpo humano para crear espacios que sean cómodos, funcionales y accesibles para todos, integrar principios de antropometría en el diseño interior puede mejorar significativamente la experiencia de los usuarios y la eficiencia de los espacios.

Ilustración 28. Medidas antropométricas



Fuente: (Fonseca X. , 2018)

Los materiales.

Desempeñan un papel transcendental en el diseño interior, ya que afectan no solo la estética de un espacio, sino su funcionalidad, durabilidad y ambiente general. Se describen algunos de los más comúnmente usados:

Madera: es un material versátil y cálido que se utiliza ampliamente en el diseño interior. Puede venir en una variedad de tonos, vetas y acabados, lo que lo hace adecuado para una amplia gama de estilos y aplicaciones, desde suelos y muebles hasta revestimientos de paredes y techos.

Metal: el metal como el acero inoxidable, el aluminio y el hierro forjado, se utiliza para agregar un toque moderno, industrial o elegante a un espacio. Se utiliza en muebles, accesorios, herrajes, barandas y elementos decorativos.

Piedra: la piedra natural, como el mármol, el granito y el travertino, se utiliza para agregar textura, elegancia y durabilidad al espacio. Se utiliza comúnmente en encimeras de cocina, revestimientos de suelos y paredes, así como en las chimeneas y elementos decorativos.

Cerámica y azulejos: son materiales populares para los revestimientos de suelos y paredes en áreas como cocinas, baños y espacios comerciales. Son duraderos, fáciles de limpiar y vienen en una amplia variedad de colores, patrones y acabados.

Textiles: los textiles como telas, alfombras y tapicerías, agregan suavidad, calidez y textura a un espacio. Se utilizan para cubrir muebles, ventanas, suelos y paredes y pueden influir en la acústica y el confort térmico de un ambiente.

Vidrio: se utiliza para crear una sensación de apertura y luminosidad en un espacio, ya que permite que la luz natural pase a través de él. Se utiliza en ventanas, puertas, divisiones de espacios, espejos, accesorios de iluminación y superficies de trabajo.

Plástico y acrílico: estos materiales son livianos, duraderos y fáciles de limpiar, por lo que son ideales para aplicaciones en áreas de alto tráfico o en espacios donde se requiere resistencia al agua. Se utilizan en muebles, lámparas accesorias de baño y elementos decorativos.

La selección de materiales adecuados depende del estilo de diseño, las necesidades funcionales del espacio, el presupuesto y las preferencias del cliente.

Ilustración 29. Vista de materiales del estilo Zen.



Fuente: (Poveda, 2019)

Los colores.

Los colores desempeñan un papel crítico en el diseño interior, ya que pueden influir en la percepción del espacio, el estado de ánimo y la atmósfera general de una habitación. De manera general se utilizan en:

Psicología del color: Los colores tienen asociaciones emocionales y psicológicas que pueden afectar el estado de ánimo y el comportamiento de las personas. Por ejemplo, el azul se asocia comúnmente con la calma y la serenidad, mientras que el rojo puede evocar energía y pasión. Es importante considerar la psicología del color al elegir la paleta de colores para un espacio interior.

Paleta de colores: la paleta de colores se refiere a la gama de colores utilizados en un espacio interior. Puede ser monocromático (basado en un solo color y sus diferentes tonalidades), análoga (colores adyacentes en el círculo cromático), complementaria (colores opuestos en el círculo cromático) o tríadica (tres colores equidistantes en el círculo cromático). La elección de la paleta de colores depende del estilo deseado y del efecto que se quiera lograr.

Iluminación: La iluminación natural y artificial puede afectar cómo se perciben los colores en un espacio interior. Los colores pueden cambiar según la temperatura de color de la luz y la intensidad de la iluminación. Es importante tener en cuenta la

iluminación al seleccionar color para un espacio interior y probar muestras de colores en diferentes condiciones de iluminación.

Acentos y contrastes: Los colores se pueden usar para crear puntos focales y destacar elementos específicos dentro de un espacio. Por ejemplo, un mueble de color vibrante puede servir como punto focal en una habitación neutra. Además, los contrastes de color pueden agregar interés visual y profundidad a un espacio.

Tamaño y proporción. Los colores también pueden influir en la percepción del tamaño y la proporción de un espacio. Los colores claros tienden a hacer que un espacio se sienta más grande y luminoso, mientras que los colores oscuros pueden crear una sensación de intimidad y calidez.

Los colores son una herramienta poderosa en el diseño interior que puede utilizarse para crear ambientes, expresar personalidad y mejorar la funcionalidad de un espacio. La selección y combinación cuidadosa de colores puede transformar un espacio y mejorar la experiencia de quienes lo habitan.

Ilustración 30. La teoría del color.



Fuente: (Waite, 2021)

Los accesorios.

Los accesorios son muy significativos al agregar personalidad, estilo y funcionalidad a un espacio. Estos elementos decorativos pueden variar desde

pequeños detalles hasta piezas más grandes que complementan y realzan la estética general de una habitación. A continuación, los más usados:

Cojines y almohadas: son accesorios versátiles que pueden agregar comodidad y color a sofás, sillas y camas. Vienen en una variedad de tamaños, formas, texturas y patrones para adaptarse a diferentes estilos de decoración.

Cortinas y persianas: no solo proporcionan privacidad y control de la luz, sino que también pueden mejorar la estética de una habitación. Vienen en una amplia gama de telas, colores y estilos para complementar la decoración existente y agregar dimensión al espacio.

Iluminación: los accesorios de iluminación, como lámparas de mesa, lámparas de pie, apliques de pared y candelabros, no solo proporcionan luz funcional, sino que también pueden servir como piezas decorativas. La iluminación adecuada puede crear atmósferas acogedoras y resaltar características arquitectónicas o elementos decorativos específicos.

Espejos: los espejos son accesorios multifuncionales que pueden ampliar visualmente un espacio, reflejar la luz y agregar interés visual. Se pueden usar como piezas decorativas en paredes o como elementos prácticos en vestíbulos, baños y dormitorios.

Arte y decoración de pared: el arte, los cuadros, las fotografías y los objetos decorativos de pared pueden agregar personalidad y estilo a una habitación. Estos accesorios pueden servir como puntos focales y expresar los intereses y gustos personales en los residentes.

Plantas y flores: las plantas de interior y los arreglos florales pueden agregar vida, color y frescura a un espacio. Además de su atractivo estético, las plantas también pueden mejorar la calidad del aire y crear un ambiente tranquilo y relajante.

Accesorios temáticos: como coleccionables, artesanías o souvenirs, pueden agregar un toque personalizado y contar historias sobre los intereses y experiencias de los residentes.

Los accesorios son elementos esenciales en el diseño interior que pueden transformar un espacio y agregar capas de interés visual, textura y funcionalidad. La selección y disposición cuidadosa pueden mejorar la estética y la experiencia general de un ambiente.

Ilustración 31. Accesorios para baño.



Fuente: (Tejo, 2022)

El diseño interior y la vegetación.

El diseño y la inclusión de plantas en una sala de masajes pueden desempeñar un papel importante en la creación de un ambiente relajante y acogedor. Se considera lo siguiente:

Iluminación natural: Si es posible, aprovecha al máximo la luz natural en la sala de masajes. Las ventanas grandes que permiten la entrada de luz natural pueden ayudar a crear un ambiente cálido y tranquilo.

Colores suaves: Se debe seleccionar los colores suaves y neutros en las paredes y la decoración para promover la relajación. Tonos como beige, verde suave, azul claro o gris pueden ser opciones adecuadas.

Elementos naturales: incorpora elementos naturales en el diseño, como madera, piedra o mimbre, para crear una sensación de conexión con la naturaleza. Por ejemplo, optar por muebles de madera, accesorios de piedra o cestas de mimbre para almacenamiento.

Plantas: Las plantas son excelentes para mejorar la calidad del aire y añadir un toque de frescura y vida a la sala de masajes. Escoger plantas de interior que sean fáciles de cuidar y que puedan prosperar en condiciones de poca luz si la sala no

recibe mucha luz natural. Algunas opciones populares incluyen helechos, palmeras de interior, plantas de serpiente, potos o filodendros.

Distribución del espacio: Se considera la distribución del espacio para asegurar que haya suficiente espacio para la camilla de masaje, así como para moverse cómodamente alrededor de ella. También es importante garantizar la privacidad del cliente y crear una atmósfera tranquilo y relajante.

Aromaterapia: además de las plantas, se puede incorporar la aromaterapia utilizando aceites esenciales naturales para añadir fragancias relajantes al ambiente. Los aceites esenciales deben ser seguros para el uso en el ambiente interior y que no causen irritación.

Ilustración 32. Plantas en el interior



Fuente: (Lara, 2022)

La iluminación en el diseño.

La iluminación es un aspecto importante en el diseño interior de una sala de masajes, ya que puede afectar significativamente el ambiente y la experiencia del cliente. Se debe de considerar:

Iluminación tenue: se opta por este tipo de iluminación para crear un ambiente relajante y acogedor. Las luces demasiado brillantes pueden resultar incómodas y dificultar la relajación.

Luces regulables: se puede instalar luces con reguladores de intensidad para que puedas ajustar la luminosidad según las preferencias del cliente del tipo de tratamiento. Esto permite crear diferentes ambientes según sea necesario.

Iluminación indirecta: se considera utilizar este tipo de iluminación indirecta en lugar de luces directas sobre la camilla de masaje. Esto puede lograrse mediante lámparas de pie, luces de pared o incluso tiras de luces LED colocadas estratégicamente para crear un ambiente más suave y difuso.

Luz natural: si es posible, se debe aprovechar al máximo la luz natural mediante ventanas grandes o tragaluces. La luz natural puede crear un ambiente cálido y revitalizante, además de brindar beneficios para la salud y el bienestar.

Cortinas o persianas: deben instalarse para que puedan controlar la cantidad de luz natural que entra en la sala. Esto permitirá ajustar la iluminación según sea necesario y garantizar la privacidad del cliente durante el tratamiento.

Iluminación focalizada: se puede utilizar este tipo de iluminación focalizada o lámparas de lecturas ajustables para proporcionar iluminación adicional en áreas específicas donde el terapeuta pueda necesitar mayor visibilidad, como en la zona de la cabeza a los pies de la camilla de masaje.

Aromaterapia con luces: se puede considerar la posibilidad de utilizar lámparas o difusores de aromaterapia que también actúen como fuentes de luz, Esto te permitirá combinar los beneficios de la iluminación suave con los efectos relajantes de los aceites esenciales. Importante crear un ambiente que promueva la relajación, la comodidad y el bienestar del cliente.

Ilustración 33. La investigación en el diseño.



Fuente: (Meana, 2023)

2.2. Marco Legal.

Este proyecto de investigación deberá respaldarse bajo el amparo de algunas leyes de gobierno entre las que se debe considerar:

Ley de Turismo, la misma que establece los principios, normas y directrices para el desarrollo del turismo en Ecuador. Define los diferentes tipos de centros turísticos, los requisitos para su funcionamiento y las obligaciones de los prestadores de servicios turísticos para regular, promover y gestionar de manera eficiente la actividad turística, con el fin de maximizar beneficios económicos, sociales y culturales, al tiempo que se protegen los recursos y se garantiza la satisfacción y seguridad de los turistas.

Que en el Art. 3, numeral e) de la ley de Turismo define entre otros, como principios de la actividad turística la iniciativa y participación comunitaria indígena, campesina, montubia y afro ecuatoriana, con su cultura y tradiciones preservando su identidad, protegiendo su ecosistema y participando en la prestación de servicios turísticos, en los términos previstos en la ley y sus reglamentos. (Ministerio de Turismo, 2010)

La ley Orgánica de Ordenamiento Territorial, Uso y Gestión del suelo, establece disposiciones para regular el ordenamiento territorial, el uso de suelo y la gestión territorial e el país. Algunas de las responsabilidades y áreas que abarca esta ley incluyen: (Ministerio Urbano de Desarrollo y Vivienda, 2018)

Planificación territorial, estableciendo los criterios y procedimientos para la planificación del territorio a nivel nacional, regional y local, con el objetivo de promover un desarrollo territorial equilibrado y sostenible.

Zonificación: define y delimita las diferentes zonas del territorio, identificando áreas para usos urbanos, rurales, industriales, agrícolas de conservación, entre otros, con el fin de regular el uso del suelo y evitar conflictos de usos incompatibles.

Regularización de la tenencia de la tierra, especialmente en áreas urbanas y rurales, con el fin de garantizar la seguridad jurídica de la propiedad y el acceso equitativo a la tierra.

Gestión del suelo: Define los instrumentos y mecanismos para la gestión del suelo, incluyendo la planificación, la regulación, la fiscalización y la gestión del suelo público y la democracia en la toma de decisiones relacionadas con el uso del suelo y el ordenamiento territorial.

esta ley regula el uso y gestión del suelo en Ecuador, incluyendo los criterios para la ubicación de centros de recreación y turismo.

La Ley de Gestión Ambiental, es la principal normativa en el país relacionada con la protección conservación, uso sostenible y gestión del ambiente y los recursos

naturales. Esta ley establece los principios, instrumentos y procedimientos para garantizar la protección del ambiente, así como la participación ciudadana en la gestión ambiental. (Ministerio del Ambiente, Agua y Transición Ecológica, 2012)

Entre las principales áreas a las que se dedica la Ley de Gestión Ambiental en Ecuador se encuentran:

Conservación de la biodiversidad: La ley establece medidas para la conservación de la diversidad biológica y los ecosistemas, incluyendo la creación y gestión de áreas protegidas.

Evaluación de Impacto ambiental: Regula los procedimientos para la evaluación de impacto ambiental de proyectos, obras o actividades que puedan causar impactos significativos en el ambiente.

Gestión de residuos: Establece normas para la gestión integral de residuos sólidos, líquidos y peligrosos, incluyendo la prevención, minimización, reutilización, reciclaje y disposición final adecuada de los mismos.

Protección del aire, agua y suelo: Controla medidas para prevenir la contaminación atmosférica, hídrica y del suelo, así como para la conservación de cuerpos de agua y suelos.

Participación ciudadana: promueve la participación activa de la ciudadanía en la gestión ambiental, incluyendo mecanismos de consulta y participación en la toma de decisiones relacionadas con el ambiente.

La ley de Gestión Ambiental en Ecuador abarca una amplia gama de aspectos relacionados con la protección y conservación del ambiente y los recursos naturales, así como la promoción de un desarrollo sostenible en el país.

La Norma Técnica de Construcción en Ecuador es un conjunto de regulaciones y estándares técnicos que establecen los requisitos mínimos para la construcción de edificaciones y obras civiles en el país. Estas normas son desarrolladas y actualizadas por el Instituto Ecuatoriano de Normalización (INEN) y son aplicables tanto al sector público como al privado. (Ministerio de Desarrollo Urbano y Vivienda, 2019)

Algunos aspectos que suelen abordar las normas técnicas de construcción en Ecuador incluyen:

Requisitos de diseño y cálculo estructural: especificaciones para el diseño de estructuras de edificaciones, tales como cimentaciones, columnas, vigas, losas, entre otros, con el fin de garantizar su seguridad y estabilidad.

Materiales de construcción: Establecen las características técnicas que deben cumplir los materiales utilizados en la construcción, como el concreto, acero estructural, ladrillos, cemento entre otros.

Instalaciones eléctricas y sanitarias: normativas relacionadas con la instalación de sistemas eléctricos, redes de distribución de agua potable, redes de alcantarillado y disposición de aguas residuales, con el objetivo de asegurar su correcto funcionamiento y seguridad.

Seguridad contra incendios: especificaciones para la prevención y protección contra incendios en edificaciones, incluyendo requisitos para sistemas de detección, extinción y evacuación de emergencia.

Accesibilidad y diseño universal: normas que garantizan la accesibilidad para personas con discapacidad en edificaciones y espacios públicos, promoviendo el diseño universal y la inclusión social.

Es importante que los profesionales y empresas del sector de la construcción del Ecuador conozcan y apliquen las normas técnicas vigentes en el país, ya que éstas contribuyen a garantizar la calidad, seguridad y sostenibilidad de las edificaciones y obras civiles.

La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, es un plan de acción global adoptado por los países miembros de las Naciones Unidas en 2015 en el que el objetivo principal es promover el desarrollo sostenible en sus tres dimensiones; económico, social y ambiental. Está compuesto por 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) y 169 metas asociadas, que acogen una amplia gama de desafíos globales, como la pobreza, el hambre, la igualdad de género, la salud, la educación, la energía, el agua, el saneamiento, la paz y la justicia, entre otros. Ecuador ha asumido ese compromiso de implementar la Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) como parte de su política de desarrollo nacional, integrando sus planes de desarrollo y política pública, con el objetivo de avanzar hacia un modelo de desarrollo más inclusivo, equitativo y sostenible. (United Nations, 2015)

Se incluyen algunas de las acciones que Ecuador ha llevado a cabo en el marco de la Agenda 2030:

Elaboración de planes y estrategias nacionales como el Plan Nacional para el Buen Vivir y la Agenda Nacional de Desarrollo Sostenible.

Fortalecimiento de la Institucionalidad con mecanismos y estructuras institucionales para coordinar y monitorear la implementación de la Agenda 2030 a nivel nacional y local.

Promoción de la participación ciudadana: se ha promovido la participación activa de la sociedad civil, el sector privado, la academia y otros actores en la implementación de la Agenda 2030, fomentando el diálogo y la colaboración multifactorial.

Integración de los ODS en políticas y programas sectoriales, en áreas de educación, la salud, el medio ambiente, la igualdad de género, entre otros.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Enfoque de la investigación.

El enfoque de esta investigación corresponde a un Enfoque Cuantitativo, ya que debido a lo datos objetivos se pueden observar condiciones reales, adquiriendo de esta manera conocimiento sobre hechos empíricos de los que se pueden derivar las relaciones entre las causas y los problemas. En este caso se conocerá las causas que ocasionan el estrés en determinados individuos.

3.2. Alcance de la investigación.

Este tipo de investigación tiene un alcance descriptivo, porque tiene como prioridad describir cualidades características de un fenómeno o grupo de personas, a través de las cuales se profundiza, se describe o se miden situaciones o conceptos.

Claro está también que corresponde a un estudio documental debido a que se basa en las experiencias documentales de muchos autores que están relacionados con el tema y cuya revisión de sus trabajos han servido como bases teóricas para este estudio.

3.3. Técnica e instrumentos para obtener los datos

Las entrevistas son las técnicas de investigación cuantitativa más populares gracias a la implementación eficaz, debido a que son herramientas estructuradas y estandarizadas, en este caso la entrevista cara a cara fue la que se implementó la misma que permitió obtener información directa de los participantes, es decir conseguir información útil y detallada que logra grandes resultados.

3.4. Población y muestra.

La población determinada para este trabajo de investigación se dirigió a personas que ocupan cargos altos en diferentes empresas, para determinar si la problemática encausada estaba bien respecto al diseño propuesto y al concepto que se maneja respecto a la edificación.

ENTREVISTAS.

Las entrevistas se realizaron a diferentes personas con cargos jerárquicos en diferentes empresas con la finalidad de conocer de primera fuente la opinión acerca

de este tipo de proyecto y de esta forma definir la actitud de un colaborador que ha hecho carrera en la empresa, en donde ahora es el encargado de estar pendiente de todo el personal de trabajo.

Entrevista # 1.

Nombre del entrevistado: Miguel S. Ramírez Rodríguez

Ocupación: Gerente General RyM Trucks S.A.

1. ¿Considera usted que el estrés es una enfermedad psicológica o física?

Creo que el estrés es una respuesta a situaciones conflictivas que se le presentan al ser humano y que primero es mente y luego físico.

2. ¿Cree usted que los tiempos o las circunstancias que se viven en los actuales momentos pueden llevar a una persona a sufrir de estrés?

Por supuesto, de acuerdo con la situación que se está viviendo diría que el estrés está a la vuelta de la esquina.

3. ¿Cuándo se encuentra en situación de estrés o ansiedad qué consideraría como buenas opciones?

Salir a caminar un rato, respirar aire puro, practicar algún deporte de relajación o estar en contacto con la naturaleza.

4. ¿Consideraría como una solución ante el estrés/ansiedad salir de la ciudad a oxigenarse mínimo una vez al mes?

Sí creo que sería algo muy interesante.

5. ¿Cómo debería ser el lugar que le ofrezca relajación, calma y desestrés?

Me gustaría que fuera un lugar donde haya mucha vegetación, donde todo esté calmado, donde hacer algo diferente.

6. ¿Cree usted que sería una buena opción tener un lugar a dos horas de la ciudad, donde pueda pasar solo, con pareja o con amigos un fin de semana?

Claro que sí.

7. ¿Considera que estar cerca de la naturaleza ayuda a calmar el estrés?

Totalmente de acuerdo, la naturaleza trae calma, los sonidos del agua traen calma.

8. ¿Le gustaría que su empresa considere programas de retiro para sus empleados?

Por supuesto, sería una gran oportunidad de descargar todas las sobrecargas que ocasiona el estrés.

Entrevista # 2.

Nombre del entrevistado: Leonardo Andrés Morán Cruz

Ocupación: Gerente Promedic Salud S.A.

1. ¿Considera usted que el estrés es una enfermedad psicológica o física?

El estrés es una situación que se presenta cuando ya hay otras más y de pronto se siente como que no se puede superarla y empieza una tormenta.

2. ¿Cree usted que los tiempos o las circunstancias que se viven en los actuales momentos pueden llevar a una persona a sufrir de estrés?

Es probable que el nivel de estrés sea mayor en la actualidad que en el siglo pasado. Las razones para esto incluyen: El ritmo acelerado de la vida moderna , la mayor presión laboral, la constante exposición a la información y a la noticia, la incertidumbre económica y social.

3. ¿Cuándo se encuentra en situación de estrés o ansiedad qué consideraría como buenas opciones?

La mejor solución para el estrés y la ansiedad dependen de la persona y la situación, sin embargo, hay algunas estrategias útiles como: Técnicas de relajación, meditación, yoga, respiración profunda. Ejercicios físicos, caminar, correr nadar. Pasar tiempo en la naturaleza, caminar por el bosque, ir a la playa. Hablar con alguien de confianza: amigo, familiar, terapeuta. Dormir lo suficiente: 7-8 horas por noche. Comer una dieta saludable: evitar mida procesada y el exceso de azúcar. Reducir el consumo de cafeína y alcohol.

4. ¿Consideraría como una solución ante el estrés/ansiedad salir de la ciudad a oxigenarse mínimo una vez al mes?

Sí, salir de la ciudad a oxigenarse puede ser una excelente solución para reducir el estrés y la ansiedad. Pasar el tiempo en la naturaleza tiene muchos beneficios para la salud mental como: reducir la presión arterial y la frecuencia cardiaca. Disminuir el cortisol, la hormona del estrés. Mejorar el estado de ánimo. Aumentar la creatividad y la concentración. Promover el bienestar general.

5. ¿Cómo debería ser el lugar que le ofrezca relajación, calma y desestrés?

Un lugar ideal para la relajación, la calma y el desestrés debería de tener las siguientes características: Estar rodeado de naturaleza; árboles, plantas, flores.

Ser tranquilo y silencioso, lejos del ruido y la contaminación. Tener un ambiente agradable, buena iluminación, temperatura adecuada. Ofrecer actividades relajantes como leer, caminar, nadar, meditar.

6. ¿Cree usted que sería una buena opción tener un lugar a dos horas de la ciudad, donde pueda pasar solo, con pareja o con amigos un fin de semana?

Sí, tener un lugar a un par de horas fuera de la ciudad donde poder pasar tiempo solo, en pareja o en familia puede ser una excelente opción para escapar del estrés y la rutina. Este tipo de lugar puede ser una casa de campo, una cabaña en el bosque, una villa frente al mar, un hotel con spa.

7. ¿Considera que estar cerca de la naturaleza ayuda a calmar el estrés?

Sí, estar en contacto con la naturaleza ayuda de varias maneras a calmar el estrés: reduce el cortisol, la hormona del estrés. Aumenta la serotonina, la hormona de la felicidad. Disminuye la presión arterial y la frecuencia cardiaca. Mejora el estado de ánimo. Aumenta la creatividad y la concentración.

8. ¿Le gustaría que su empresa considere programas de retiro para sus empleados?

Sí, me parece que sería una excelente idea que las empresas consideraran programas de retiro para sus empleados. Estos programas pueden ayudar a: Reducir el estrés y la ansiedad, mejorar la salud mental y física de los empleados. Aumentar la productividad y la creatividad. Mejorar el clima laboral. Fidelizar a los empleados.

Entrevista # 3.

Nombre del entrevistado: Valeria Lauritzen Lucio Morales

Ocupación: Asistente de Gerencia Inmobiliaria Dantesa S.A.

1. ¿Considera usted que el estrés es una enfermedad psicológica o física?

Yo creo que es el resultado de muchas situaciones que no se resuelven a tiempo y se van acumulando.

2. ¿Cree usted que los tiempos o las circunstancias que se viven en los actuales momentos pueden llevar a una persona a sufrir de estrés?

Si hay muchos factores que afectan a las personas en los actuales momentos que están ocasionando demasiado estrés.

3. ¿Cuándo se encuentra en situación de estrés o ansiedad qué consideraría como buenas opciones?

Hacer cosas diferentes, respirar aire más sano, estar cerca de la naturaleza.

4. ¿Consideraría como una solución ante el estrés/ansiedad salir de la ciudad a oxigenarse mínimo una vez al mes?

Sí creo que es muy bueno.

5. ¿Cómo debería ser el lugar que le ofrezca relajación, calma y desestrés?

Debe ser acogedor, o puede ser libre, tener mucha vegetación, sus ambientes deben de ser relajantes.

6. ¿Cree usted que sería una buena opción tener un lugar a dos horas de la ciudad, donde pueda pasar solo, con pareja o con amigos un fin de semana?

Si se consiguiera un lugar con las características que le dije sería muy bueno.

7. ¿Considera que estar cerca de la naturaleza ayuda a calmar el estrés?

Claro que sí.

8. ¿Le gustaría que su empresa considere programas de retiro para sus empleados?

Sería muy bueno.

Entrevista # 4.

Nombre del entrevistado: Vanessa Elizabeth Jurado García

Ocupación: Optómetra Medical Visión

1. ¿Considera usted que el estrés es una enfermedad psicológica o física?

Pienso que sí es psicológica y que si no se soluciona o se tiene cuidados lleva a lo físico.

1. ¿Cree usted que los tiempos o las circunstancias que se viven en los actuales momentos pueden llevar a una persona a sufrir de estrés?

Son tiempos difíciles para todos y el estrés siempre está rondando a las personas, Hay que darse tiempo para todo y sobre todo para uno mismo.

2. ¿Cuándo se encuentra en situación de estrés o ansiedad qué consideraría como buenas opciones?

Todo lo que sea diferente a la ruidosa ciudad. Actividades que se realicen en otros ambientes, que se disfruten y que hagan olvidar un rato el mundanal ruido.

4. ¿Consideraría como una solución ante el estrés/ansiedad salir de la ciudad a oxigenarse mínimo una vez al mes?

Sí lo haría. Sería una forma de cambiar la rutina.

5. ¿Cómo debería ser el lugar que le ofrezca relajación, calma y desestrés?

Debe ser lo más natural posible, simple, sencillo, totalmente diferente a lo que vive día a día.

6. ¿Cree usted que sería una buena opción tener un lugar a dos horas de la ciudad, donde pueda pasar solo, con pareja o con amigos un fin de semana?

Sí sería muy bueno ir a un lugar a dos horas de aquí donde distraer la mente de las cosas diarias, donde disfrutar de un ambiente sano, agradable. Donde realizar actividades y

7. ¿Considera que estar cerca de la naturaleza ayuda a calmar el estrés?

Pienso es lo más sano, oxigenarse, respirar aire fresco, distraer la mente en otras cosas

8. ¿Le gustaría que su empresa considere programas de retiro para sus empleados?

Me agradaría mucho.

Entrevista # 5.

Nombre del entrevistado: Carlos Antonio León Arias:

Ocupación: Jefe de logística HUNTER

1. ¿Considera usted que el estrés es una enfermedad psicológica o física?

El estrés no es una enfermedad en sí misma, sino una respuesta natural del cuerpo ante situaciones desafiantes o amenazantes. sin embargo, cuando el estrés se vuelve crónico o excesivo puede tener un impacto negativo en la salud física y mental.

2. ¿Cree usted que los tiempos o las circunstancias que se viven en los actuales momentos pueden llevar a una persona a sufrir de estrés?

Por supuesto todo se desencadena cuando se presenta el estrés y la situación que se vive se presta para esto.

3. ¿Cuándo se encuentra en situación de estrés o ansiedad qué consideraría como buenas opciones?

Salir a caminar, hacer actividades diferentes que distraigan el pensamiento, disfrutar de un lugar con aire fresco donde se pueda leer, cantar, bailar.

4. ¿Consideraría como una solución ante el estrés/ansiedad salir de la ciudad a oxigenarse mínimo una vez al mes?

Sí lo haría, sería diferente.

5. ¿Cómo debería ser el lugar que le ofrezca relajación, calma y desestrés?

Debe ser lo libre con campo abierto donde respirar aire puro, donde correr, donde estar en contacto con la naturaleza y todo lo que ella pueda brindar.

6. ¿Cree usted que sería una buena opción tener un lugar a dos horas de la ciudad, donde pueda pasar solo, con pareja o con amigos un fin de semana?

Sería muy atractivo sobre todo si tiene actividades que puedan despejar la mente.

7. ¿Considera que estar cerca de la naturaleza ayuda a calmar el estrés?

Pienso es lo más sano. Y sí ayuda muchísimo.

8. ¿Le gustaría que su empresa considere programas de retiro para sus empleados?

Sería genial ayudar a todos en este ámbito.

Entrevista # 6.

Nombre del entrevistado: William Alberto Vallejo Martillo

Ocupación: Asesor de Proyectos Junta de Beneficencia de Guayaquil.

1. ¿Considera usted que el estrés es una enfermedad psicológica o física?

El estrés es una enfermedad psicológica porque se genera desde el sistema nervioso y neurológico que recepta el cerebro por las actividades o trabajos que se asignan y no se controlan.

2. ¿Cree usted que los tiempos o las circunstancias que se viven en los actuales momentos pueden llevar a una persona a sufrir de estrés?

Sí es mayor por presiones en diferentes ámbitos y el estrés está a disposición.

3. ¿Cuándo se encuentra en situación de estrés o ansiedad qué consideraría como buenas opciones?

Hacer ejercicios de respiración, hablar con una persona cercana o realizar alguna otra actividad física.

4. ¿Consideraría como una solución ante el estrés/ansiedad salir de la ciudad a oxigenarse mínimo una vez al mes?

Sí es una buena solución salir a respirar aire sano.

5. ¿Cómo debería ser el lugar que le ofrezca relajación, calma y desestrés?

Debería ser con árboles, al aire libre, con playa, lugar o espacio para caminar.

6. ¿Cree usted que sería una buena opción tener un lugar a dos horas de la ciudad, donde pueda pasar solo, con pareja o con amigos un fin de semana?

Sí, sería muy agradable experimentar lugares para relajarse un poco o soltar el estrés del diario vivir.

7. ¿Considera que estar cerca de la naturaleza ayuda a calmar el estrés?

Sí, creo que es una solución que muchos deberíamos de seleccionar para calmar el estrés.

8. ¿Le gustaría que su empresa considere programas de retiro para sus empleados?

Pienso que si sería una buena selección no solo para esta empresa sino para todas.

Análisis personal.

En cuanto a la recolección de datos obtenida mediante las entrevistas, se logró establecer aspectos significativos para el correcto desarrollo del diseño de interiores del proyecto de investigación.

El objetivo del centro es brindarles a las personas un espacio de introspección y reflexión alejado de lo cotidiano y que involucre actividades que les permita potenciar su crecimiento personal y espiritual. Y de esta manera promover el bienestar, cubriendo los requerimientos de los usuarios con áreas espacialmente funcionales.

CAPÍTULO IV

PROPUESTA

4.1. Tema.

Aplicación del estilo Zen en el diseño de una casa de retiro en Pichincha, Manabí.

4.2 Generalidades.

Como se vive en la actualidad es una manera tan rápida, llena de estrés y agobios que hacen que necesitemos relajarnos y escucharnos a nosotros mismos, poner en orden nuestras ideas para lograr ese equilibrio que el diario vivir y la forma como lo hacemos nos lo arrebatan. Llegar a casa para relajarnos debería ser la mejor opción, pero para esto también se necesita que los ambientes estén facultados de los materiales y requerimientos indispensables para lograrlo es aquí donde es estilo Zen es sin lugar a duda la mejor elección para practicar la meditación.

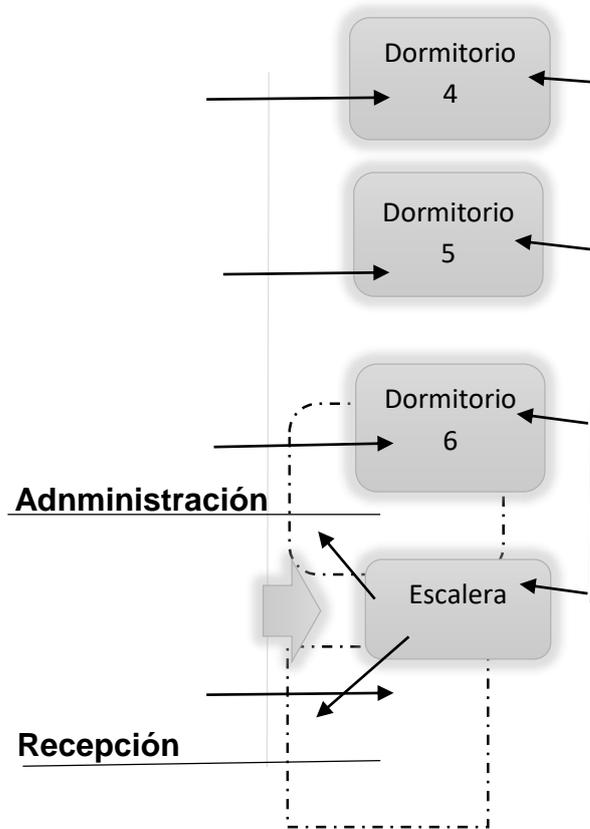
Este proyecto es una casa de retiro y de meditación Zen que está conformada por un programa que se enfoca en el desarrollo espiritual y personal de los usuarios. El objetivo del centro es brindarles a las personas un espacio de introspección y reflexión alejado de lo cotidiano y que involucre actividades que les permita potenciar su crecimiento personal y espiritual.

La palabra japonesa Zen se traduce como meditación y es una rama del budismo que busca alcanzar el estado de iluminación a través de la sabiduría, la paz interior está a través de la meditación y la armonía de cuerpo y mente donde las acciones sencillas tienen mucha importancia.

Este proyecto reunirá las condiciones de un espacio armónico, un centro que brindará desde el servicio de alojamiento, sauna, masajes, yoga, piscina, restaurante, barbacoa, área de lectura, todo bajo el concepto eco amigable a partir de la implementación de materiales que tienen un bajo impacto ambiental como la madera, piedras, colores neutros, plantas, un huerto donde los usuarios que les gusta esta actividad lo realicen, diseño de jardines de tal manera que todo en conjunto ayudará con las percepciones y emociones de las personas.

Planta Alta

Ilustración 35. Diagrama de flujo: Planta Alta



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024

4.4. Necesidades del proyecto por Área

Tabla 1. Necesidades del proyecto.

	ÁREA	USUARIOS	CANTIDAD	MOBILIARIO
Área Administrativa	Recepción	1	1	Silla
			1	Counter
			1	Archivador bajo
			2	Sillones
			1	Mesa de centro
	Oficina Administrativa	2	1	Silla Ejecutiva
			1	Escritorio Ejecutivo
			1	Superficie de trabajo
			1	Silla
			2	Silla de visita

			1	Archivador bajo
			1	Baño
Área Intima	Dormitorio 1	5	5	Camas
			1	Armario
			1	Consola
			10	Lámparas de pared
			1	Panel ranurado
			1	Baño
			1	Cortinas Blackout Ivory
			1	Cortinas Blackout Ivory
	Dormitorio 2	5	5	Camas
			1	Armario
			1	Consola
			10	Lámparas de pared
			1	Panel ranurado
			1	Baño
			1	Cortinas Blackout Ivory
			1	Cortinas Blackout Ivory
	Dormitorio 3 (Discapacidad)	3	1	Cama
			2	Camas
1			Closet	
6			Lámparas de pared	
1			Panel ranurado	
1			Cortinas Blackout Ivory	
1			Baño	
1			Baño	
Área Intima	Dormitorio 4 Planta alta	5	5	Camas
			1	Armario
			1	Consola
			10	Lámparas de pared
			1	Panel ranurado
			1	Cortinas Blackout Ivory
			1	Baño
			1	Baño
	Dormitorio 5 Planta Alta	5	5	Camas
			1	Armario
			1	Consola
			10	Lámparas de pared
			1	Panel ranurado
			1	Panel ranurado

			1	Baño
			1	Cortinas Blackout Ivory
	Dormitorio 6	5	5	Camas
			1	Armario
			1	Consola
			10	Lámparas de pared
			1	Panel ranurado
			1	Baño
			1	Cortinas Blackout Ivory
Área de Servicios	Comedor	32	32	Sillas
			8	Mesas
			1	Equipo Samobares
			3	Baños
	Cocina	4	1	Cocina
			1	Parrilla
			1	Congelador
			1	Plancha
			1	Freidora
			1	Lavavajillas
			1	Mesa de trabajo
			1	Campana
		Área de desechos	1	3
Barbacoa		3	1	Parrilla
			1	Mesón
			1	Congelador
			1	Lavavajillas
			1	Cajonera
			1	Anaqueles bajos
			1	Bar
			1	Campana
Bodega		2	1	Congelador
			1	Alacena

			1	Anaqueles bajo mesón
			1	Mesa de trabajo
			1	Lavadero
Área Social	Piscina	15	7	Sillas reclinables para exteriores (tumbonas)
			2	Duchas
			2	Baños - Vestidores
	Sala de Masajes	2	2	Camillas plegables
			1	Biombo separador
			2	Equipos auxiliares
			2	Taburetes
			2	Consolas
	Sala de sauna	4	1	Calefactor de Sauna
	Sala de Yoga	9	8	Esterillas
			1	Tarima
			1	Estantería
			8	Cojines
Sala de Lectura	6	1	Sofá en L	
			1	Mesa
			1	Librero
			1	Lámparas de pedestal
			6	Cojines
			2	Lámparas de techo
	Parqueos	9	9	Parqueos
	Huerto	5	6	Nichos
			1	Mesón
	Escalera		1	

Elaborado por Mera y Moncada, 2024.

4.4. Memoria descriptiva.

Para desarrollar esta propuesta de Vivienda de retiro con aplicación de estilo Zen, se ha considerado hacerlo en un lugar en la provincia de Manabí cerca de El Empalme en el cantón Pichincha, el área a trabajar presentado es de 29.82 m de ancho x 56.00 m de largo lo que da un área de 1672, 16 m² · comprendido en las siguientes áreas: Recepción, Administración, Sala de Masajes, Sauna, Sala de Yoga, Área de lectura, Área social con baños, duchas, piscina y barbacoa, área de comedor, cocina, alacena o bodega, Comedor Baños, Área de Huerto, Parqueo, Dormitorios, Escalera, cuarto de bombas y dormitorios y baños y en la segunda planta dormitorios.

Ingreso.

A la entrada de este centro se encuentra el área de parqueos que dan cabida a 9 vehículos, entre ellos uno para Discapacidad, el área es de 363 m² el piso es de piedra laja plana natural. Alrededor existen extensiones de tierra con la vegetación del sitio, está delimitado por arbustos, de lado izquierdo se encuentra un huerto con un área de 35.33 m² para que los clientes puedan realizar actividad de sembrado y replantación de pequeñas especies con mesa de trabajo de mampostería en el centro del área de 1.50m x 0.90m, pérgola de madera de teca y techo de Policarbonato Alveolar de 0.006mm, en color Clear (transparente), formatos de 2.10m x 0.60m y 2.10m x 2.00m con decoraciones de ornamentación colgantes. De lado izquierdo y lado derecho encuentra el área de parqueo donde se localiza uno para discapacidad. La pared frontal que colinda con el comedor tiene un diseño elaborado en caña de bambú y la jardinera decorada con piedras dolomitas en blancas y negras.

Ilustración 36: Esquema de color y materiales de Área de Ingreso



Elaborado por: Mera y Moncada. 2024.

Recepción.

Al costado derecho se encuentra la Recepción del local, con un área de 56, cuya puerta es de 56.10 m², cuyo revestimiento es piso flotante Akasya en formato de 0.193 m x 1. 20m, espesor de 0.008 mm, las paredes son mampostería con pintura blanca satinada, a excepción de la pared de ingreso que es totalmente de vidrio donde se encuentra para el ingreso una puerta abatible de dos hojas de 0.90 m x 2.00 m cada una, con perfilera de aluminio, herrajes de fijación. Hacia el lado derecho se ubica el Counter de Recepción, elaborado en MDF laminado blanco con haya de 2.40m x 0.80 m x 0.72 m de altura en módulo base, el módulo superior de 2.00 x 0.30 m x 0.73 m. La pared atrás del counter tiene un diseño con listones de madera de pino de 0.20m x 0.40m x 2.40m de piso a techo. El mobiliario bufetera junto al counter en MDF laminado blanco con café, sus dimensiones son 0.96m x 1.82m x 0.88m. En el lado izquierdo en la esquina del ingreso una fuente de agua de 0.30m x 0.30m. x0.54m. frente al counter dos butacas de estructura metálica negra con detalles de melanina café, y el asiento de cuerina blanca madera color blanco de 0.60m x 0.75m x 0.70 y la mesa con tapa de vidrio templado de 0.008 mm con marco de acero cuadrado de 0.015 mm en color dorado, dimensiones 0.40m x 1.20m x 0.70m de profundidad, se utiliza luz blanca como iluminación.

Ilustración 37: Esquema de color y materiales de área de Recepción.



Elaborado por: Mera y Moncada,2024.

Administración.

Esta área tiene 48.60m², revestimiento es piso flotante Akasya en formato de 0.193 m x 1.20m, espesor de 0.008 mm, las paredes de mampostería pintadas en blanco satinado a excepción de la pared que está a la entrada revestida de espacato multicolor Eromagna, se ingresa por una puerta de pino natural de 0.80m x 2.00m, se ubican dos escritorios de estructura metálica con superficie de melamínico color haya, de 1.20m x 0.50m x 0.73m de altura, silla con base de nylon, brazos fijos, espaldar de apoyo, hecha en tapiz de malla color blanco con gris. Silla con ruedas, archivador mixto con dos cajones de 0.80m x 0.60m x 0.45m., color haya. En la pared de fondo al lado del baño hay un boquete con vidrio templado fijo de 0.006 mm de 0.80m x 2.00m de alto y 0.40m de antepecho, con perfilería de PVC de apariencia de madera.

El baño tiene un área de 3.63 m², el ingreso por una puerta abatible hacia adentro, paredes pintadas con pintura satinada en blanco, piso porcelanato light beige de 0.19m x 1.20m, con rastrera de 0.10 cm, pared de lavamanos con revestimiento en 3D adhesivo imitación ladrillo blanco de polietileno suave hasta una altura de 1.15m a partir de ahí hasta el techo revestimiento de listones de madera de pino verticales. Un espejo redondo con marco dorado con luz LED cálida detrás. El lavamanos sobre mesón gris de 0.14m x 0.42m con piedra natural colocado sobre repisa flotante MDF melamínico color blanco. Lámpara colgante bronce de vidrio de 0.30m x 0.30m x 1.20m, un inodoro y un urinario.

Ilustración 38: Esquema de color y materiales de área de Administración



Elaborado por: Mera y Moncada. 2024.

Comedor.

Con un área de 123.82 m² frente a la recepción se ingresa al comedor por medio de una puerta abatible de vidrio templado de 0.008 mm de 1.00m x 2.00m en una pared de mampostería pintada con blanco satinad. cuyo revestimiento es piso flotante Akasya en formato de 0.193 m x 1. 20m, espesor de 0.008 mm, del lado izquierdo de esta área la pared tiene un diseño de tres paneles que van desde el piso al techo, de los cuales los extremos están formados por caña guadua seca y en el centro espacato multicolor Eromagna, con una jardinera de bambú, decorada con piedra Dolomita en color blanco y negro, la pared de fondo es de color blanco satinado, aquí se ubica el Samobar de 6 posociones, hacia el lado derecho se encuentran dos ventanales fijos de 2.00 x 2.00 y en el centro una puerta corrediza de 2.00m x 2.00m con dos hojas de 1m cada una, el resto de la pared es mampostería y la iluminación se mantiene con 16 lámparas colgantes de luz amarilla o cálida. Al costado izquierdo se encuentra la sección de baños para damas, caballeros y uno para discapacidad. Dispuestas en el área del comedor se encuentran 6 juegos de mesas para 4 personas con sillas, elaborados en madera natural con detalle metálicos y top redondo de color blanco en melanina en medidas de 0.70m de diámetro x 0.70 m de altura, el material de las sillas es respaldo polipropileno, base de madera y acero, de 0.60m x 0.45m x 1.05m de altura.

Ilustración 39: Esquema de color y materiales de área de Comedor.



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

Cocina y bodega.

Con un área de 56.58 m² la cocina se reviste de piso epóxica color gris, paredes son pintadas con epóxica blanca, el mobiliario se encuentra distribuido de la siguiente manera: en el centro una isla con todos los equipos de cocina: freidora, plancha, lavavajillas, mesa de trabajo y cocina que en la parte superior está la campana en acero inoxidable, estos equipos se pueden mover y tienen patas regulables. La puerta de ingreso desde el comedor a la cocina es de vaivén de 0.90m doble hoja. Desde el ingreso adosado a la pared los mesones de trabajo en forma de L de revestido de acero inoxidable. El congelador está al lado de la puerta que sale al patio. La cocina se comunica con la bodega, esta es un área de 25.2 m² con un mesón en L de mampostería con anaqueles bajos, el congelador se ubica al frente de la puerta. El piso de esta área es epóxica gris. Las paredes mampostería revestidas de pintura epóxica blanca.

Ilustración 40: Esquema de color y materiales de Comedor y Bodega.



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

La Barbacoa.

Esta área comprende 20.30 m², mesón está hecho en mampostería revestido con piedra de laja irregulares, sus medidas 0.80m x 0.60m x 0.80m de alto, la encimera es de granito en plancha en colores blanco, negro y gris, con anaqueles bajos con puertas de madera en madera de Cedro. Lavavajilla de dos pozos. Parrilla con campana rectangular de 0.70m de ancho x 0.55m de profundidad y de alto 2.20m construido en ladrillos refractarios, la pared de lado izquierdo está recubierta de piedra

laja, el resto de las paredes de color blanco texturizada en estucado. Cubierta tipo pérgola de 6.50m x 4.50m x 3.0m fabricada con estructura de madera en tono café oscuro con techo de policarbonato. Aquí también se encuentra un congelador.

Ilustración 41: Esquema de color de Área de Barbacoa.



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

Piscina.

Esta área tiene 338.60 m², el piso es de piedra laja irregular en color gris matizado, de la piscina al área de duchas hay una caminera de 5.00 m largo x 1.50m de ancho formado por tablonces de madera de teca en tablonces de 1.50m x 0.25m y entre los tablonces piedra bola de río pulida natural. En el piso de las duchas está también la teca. Seguido se encuentran dos baños de hombre y de mujer cada uno con los vestidores. De lado derecho están los ventanales de vidrio fijo del comedor, de lado izquierdo es mampostería con pintura blanca con técnica de estuco, apliques de luces LED de pared, uno de cerca del ingreso de la sala de lectura y el otro por el ingreso de la sala de masajes que bañan la pared de luz cálida hacia arriba y abajo. En la pared de ingreso de la de Yoga hay un revestimiento de listones de madera de teca en café oscuro decorado con ornamentación de bambú, con jardinera e iluminación desde la parte inferior. De lado derecho hay un área con dos mesas y cuatro sillas cada una, sobre un piso revestido de tablonces de teca con un área de 3.10m x 10.88m, cubierta por pérgola de las mismas dimensiones, fabricada en madera de teca, tono café oscuro para crear contraste con las demás áreas y techo de policarbonato. La piscina es de 5.00m x 9.00m y tiene una profundidad de que va de

1 a 2 metros, está revestida de gres porcelánico de 0.25 m x 0.75m. La pared posterior que da hacia los pasillos de las habitaciones tiene dos ventanales de vidrio de 0.008 mm fijo de 2.00 x 2.00 y en el centro una puerta corrediza de 2.00m x 2.00m con do hojas de 1m cada una y el resto de la pared es mampostería blanca.

Ilustración 42: Esquema de color y materiales de Área de Piscina.



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

El Sauna.

Tiene un área de 17.34 m² recubierto en su totalidad por tablones madera de Cedro de 0.08 cm de ancho x 1.20 de largo, y que de acuerdo a sus características es la más apropiada para esta clase de cabinas en donde la humedad no le afecta ni las altas temperaturas. En el interior se encuentra un banco de madera donde los usuarios podrán sentarse o recostarse mientras disfrutan del calor, el cual está dispuesto a una altura de 0.45cm.x 0.50cm de profundidad el asiento, aquí también se localiza la estufa o calentador especial para calentar piedras volcánicas que son las que emiten calor radiante en todo el sauna .La iluminación es tenue, suave, cálida y relajante empotrada en el techo con el fin de proveer un ambiente tranquilo y propicio para la relajación, con sistema de ventilación adecuado para asegurar la circulación de aire fresco y la eliminación del exceso de humedad y calor, de esta manera con sesiones de Sauna el usuario aliviará el estrés, relajará los músculos y purificará el cuerpo, puerta de vidrio templado de 8 mm, con herrajes y mecanismos abatibles, tiraderas de metal.

Ilustración 43: Esquema de color y materiales Área Sauna



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

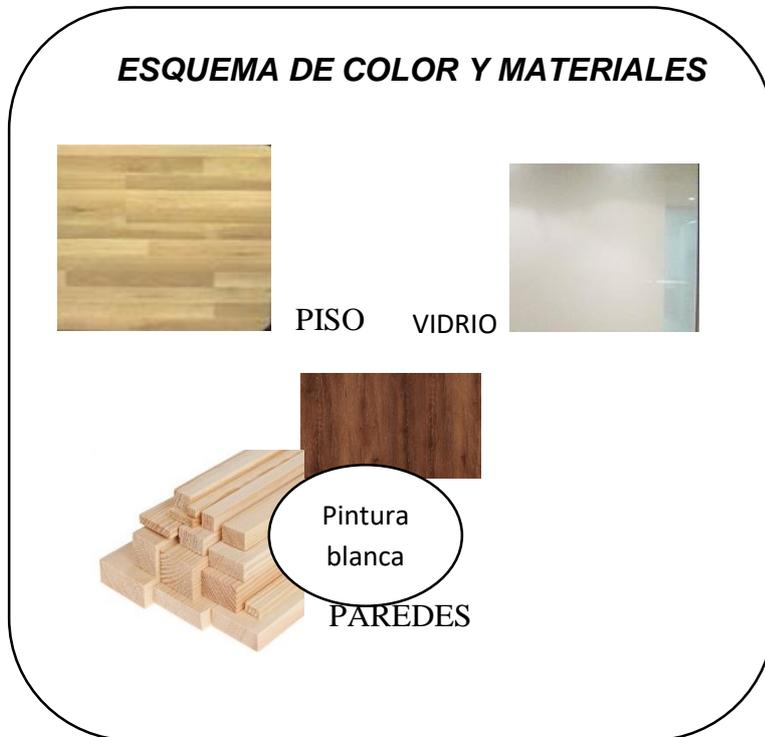
La Sala de Masajes.

El área para la Sala de Masajes es de 35.34 m², la misma que utiliza como revestimiento piso flotante Akasya en formato de 0.193 x 1. 20m con espesor de 0.008 mm, las paredes están revestidas de la siguiente manera: pared posterior con diseño en contraste de madera oscura y listones de madera de pino de 0,02 x 0.04 cm por 2.40 m de largo de piso a techo, colocados sobre una base de Mdf crudo, las paredes laterales y frontal son mampostería pintada con blanco satinado, puerta de vidrio templado de 0.006 mm doble hoja, corrediza con una hoja fija de 2,00 de ancho x 2.00 m de alto. Las camillas en número de dos con base de madera colchón de polina blanco, portátiles y plegables, con medidas de 1.85 m de largo x 0.62 de ancho y 0.71 de alto, separadas por un biombo de 4 cuerpos de madera pino color natural y tela de lino blanco de 1.80 por 2.00 m de alto. Una mesa de acero inoxidable de 3 niveles, color blanco de 0.52 cm de largo, ancho 0.35 y 0.78 cm de altura. Mesa de madera y metal movable blanca, dos cajoneras, altura 0.78 cm x 0.70 cm. de largo y ancho 0.40.cm. Taburete giratorio, asiento redondo de 0.34 cm de diámetro, altura regulable, 5 ruedas. Mobiliario con cajón de Mdf laminado blanco con 4 cajones y dos puertas laterales, altura 1.00 m, largo 1.29 m y profundidad 0.47 cm

Esta sala logrará el propósito para el que fue creada proporcionar tratamientos de masaje que promuevan la relajación, la salud y el bienestar, con su ambiente

tranquilo, atención a la privacidad del cliente y enfoque en la comodidad e higiene y con equipo adicional dependiendo del tipo de servicio ofrecido.

Ilustración 44. Esquema de Color y materiales Sala de Masajes



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

La Sala de Yoga.

Esta Sala tiene un área de 51.57 m², utiliza como revestimiento piso flotante Akasya en formato de 0.193 x 1.20m con espesor de 0.008 mm, Para entrar a esta sala se lo hace por puertas corredizas de 1.60 m x 2.00 m en dos hojas 0.80 cm. De vidrio arenado de 0.006 mm de espesor colocadas en el lado derecho, la pared posterior posee un ventanal de 2.00 m x 2.00m de hojas fijas, en la pared lateral izquierda se colocará un vinilo adhesivo con diseño de mantra, de lado derecho se colocará una tarima color blanco de 1.30 m x 1.30 m y de 0.15 cm de alto en madera laminada blanca con luz dirigida cálida. Cerca de la entrada se colocará una estantería de 1.30 m de largo x 1.80 m de alto x 0.40 cm de profundidad, elaborada en MDF laminado blanco.

Este espacio fue diseñado para la práctica de esta disciplina que busca proporcionar un ambiente tranquilo, acogedor y armonioso que facilite la conexión con el cuerpo, la mente y el espíritu. Con la atención adecuada al diseño y la decoración,

esta podría convertirse en un refugio de paz y bienestar donde los practicantes puedan cultivar su práctica y encontrar equilibrio y armonía en sus vidas.

Ilustración 45: Esquema de color y materiales de Sala de Yoga.



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

El área de Lectura

El área de lectura tiene un área de 38.675 M², la misma que utiliza como revestimiento piso flotante Akasya en formato de 0.193 x 1.20m con espesor de 0.008 mm, en la pared posterior mampostería pintada de blanco con técnica esponjado, en el centro dos puertas corredizas de vidrio arenado de 0.006 mm de espesor, de 2.00 x 2.00 m con perfilaría metálica. La puerta de ingreso a este salón es de 0.80 x 2.00 de madera de pino natural, en el lado izquierdo un sofá en L (sofá doble: de 1.65 m de largo X 0.80 de ancho y respaldo de 0.64 cm de alto), sillón esquinero de 0.79 cm de largo x 0.80 cm de ancho y 0.64 cm de alto en respaldo, de estructura metálica con tapizado en microfibra color beige. Mesa de centro de 0.80 cm de largo o.80 cm de ancho y 0.33 cm de alto. Accesorios una lámpara de pedestal color beige la pantalla con la base negra. Una mesa baja hecha en Teca con sistema de atornillado y ensamble de caja y espiga, con dos tablonos de teca en su base y un detalle en vidrio de 0.43 cm de alto y de 1.50 m de largo x 0.90 cm de ancho en su alrededor cojines de color gris, redondos, drapados de poliéster, de 0.14 m de alto, y de 0.40 cm x 0.40 cm.

Una estantería para libros de dos puertas abatibles, de herrajes metálicos, trabajada en Mdf laminado color terra, sus medidas: 0.53 cm de altura, de largo 1.60m y de 0.40 cm de profundidad. Dos lámparas colgantes con pantallas de vidrio transparente, estructura de acero, con luz fría.

Ilustración 46: esquema de color y materiales de Sala de lectura.



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

Habitaciones o Dormitorios.

Habitación 1 y 2 cada una con 53.32 m², el ingreso a ellas se lo hace por una puerta corrediza con vidrio de 0.006 mm arenado con perfilería de PVC de 1.60 m (cada hoja de 0.80) x 2.00 m de alto, herraje de PVC en color café claro, utiliza como revestimiento piso flotante Akasya en formato de 0.193 x 1.20m con espesor de 0.008, la pared de fondo mampostería pintada en blanco satinado, con ventanal fijo de 1.60 m 2.00 m cortinas Blackout Ivory de 1.80m x 2.10m tela poliéster, tubo galvanizado y accesorios de polipropileno. Aquí se encuentran 5 camas bajas tipo Tatamé personales de 1.05 x 2.00m x 0.15 cm de altura. En la parte de atrás de las camas un detalle en tablero ranurado cubriendo la pared desde el piso hasta el techo con una altura de 3.00 m. Y entre cada cama una lámpara de pared adosada al tablero. Frente a las camas una consola baja color natural en melanina de 1.80 m de largo x 0.42 cm de ancho y 0.50cm de altura. Un armario para guardar ropa 1.10m x 1.80m x 0.45cm de profundidad en Mdf laminado blanco

Habitación 3 con un área de 51.66 m², el ingreso se lo hace por una puerta abatible con vidrio de 0.006 mm arenado con perfilería de PVC color café claro de 1.00 m (cada hoja de 0.50) x 2.00 m de alto, herraje de PVC en color café claro, como revestimiento piso flotante Akasya en formato de 0.193 x 1.20m con espesor de 0.008mm, la pared de fondo mampostería pintada en blanco satinado, con ventanal fijo de 1.60 m 2.00 m cortinas Blackout Ivory de 1.80m x 2.10m tela poliéster, tubo galvanizado y accesorios de polipropileno. Aquí se encuentran 3 camas 2 bajas tipo Tatamé personales de 1.05 x 2.00m x 0.15 cm de altura y la tercera con una base normal para discapacidad. En la parte de atrás de las camas un detalle en tablero ranurado cubriendo la pared desde el piso hasta el techo con una altura de 3.00 m. Y entre cada cama una lámpara de pared adosada al tablero. Este dormitorio tiene un closet en L frente antes de entrar al baño, hecho en Mdf laminado blanco.

Ilustración 47: Esquema de color y materiales área de Habitaciones



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

Escalera y Pasillo.

La escalera ubica entre el área de Recepción y el área de Administración, es de 1.00m de ancho, revestida con teca en el 8vo escalón tiene un descanso, conduce sólo a habitaciones en una primera planta, está entre dos paredes laterales blancas con textura de estuco Veneciano al igual que todo el pasillo y el corredor de planta alta, al llegar al 2do piso nos encontramos del lado derecho una pared con diseño en formas rectangulares de madera color café oscuro, manteniendo de fondo el color blanco, en pared siguiente dos apliques de luz cálida que iluminan en dos direcciones

hacia arriba y abajo. Al frente tenemos una pared en L revestida en su totalidad de piedra natural tono marrones, en la parte inferior un pequeño jardín Zen.

El área del pasillo con balcón es de 24.78 m² por donde tenemos las puertas corredizas de todas las habitaciones, el balcón tiene un antepecho de mampostería color blanco con una altura de 1m que recorre 16,52m su diseño en la parte superior tiene una estructura metálica con apliques de madera de teca.

Ilustración 48: Esquema de colores y materiales de área de Escalera y Pasillos.



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

Baños.

Baños en el área de Comedor: 1 baño de Discapacidad con 3.23m², ingreso por puerta abatible de 1.00 x 2.00 de MDF melamínico blanco, mampostería de paredes con pintura blanca satinada, piso Porcelanato Light Beige de 0.19m x1.29 m con rastrea de 0.10cm, pared de lavamanos con revestimiento de 3D adhesivo imitación ladrillo blanco de polietileno suave colocado hasta altura de 1,15 a partir de ahí hasta el techo revestimiento de listones de teca verticales, espejo redondo con marco dorado con luz LED cálida. lavamanos sobre mesón gris 0.14m x 0.42m piedra natural colocado sobre repisa flotante. Lámpara colgante bronce de vidrio de 030m x 0.30m x 1,20m. Barras de apoyo para el uso de inodoro.

Baños de Caballeros y Damas cada uno con un área de 2.38m², ingreso por puerta abatible hacia adentro de 0.60m x 2.00m en MDF melamínico blanco,

mampostería de paredes blancas con pintura satinada, piso de Porcelanato Light Beige de 0,19m x 1,20m con rastrera de 0.10cm, pared de lavamanos con revestimiento de 3D adhesivo imitación ladrillo blanco de polietileno suave colocado hasta altura de 1,15 a partir de ahí hasta el techo revestimiento de listones de teca verticales, espejo redondo con marco dorado con luz LED cálida, lavamanos sobre mesón gris 0.14m x 0.42m piedra natural colocado sobre repisa flotante. Lámpara colgante bronce de vidrio de 030m x 0.30m x 1,20m. En baño de damas solo Inodoro y en caballeros inodoro y urinario.

Baños en área de Dormitorios 1,2,4,5 cada uno con un área de 6.05m², el ingreso por una puerta abatible hacia adentro de 0.60m x 2.00 en MDF melanina blanca, mampostería de paredes con pintura blanca satinada, piso de Porcelanato Light Beige de 0,19m x 1,20m con rastrera de 0.10cm, pared de lavamanos con revestimiento piedra Alpes grafito colocado hasta altura de 1,15 a partir de ahí hasta el techo revestimiento de listones de teca verticales, espejo redondo con marco dorado con luz LED cálida. Mampara de vidrio templado 6mm arenado para duchas lavamanos sobre mesón gris 0.14m x 0.42m piedra natural colocado sobre repisa flotante. Lámpara colgante bronce de vidrio de 030m x 0.30m x 1,20m. Un inodoro y un urinario.

Baño en Dormitorio 3 de Discapacidad, con un área de 11.66m², el ingreso a lavamanos abierto, mampostería de paredes blancas con pintura satinada, piso de Porcelanato Light Beige de 0,19m x 1,20m con rastrera de 0.10cm, pared de lavamanos con revestimiento piedra Alpes grafito colocado hasta altura de 1,15 a partir de ahí hasta el techo revestimiento de listones de teca verticales, dos espejos redondos con marco dorado con luz LED cálida colocados a diferentes alturas. Dos lavamanos sobre mesón gris 0.14m x 0.42m de piedra natural colocado sobre repisa flotante MDF melamínico color blanco. Puerta abatible hacia adentro de 1.00m x 2.00m en MD melamina blanca para ingresar a inodoros y ducha. Lámpara colgante bronce de vidrio de 0.30m x 0.30m x 1,20m, mampara de vidrio templado 6mm arenado para ducha de 1,25m x 2,90m. Inodoro y urinario. Barras de apoyo para el uso de inodoro y en la ducha.

Baño en área de Administración, con un área de 3.63 m² ingreso por una puerta abatible hacia adentro de 0.60m x 2.00 en MDF melanina blanca, mampostería

de paredes con pintura blanca satinada, piso de Porcelanato Light Beige de 0,19m x 1,20m con rastrea de 0.10cm, pared de lavamanos con revestimiento piedra Alpes grafito colocado hasta altura de 1,15 a partir de ahí hasta el techo revestimiento de listones de teca verticales, espejo redondo con marco dorado con luz LED cálida. lavamanos sobre mesón gris 0.14m x 0.42m piedra natural colocado sobre repisa flotante. Lámpara colgante bronce de vidrio de 030m x 0.30m x 1,20m. Un inodoro y un urinario.

Baños en área de Piscina, con un área de 4.88 cada uno para damas y caballeros, ingreso al área abierta por una puerta de vestidor plegable de PVC, color madera de 0.60m x 2.00, de lado izquierdo la puerta del baño también de PVC color madera, piso de piedra Laja formato irregular matizada hasta la altura de 1.15 de pared, luego continúa con listones de madera de teca hasta el techo, pintura blanca texturizada con estuco, espejo redondo con marco dorado a cada lado un aplique de lámpara tipo foco con diseño de metal y madera.

Ilustración 49: Esquema de color y materiales de los Baños.



Elaborado por: Mera y Moncada

Baño en área de Dormitorio 6. Con un área de 16.08m² se Ingresa a lavamanos abierto, mampostería de paredes blancas con pintura satinada, piso de Porcelanato Light Beige de 0,19m x 1,20m con rastrea de 0.10cm, pared de lavamanos con revestimiento piedra Alpes grafito colocado hasta altura de 1,15 a

partir de ahí hasta el techo revestimiento de listones de teca verticales, dos espejos redondos con marco dorado con luz LED cálida colocados a diferentes alturas, lavamanos sobre mesón gris 0.14m x 0.42m piedra natural colocado sobre repisa flotante de MDF melamínico blanco, una puerta abatible hacia adentro de 1.00m x 2.00m. Lámpara colgante bronce de vidrio de 030m x 0.30m x 1,20m para ingresar a inodoro y ducha Un inodoro y un urinario. Mampara de vidrio templado 6mm arenado para ducha 1,25m x 2,90m. Inodoro y urinario.

Habitaciones en Planta Alta.

Dormitorio 4, con un área de 75.26 m² tiene revestimiento de piso flotante Akasya en medida 1.20m x 0.193m espesor 8mm, mampostería de paredes blancas con pintura satinada, ingreso por puerta corrediza perfilaría PVC color madera natural con vidrio arenado 1.60m x 2.00m doble hoja 80cm c/u, pared de frente con ventanal fijo de 1,60m x 2.00 vidrio templado 6mm con cortina Blackout de 1.80m x 2.10m. Está diseñada para colocar 9 camas tipo Tatamé de 1.05m x 2.00m 0.15m. Closet empotrado 3.00 x 0.40 x 1.80 en melamina blanca. Paredes de respaldar de las camas con recubiertas en su totalidad de tablero ranurado color natural con apliques de lámparas a cada lado de las camas

Ilustración 50. Esquema de colores y materiales de Dormitorio



Elaborado por: Mera y Moncada,2024.

Dormitorio 5, con un área de 45.88m² tiene revestimiento de piso flotante Akasya en medida 1.20m x 0.193m espesor 8mm, mampostería de paredes blancas con pintura satinada, ingreso por puerta corrediza perfilaría PVC color madera natural con vidrio arenado 1.60m x 2.00m doble hoja 80cm c/u, pared de frente con ventanal fijo de 1,60m x 2.00 vidrio templado 6mm con cortina Blackout de 1.80m x 2.10m. Está diseñada para colocar 5 camas tipo Tatamé de 1.05m x 2.00m 0.15m. Closet empotrado 1.10m x 0.45 x 1.80 en melamina blanca. Paredes de respaldar de las

camas con recubiertas en su totalidad de tablero ranurado color natural con apliques de lámparas a cada lado de las camas. Consola de estructura metálica negra, medidas 1.80m x 0.42m x 0.50m de alto en madera natural.

Ilustración 51. Esquema de colores y materiales de Dormitorio



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

Dormitorio 7, con un área de 51.62m², tiene revestimiento de piso flotante Akasya en medida 1.20m x 0.193m espesor 8mm, mampostería de paredes blancas con pintura satinada, ingreso por puerta corrediza perfiles PVC color madera natural con vidrio arenado 1.00m x 2.00m, pared de frente con ventanal fijo de 1,60m x 2.00 vidrio templado 6mm con cortina Blackout de 1.80m x 2.10m. Está diseñada para colocar 4 camas tipo Tatamé de 1.05m x 2.00m 0.15m. Closet en L empotrado 1.10m x 0.45 x 1.80 en melamina blanca. Paredes de respaldo de las camas con recubiertas en su totalidad de tablero ranurado color natural con apliques de lámparas a cada lado de las camas. Consola de estructura metálica negra, medidas 1.80m x 0.42m x 0.50m de alto en madera natural.

Ilustración 52: Esquema de color y materiales Dormitorio 7



Elaborado por:: Mera y Moncada, 2024.

Vegetación del sector.

Plantas que se utilizan en la decoración de este estilo Zen:

Tabla 2. Plantas ecuatorianas

	BAMBÚ
	Nombre común: Bambú cabeza de dragón Nombre científico: Bambusa Vulgaris Altura: hasta 15 m Grosor: 5 a 9cm Riego: bajo Fuente: huertos Ecuador
	AVE DE PARAÍSO
	Nombre comun: Ave de paraíso Nombre científico: Streitzia reginal Altura: hasta 1.20m Riego: abundante Fuente: huertos Ecuador
	HELECHOS DE BOSTON
	Nombre comun: Helechos de Boston Nombre científico: Nephsolepis exaltata Altura: 90cm Riego: abundante Fuente: huertos Ecuador
	GUAYACÁN
	Nombre comun: Guayacan Nombre científico: Guaiacum officinale Altura: 8 a 15m Riego: poco Fuente: Ecuador forestal
	CIPRÉS
	Nombre comun: Guayacan Nombre científico: Guaiacum officinale Altura: 8 a 15m Riego: poco Fuente: Ecuador forestal

Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

Presupuesto Referencial.

Tabla 3. Presupuesto referencial.

No.	Rubro / Descripción	Unidad	Cantidad	Precio unitario	Precio global
1	RECUBRIMIENTOS				
1.1	Recubrimiento de piso flotante	M2	601.32	24	14,431.68
1.2	Recubrimiento con porcelanato	M2	75.7	20.55	1,555.64
1.4	Recubrimiento de piedra decorativa	M2	1237	20.00	24,740.00
			SUBTOTAL 1:		40,727.32
2	CARPINTERÍA DE ALUMINIO Y VIDRIO				
2.1	Ventanas de aluminio y vidrio	M2	6	110.06	660.36
2.2	Puertas de aluminio y vidrio	M2	74.2	122.34	9,077.63
			SUBTOTAL 2:		9,737.99
3	CARPINTERIA DE MADERA				
3.1	Listones para paredes	M2	47	25	1,175.00
3.2	Cañas secas	U	2	60	120.00
3.3	Puertas	U	10	75	750.00
3.4	Duelas	M2	180		6,300.00
			SUBTOTAL 3:		8,345.00
4	PINTURA				
4.1	Pintura tipo látex o similar para interior. incluye empaste	M2	736.09	8.70	6,403.98
4.2	Pintura elastomérica exterior	M2	141	6.80	958.80
4.3	Pintura epóxica autonivelante	M2	81.58	20.00	1,631.60
4.4	Pintura epóxica poliámidada	M3	155	15.00	2,325.00
			SUBTOTAL 4:		11,318.38
5	TUMBADOS FALSOS				
5.1	Tumbado falso de gypsum tipo losa	M2	1185	16.50	19,552.50
			SUBTOTAL 5:		19,552.50

6	PIEZAS SANITARIAS				
6.1	Inodoros	u	12	60.00	720.00
6.2	Lavabos	u	12	45.00	540.00
6.3	Urinarios	u	6	65.00	390.00
			SUBTOTAL 6:		1,650.00
7	EXTERIOR				
7.1	Pérgola	M2	95	90.00	8,550.00
7.2	Baranda	ML	16.52	80.00	1,321.60
			SUBTOTAL 7:		9.871-60
8	MOBILIARIO Y ACCESORIOS				
8.1	Counter melanina	U	1	800.00	800.00
8.2	Fuente decorativa	U	1	74.00	74.00
8.3	Butacas de cuerina	U	2	209.00	418.00
8.4	Mesa de centro	U	1	220.00	220.00
8.5	Bufetera	U	1	170.00	170.00
8.6	Mesa de comedor	U	8	160.00	1,280.00
8.7	Sillas de comedor	U	24	21.00	504.00
8.8	Lámparas colgantes	U	6	35.00	210.00
8.9	Samobar	U	1	1,300.00	1,300.00
8.10	Cocina con horno 4 quemadores	U	1	520.00	520.00
8.11	Plancha 3 quemadores	U	1	180.00	180.00
8.12	Lavadero 2 pozos acero inoxidable	U	1	70.00	70.00

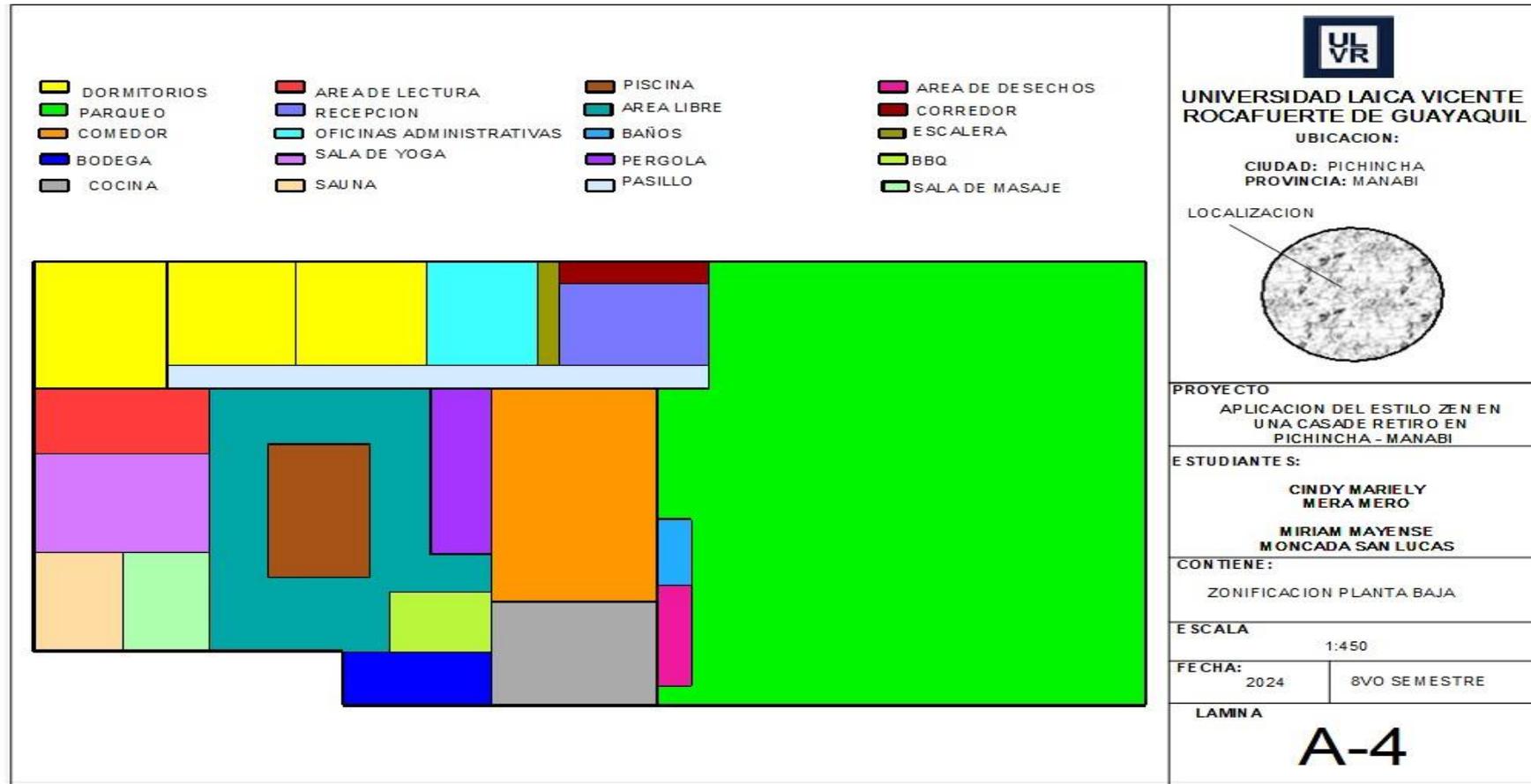
8.13	<i>Congelador</i>	<i>U</i>	<i>3</i>	<i>280.00</i>	<i>840.00</i>
8.14	<i>Freidora 6 hornillas con canastillas</i>	<i>U</i>	<i>1</i>	<i>225.00</i>	<i>225.00</i>
8.15	<i>Lavaplatos 1 pozo</i>	<i>U</i>	<i>1</i>	<i>55.00</i>	<i>55.00</i>
8.16	<i>Escritorios</i>	<i>U</i>	<i>2</i>	<i>194.00</i>	<i>388.00</i>
8.17	<i>Sillas de oficina con ruedas</i>	<i>U</i>	<i>2</i>	<i>40.00</i>	<i>80.00</i>
8.18	<i>Archivador mixto</i>	<i>U</i>	<i>1</i>	<i>90.00</i>	<i>90.00</i>
8.19	<i>Camillas de masajes</i>	<i>U</i>	<i>2</i>	<i>120.00</i>	<i>240.00</i>
8.20	<i>Biombo</i>	<i>U</i>	<i>1</i>	<i>130.00</i>	<i>130.00</i>
8.21	<i>Mesas acero inoxidable de 3 niveles</i>	<i>U</i>	<i>2</i>	<i>160.00</i>	<i>320.00</i>
8.22	<i>Mesa de madera y metal movable</i>	<i>U</i>	<i>2</i>	<i>120.00</i>	<i>240.00</i>
8.23	<i>Taburetes</i>	<i>U</i>	<i>2</i>	<i>76.00</i>	<i>152.00</i>
8.24	<i>Estante 0,99*1,26*0,47</i>	<i>U</i>	<i>1</i>	<i>152.00</i>	<i>152.00</i>
8.25	<i>Tarima</i>	<i>U</i>	<i>1</i>	<i>90.00</i>	<i>90.00</i>
8.26	<i>Lámparas regulables tipo spot</i>	<i>U</i>	<i>6</i>	<i>20.00</i>	<i>120.00</i>
8.27	<i>Estante 1,30*0,40*1,80</i>	<i>U</i>	<i>1</i>	<i>180.00</i>	<i>180.00</i>
8.28	<i>Mesa con detalle de vidrio</i>	<i>U</i>	<i>1</i>	<i>400.00</i>	<i>400.00</i>
8.29	<i>Cojines de poliester</i>	<i>U</i>	<i>6</i>	<i>18.00</i>	<i>108.00</i>
8.30	<i>Sofa en L</i>	<i>U</i>	<i>1</i>	<i>1,200.00</i>	<i>1,200.00</i>
8.31	<i>Lámpara de pedestal</i>	<i>U</i>	<i>1</i>	<i>160.00</i>	<i>160.00</i>
8.32	<i>Lámpara colgante con bombillo</i>	<i>U</i>	<i>2</i>	<i>90.00</i>	<i>180.00</i>
8.33	<i>Plegables de pvc</i>	<i>U</i>	<i>2</i>	<i>65.00</i>	<i>130.00</i>

8.34	Lavaplatos 2 pozos	U	1	55.00	55.00
8.35	Tumbonas	U	7	90.00	630.00
8.36	Apliques de luz	U	4	18.00	72.00
8.37	Cortinas blackout	U	7	49.50	346.50
8.38	Camas tipo TatamÉ	U	31	250.00	7,750.00
8.39	Aplique tipo foco	U	42	25.00	1,050.00
8.40	Consolas bajas	U	6	160.00	960.00
8.41	Armarios closets	U	3	240.00	720.00
8.42	Lámparas de bronce	U	10	48.00	480.00
8.43	Repisa flotante	U	12	60.00	720.00
			SUBTOTAL 8:		24,009.50
				TOTAL:	125,213.29

Elaborado por: Mera y Moncada, 2024

Fase técnica del proyecto.

Ilustración 53: Zonificación Planta Baja.



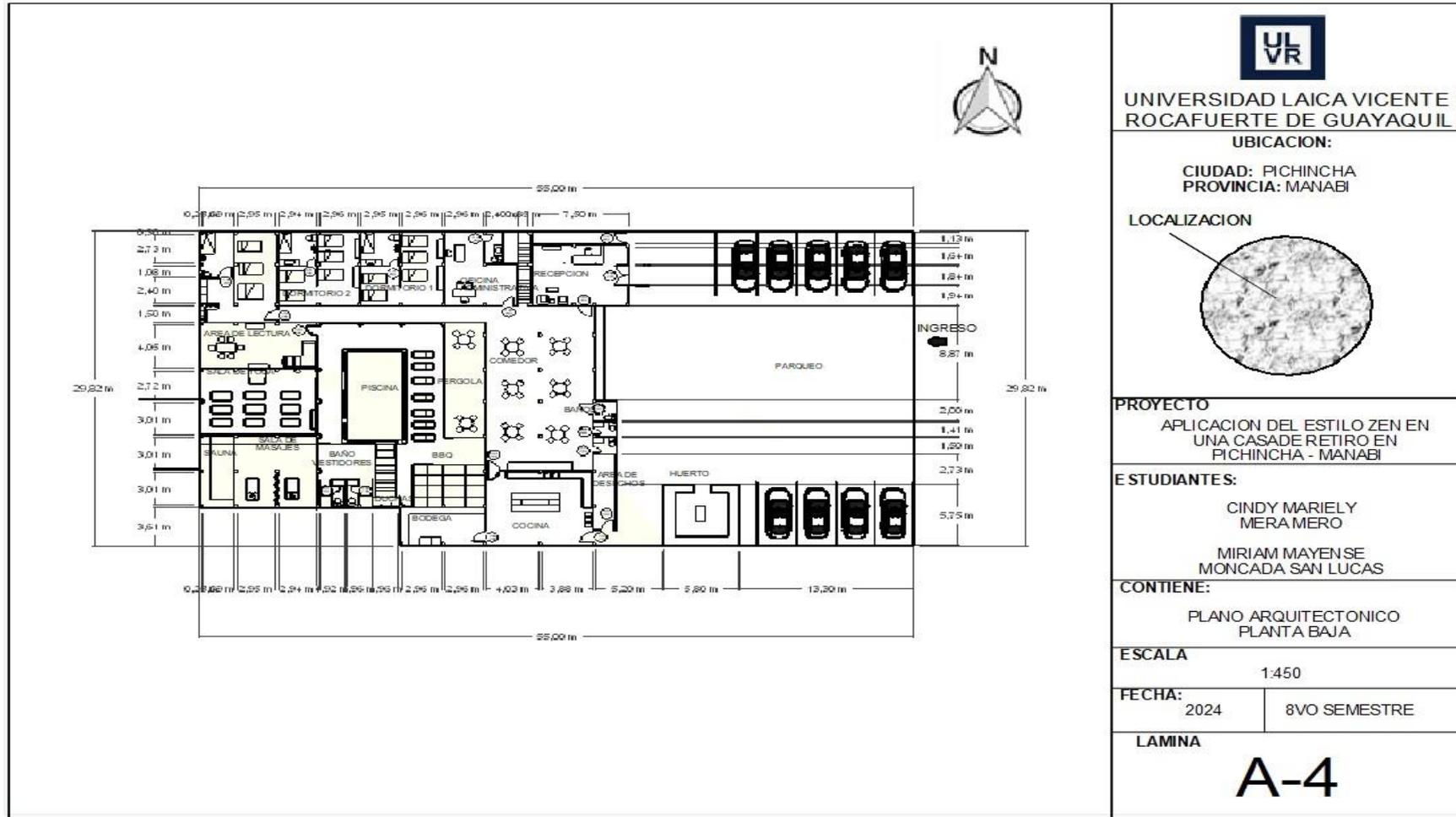
Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

Ilustración 54: Zonificación Planta Alta



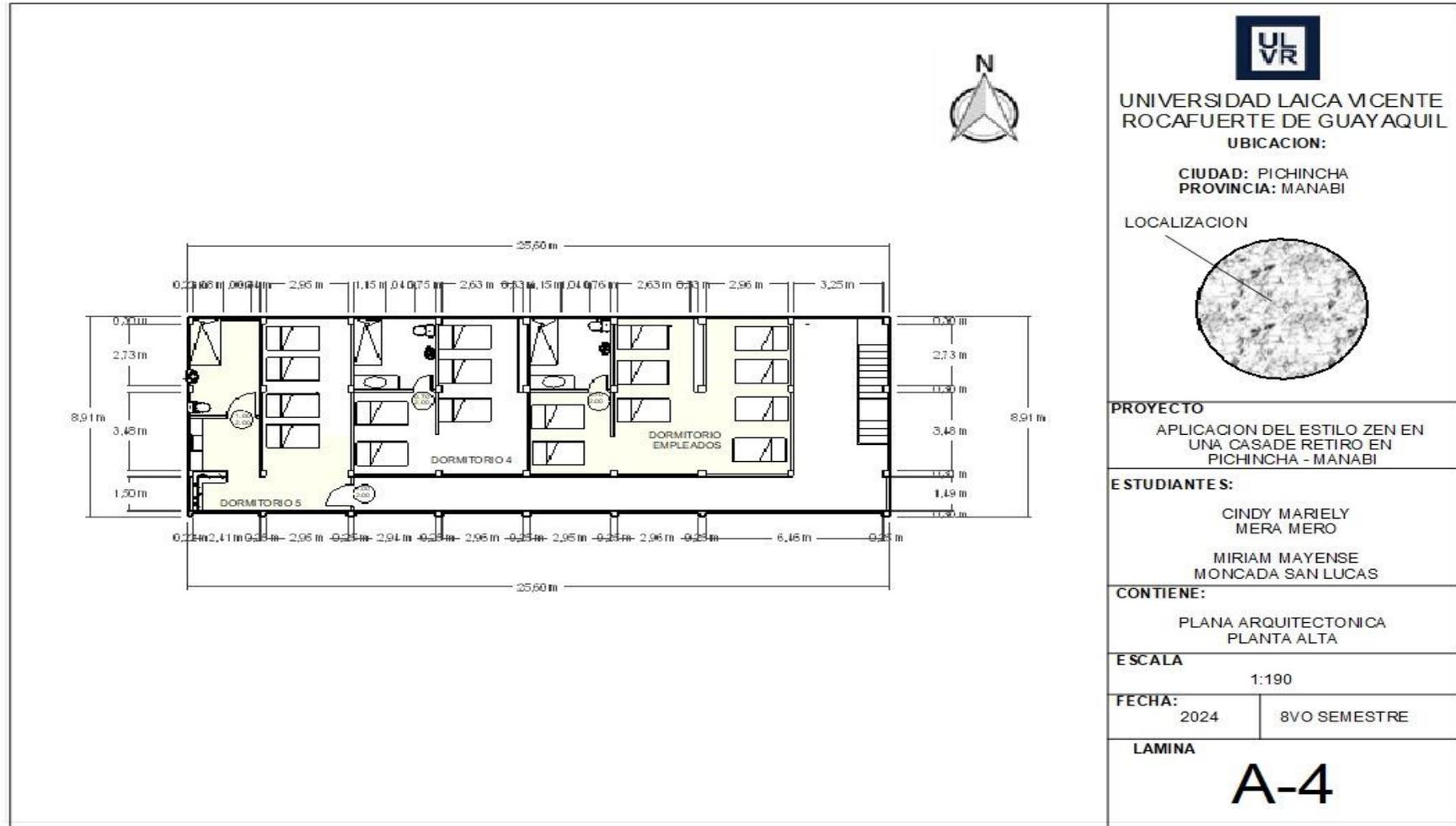
Elaborado por: Mera y Moncada,2024.

Ilustración 55: Planta Arquitectónica Planta Baja



Elaborado por: Mera y Moncada,2024.

Ilustración 56: Planta Arquitectónica Planta Alta.

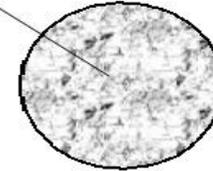


UNIVERSIDAD LAICA VICENTE
ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL

UBICACION:

CIUDAD: PICHINCHA
PROVINCIA: MANABI

LOCALIZACION



PROYECTO

APLICACION DEL ESTILO ZEN EN
UNA CASADE RETIRO EN
PICHINCHA - MANABI

ESTUDIANTES:

CINDY MARIELY
MERA MERO

MIRIAM MAYENSE
MONCADA SAN LUCAS

CONTIENE:

PLANA ARQUITECTONICA
PLANTA ALTA

ESCALA

1:190

FECHA:

2024

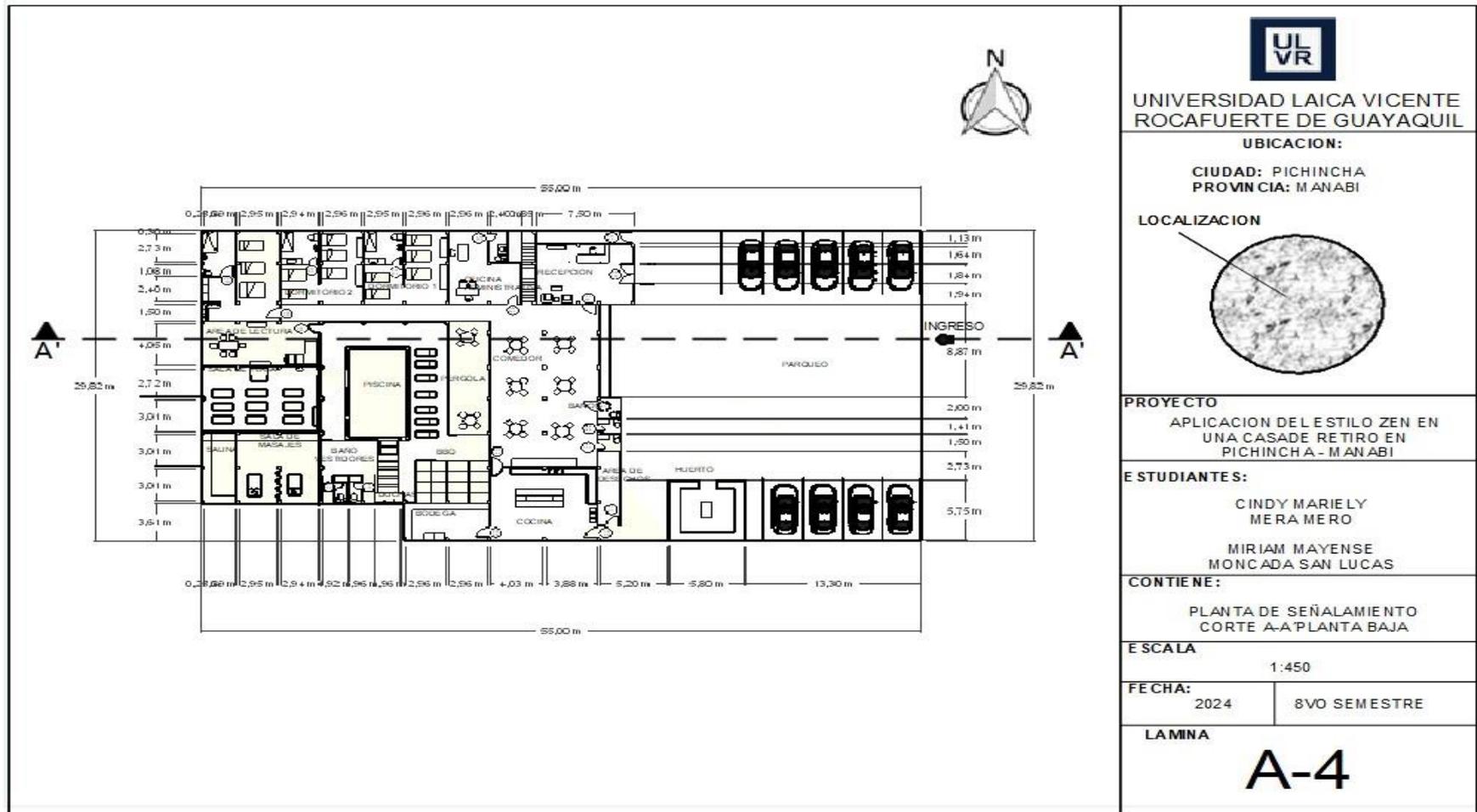
8VO SEMESTRE

LAMINA

A-4

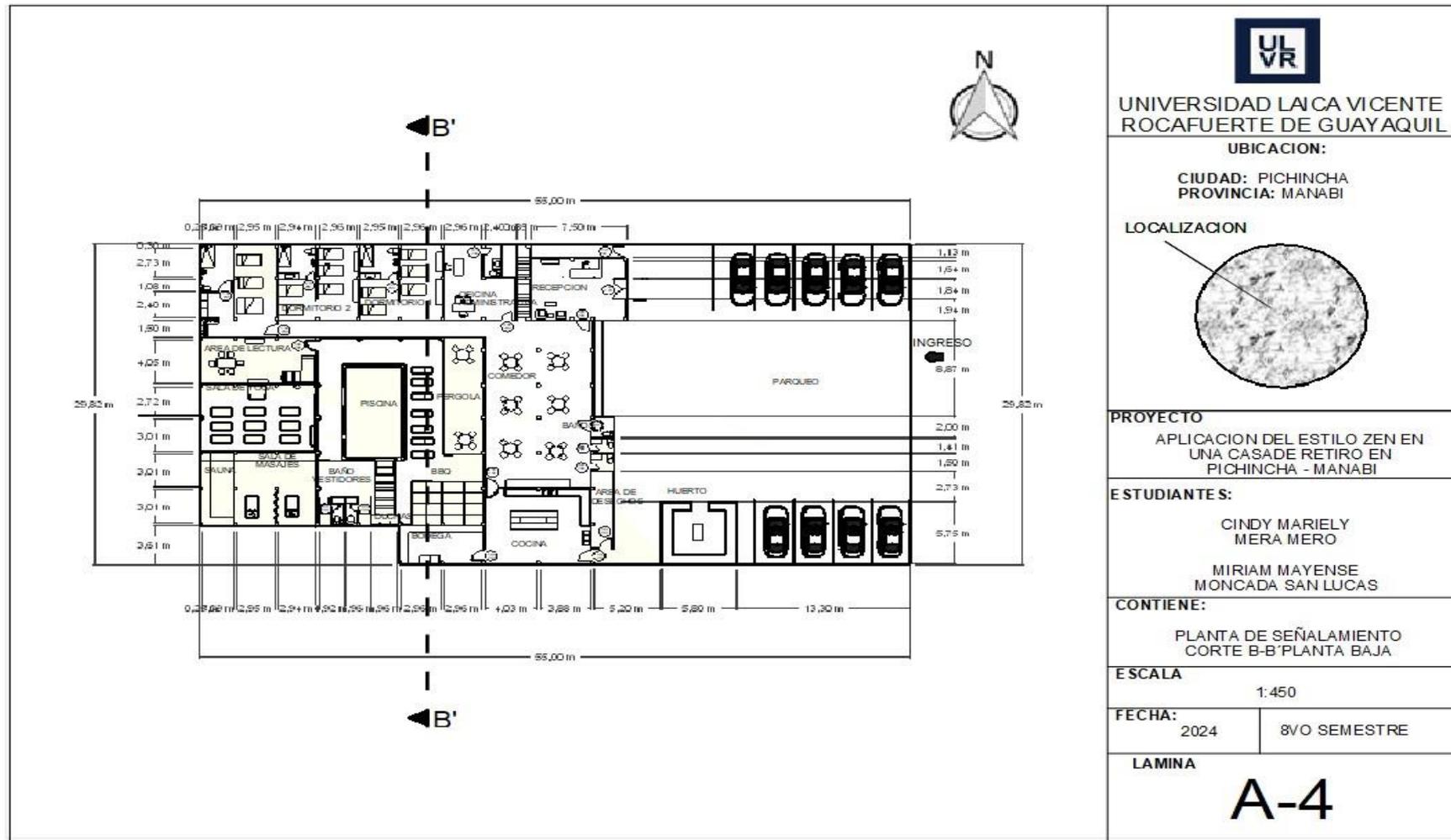
Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

Ilustración 57: Planta Señalamiento de Corte A-A´



Elaborado por: Mera y Moncad,2024.

Ilustración 58. Planta de señalamiento Corte B – B'

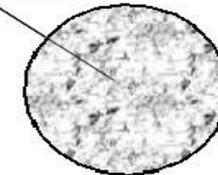


UNIVERSIDAD LAICA VICENTE
ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL

UBICACION:

CIUDAD: PICHINCHA
PROVINCIA: MANABI

LOCALIZACION



PROYECTO

APLICACION DEL ESTILO ZEN EN
UNA CASADE RETIRO EN
PICHINCHA - MANABI

ESTUDIANTE S:

CINDY MARIELY
MERA MERO

MIRIAM MAYENSE
MONCADA SAN LUCAS

CONTIENE:

PLANTA DE SEÑALAMIENTO
CORTE B-B' PLANTA BAJA

ESCALA

1:450

FECHA:

2024

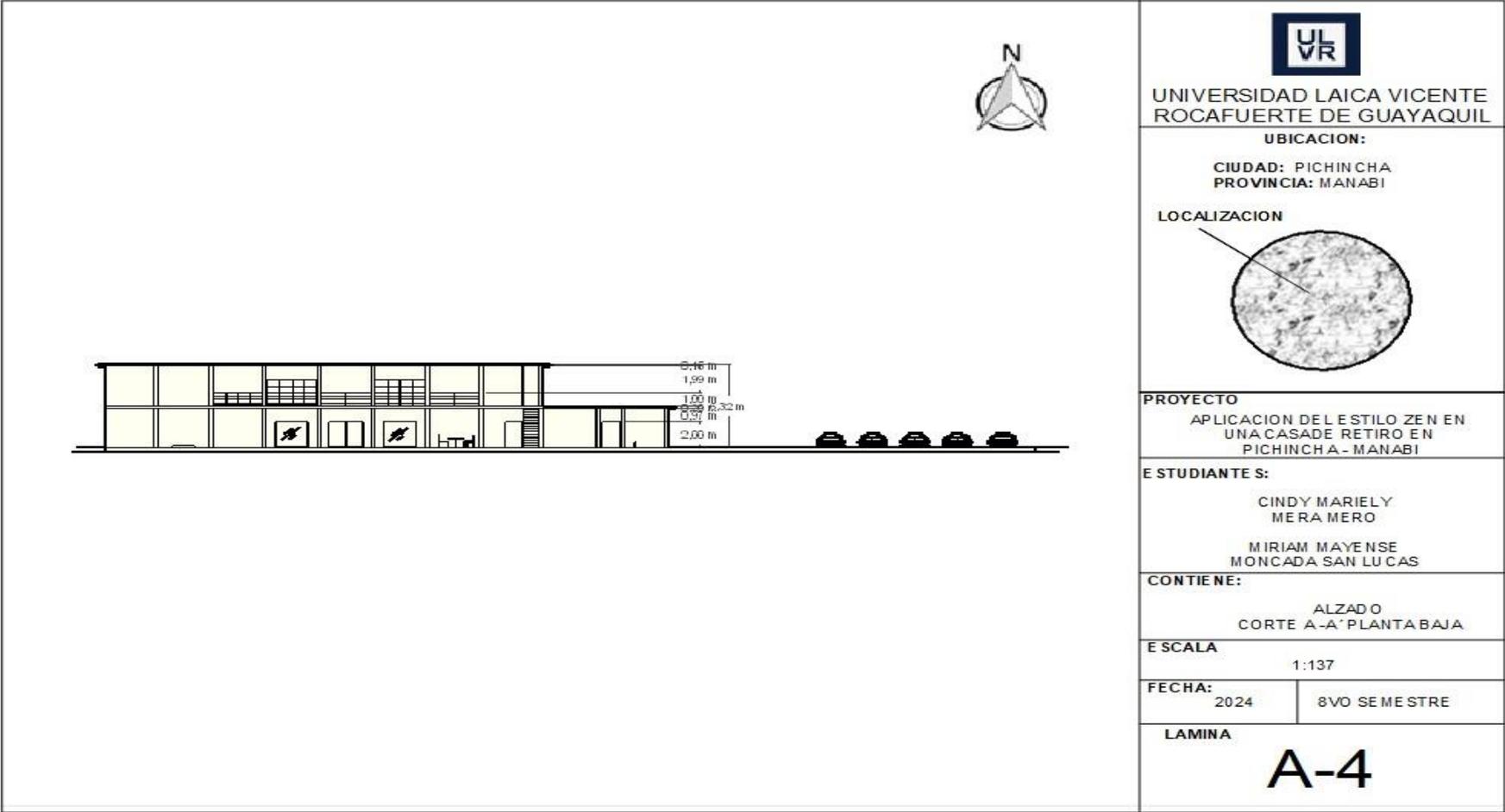
8VO SEMESTRE

LAMINA

A-4

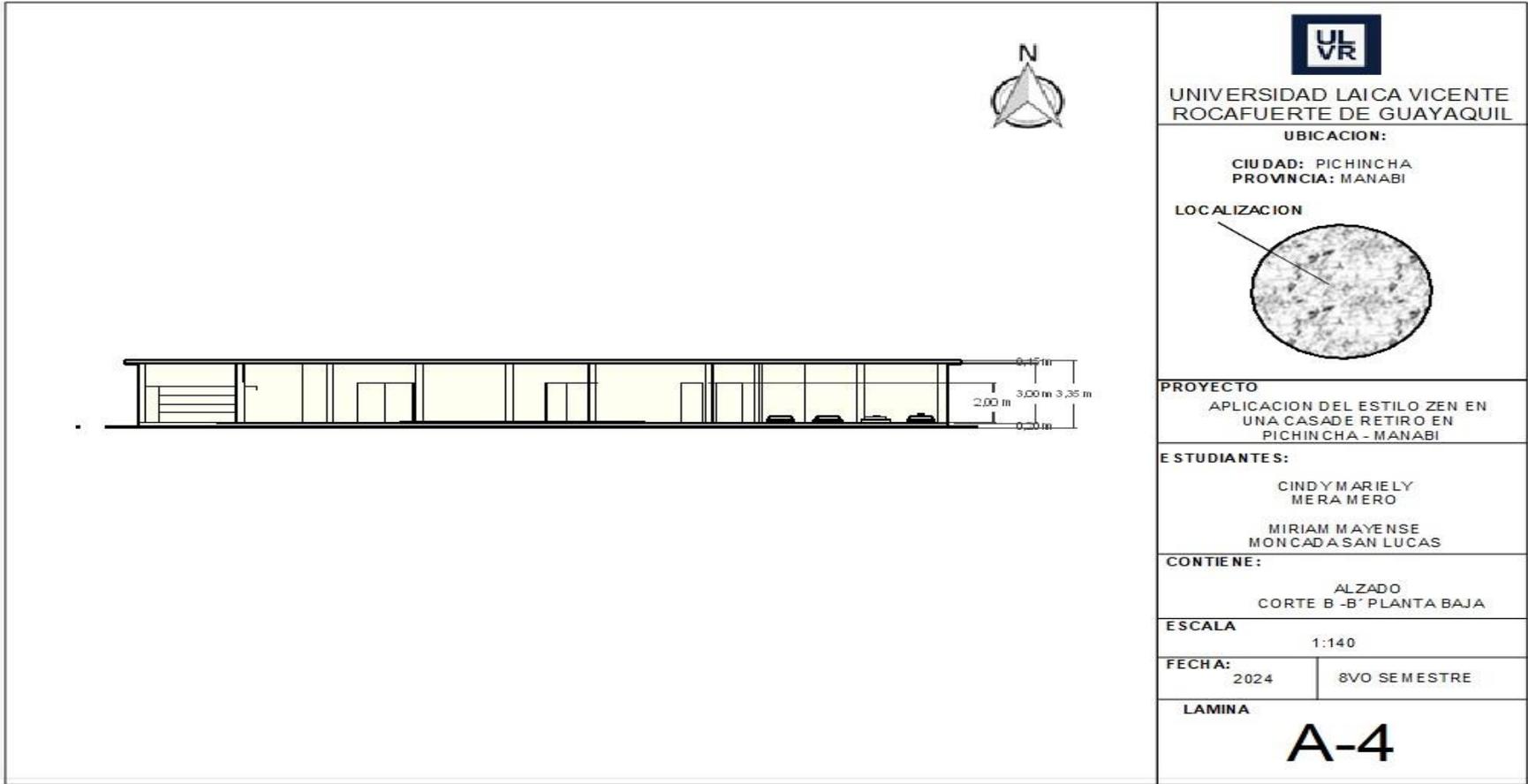
Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

Ilustración 59: Corte A.A´ Planta Baja



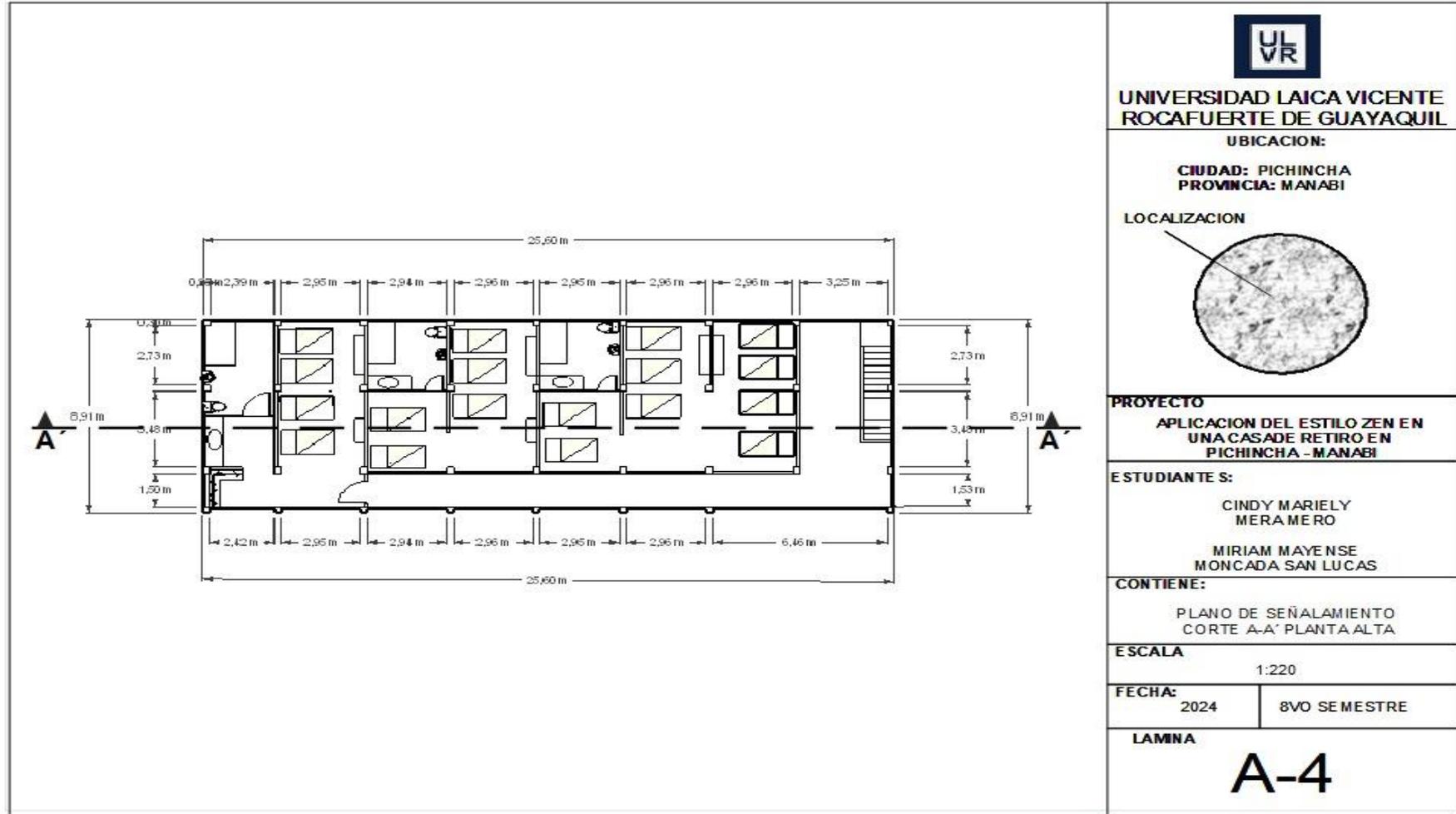
Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

Ilustración 60. Corte B-B´ Planta Baja



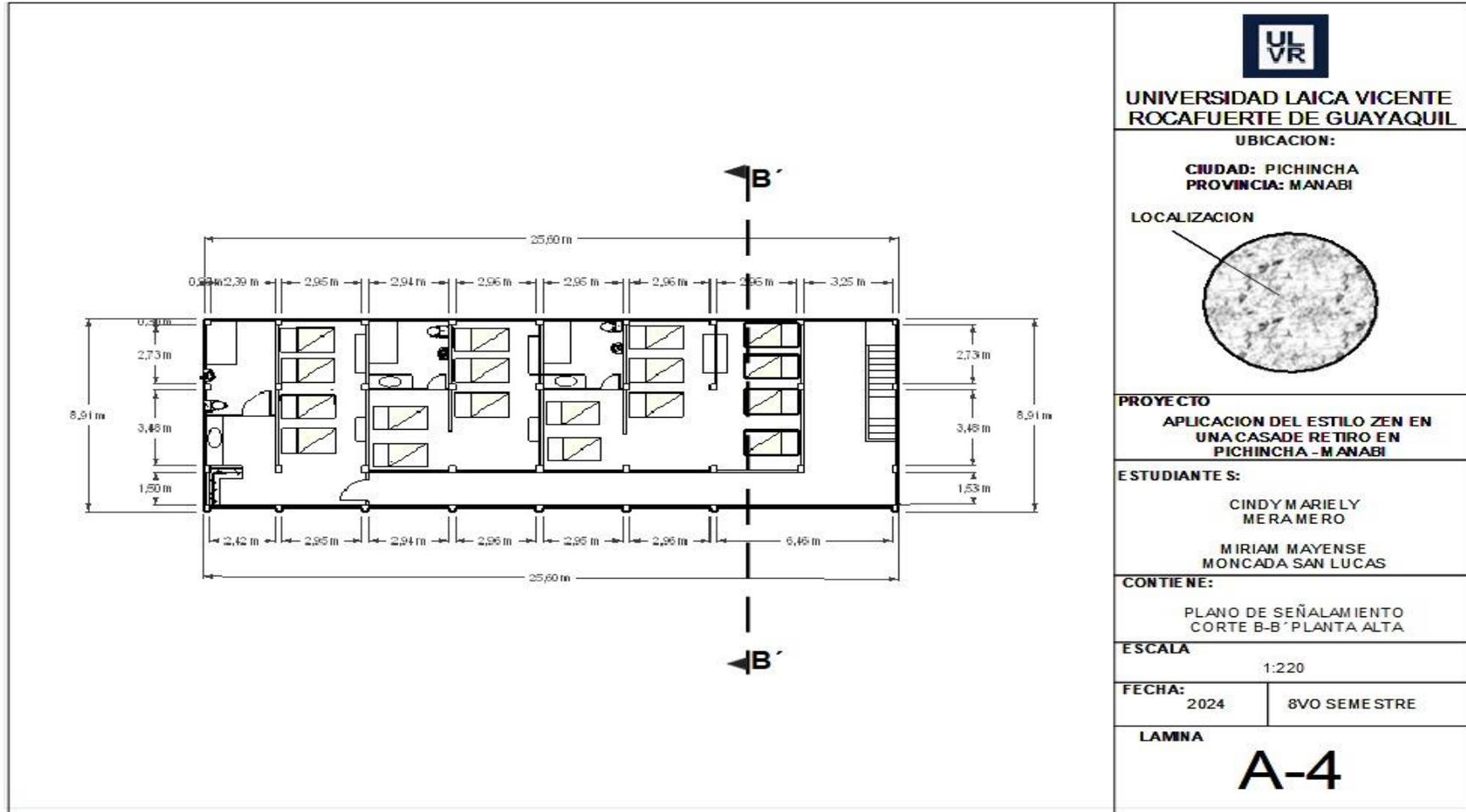
Elaborado por: Mera y Moncada,2024.

Ilustración 61. Planta señalamiento corte A- A´ Planta Alta.



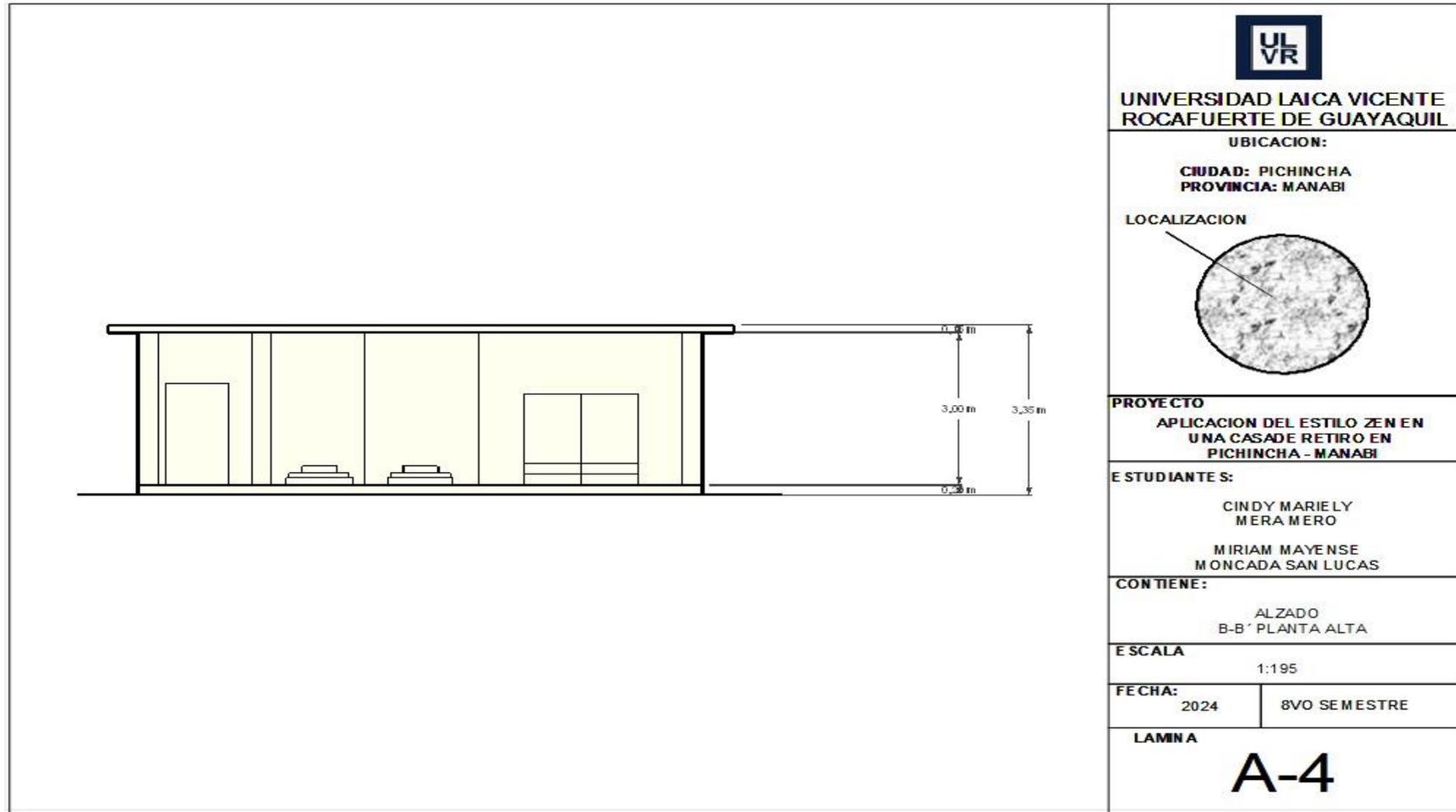
Elaborado por: Mera y Moncada,2024.

Ilustración 62: planta de señalamiento Corte B – B' Planta Alta



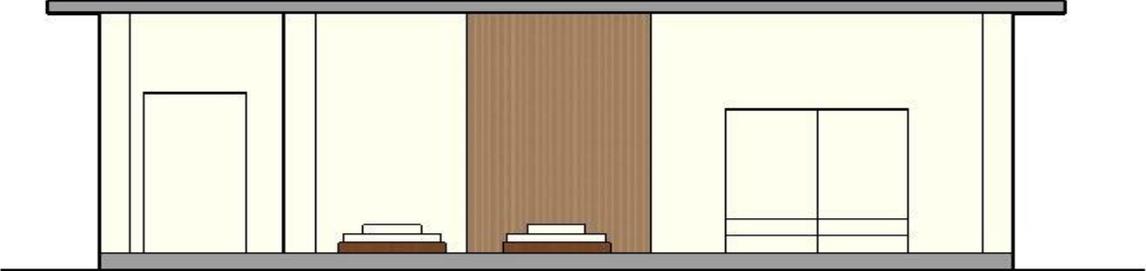
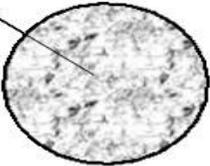
Elaborado por: Mera y Moncada,2924.

Ilustración 63: Alzado Decorativo A-A'. Planta Alta



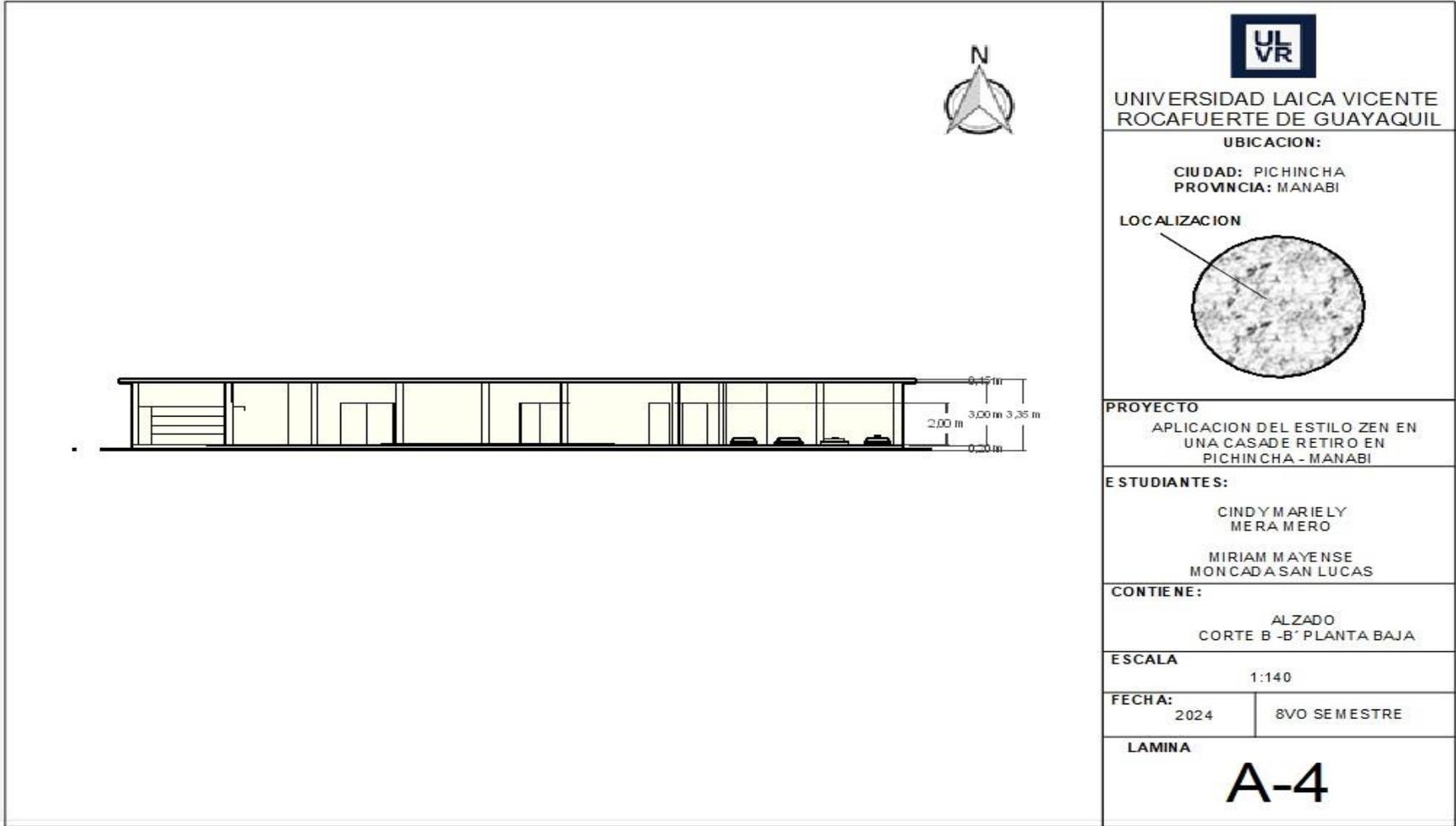
Elaborado por: Mera y Moncada,2024.

Ilustración 64. Alzado Decorativo Corte B-B´ Planta Alta

	
	UNIVERSIDAD LAICA VICENTE ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL
	UBICACION: CIUDAD: PICHINCHA PROVINCIA: MANABI
	LOCALIZACION 
	PROYECTO APLICACION DEL ESTILO ZEN EN UNA CASADE RETIRO EN PICHINCHA - MANABI
	ESTUDIANTE S: CINDY MARIELY MERA MERO MIRIAM MAYENSE MONCADA SAN LUCAS
	CONTIENE: ALZADO DECORATIVO B-B´ PLANTA ALTA
ESCALA 1:195	
FECHA: 2024 8VO SEMESTRE	
LAMINA <h1 style="font-size: 2em;">A-4</h1>	

Elaborado por: Mera y Moncada,2024.

Ilustración 65. Corte B-B´



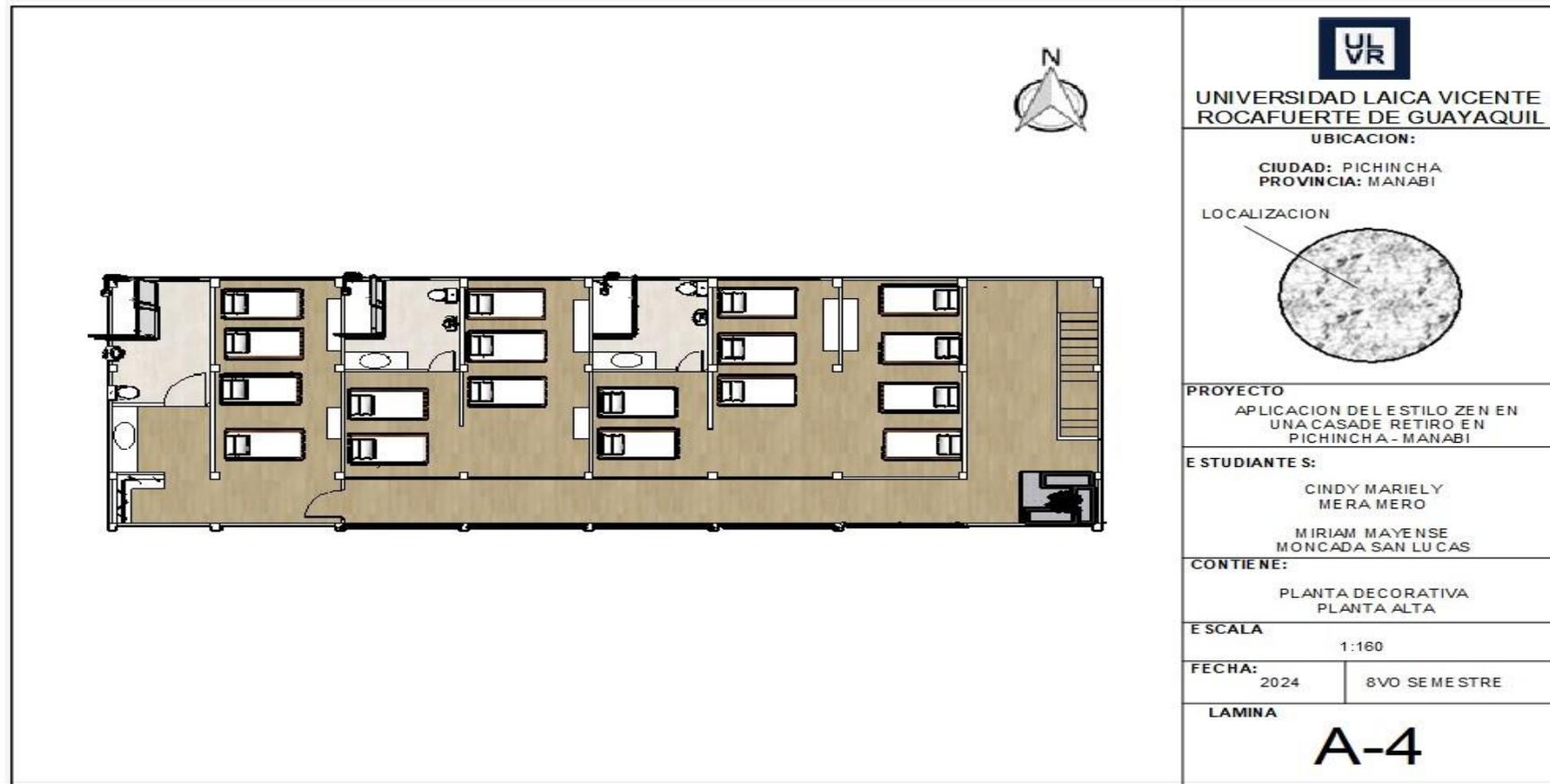
Elaborado por: Mera y Moncada,2024

Ilustración 66: Planta Decorativa Planta Baja.



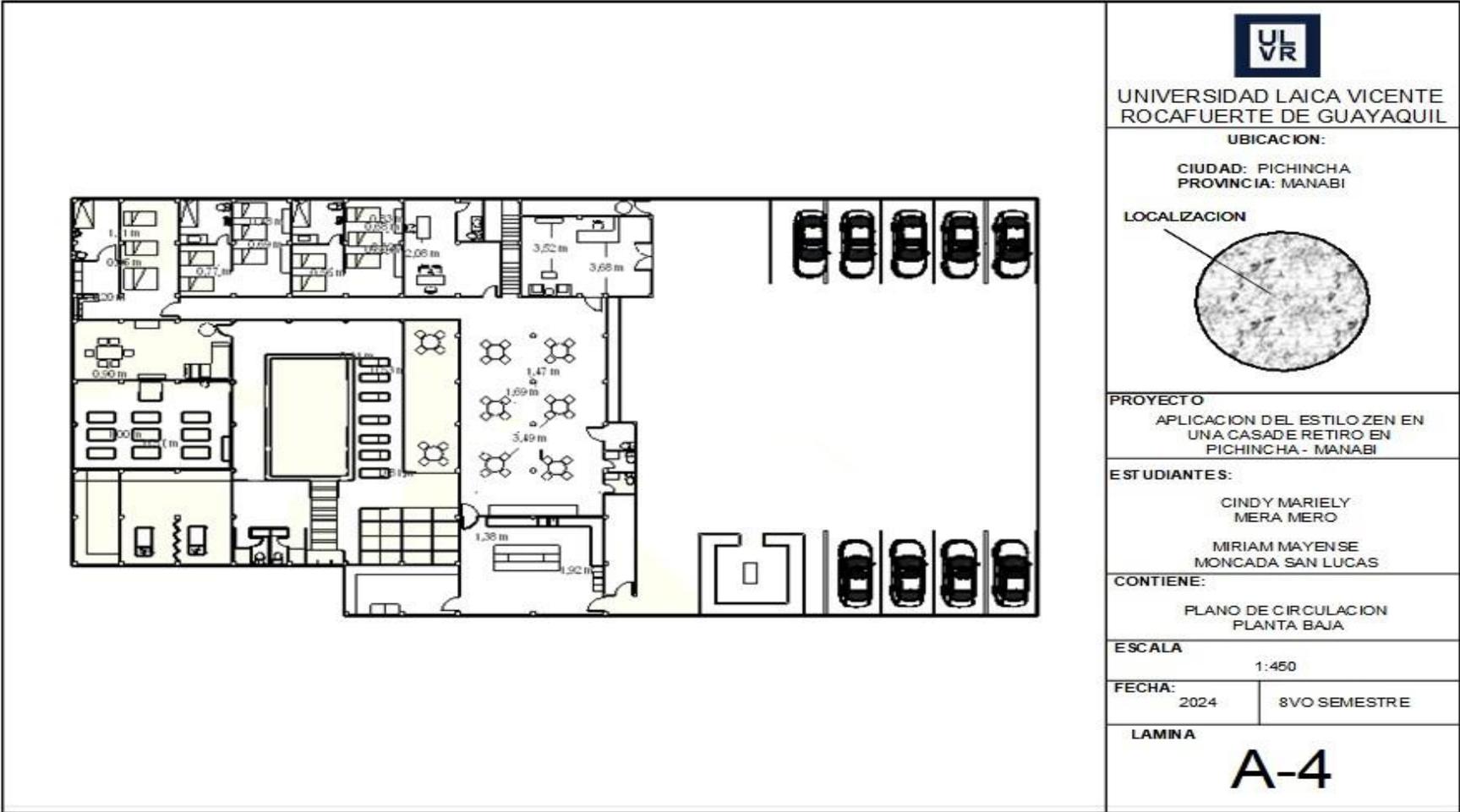
Elaborado por: Mera y Moncada,2024

Ilustración 67. Planta Decorativa: Planta Alta



Elaborado por. Mera y Moncada, 2024

Ilustración 68. Plano de circulación Planta Baja

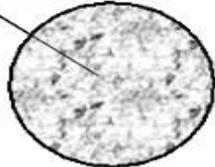


UNIVERSIDAD LAICA VICENTE
ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL

UBICACION:

CIUDAD: PICHINCHA
PROVINCIA: MANABI

LOCALIZACION



PROYECTO

APLICACION DEL ESTILO ZEN EN
UNA CASA DE RETIRO EN
PICHINCHA - MANABI

ESTUDIANTES:

CINDY MARIELY
MERA MERO

MIRIAM MAYENSE
MONCADA SAN LUCAS

CONTIENE:

PLANO DE CIRCULACION
PLANTA BAJA

ESCALA

1:450

FECHA:

2024

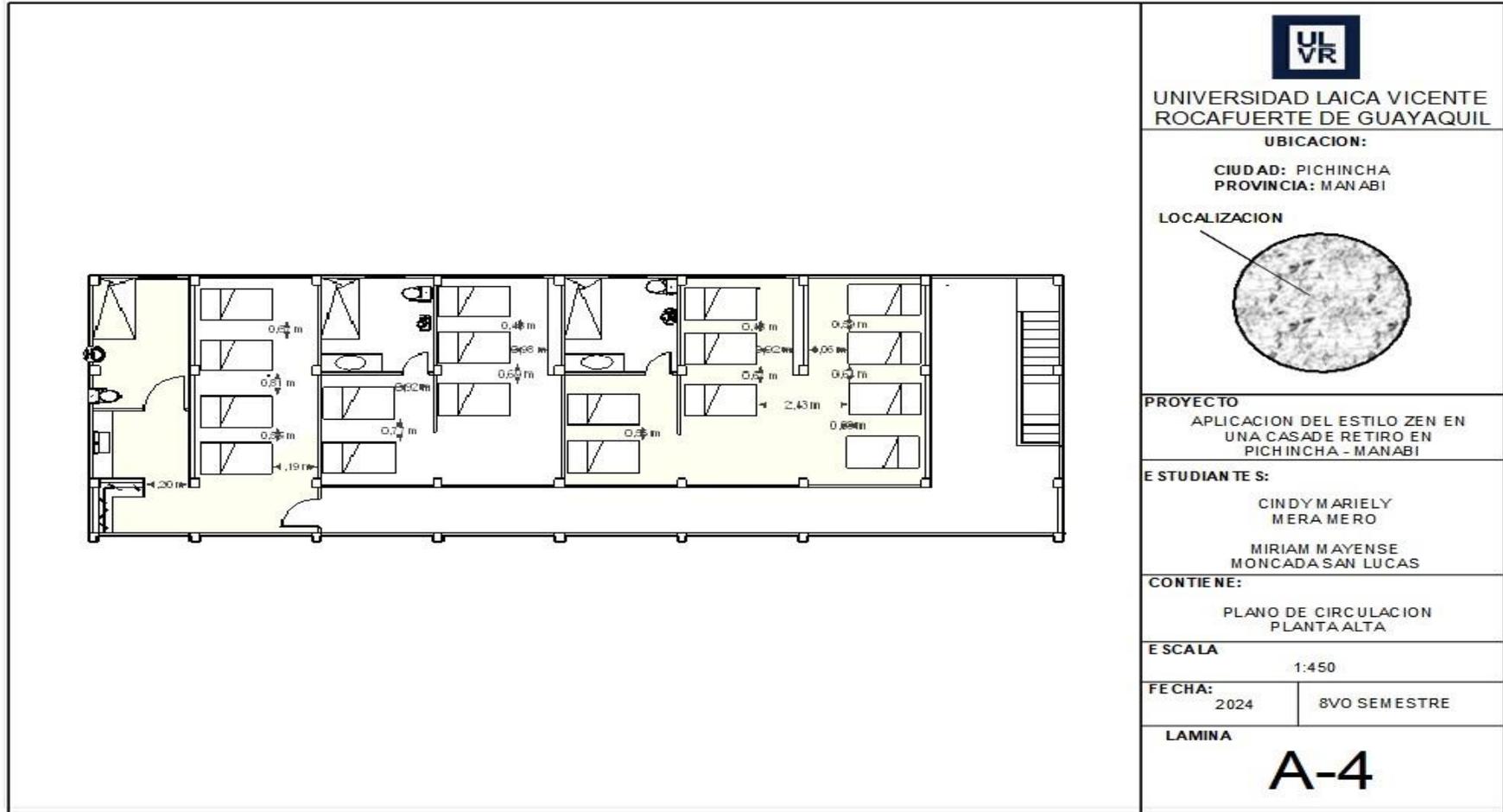
8VO SEMESTRE

LAMINA

A-4

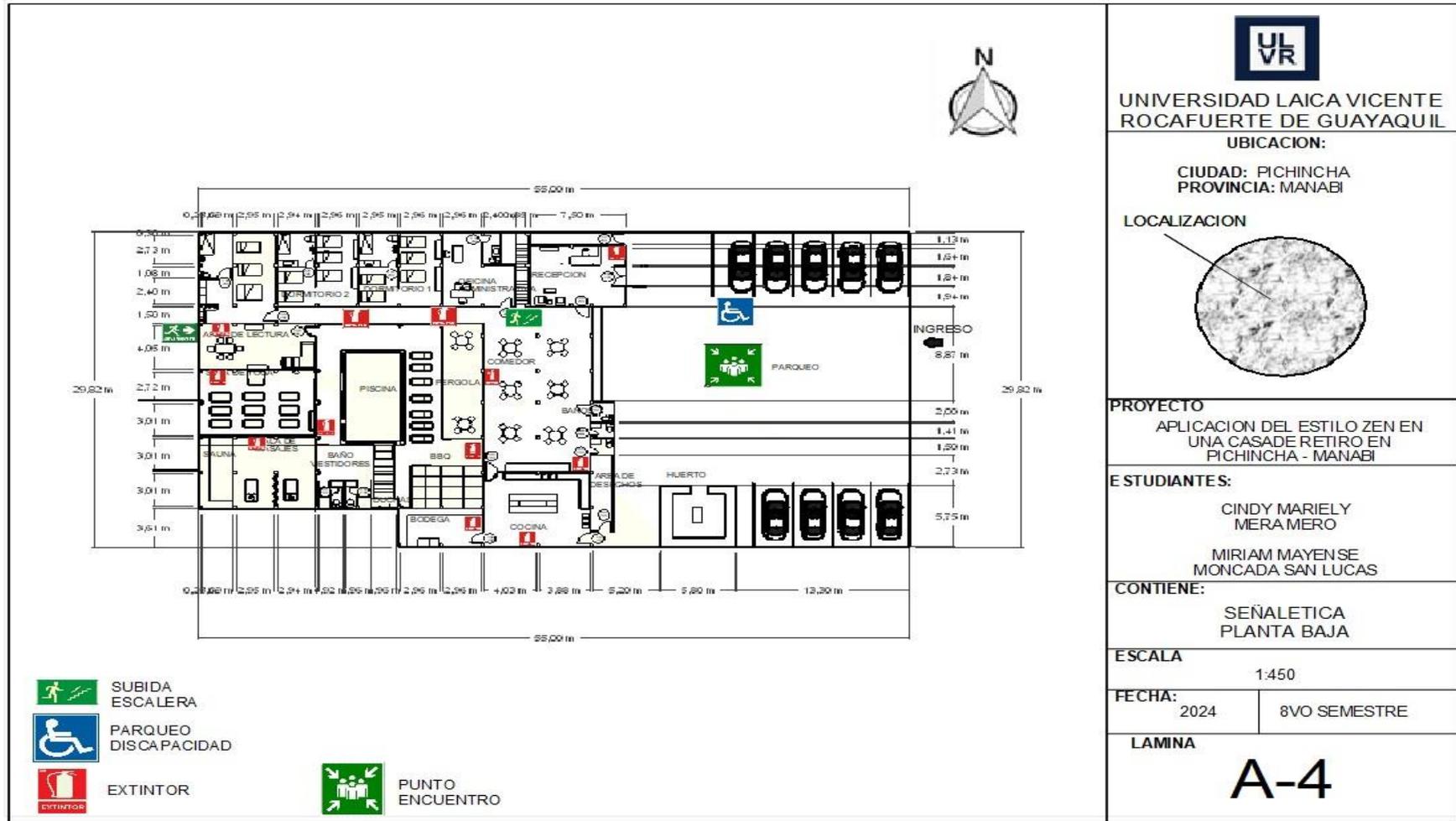
Elaborado por: Mera y Moncada,2014

Ilustración 69. Plano de circulación Planta Alta



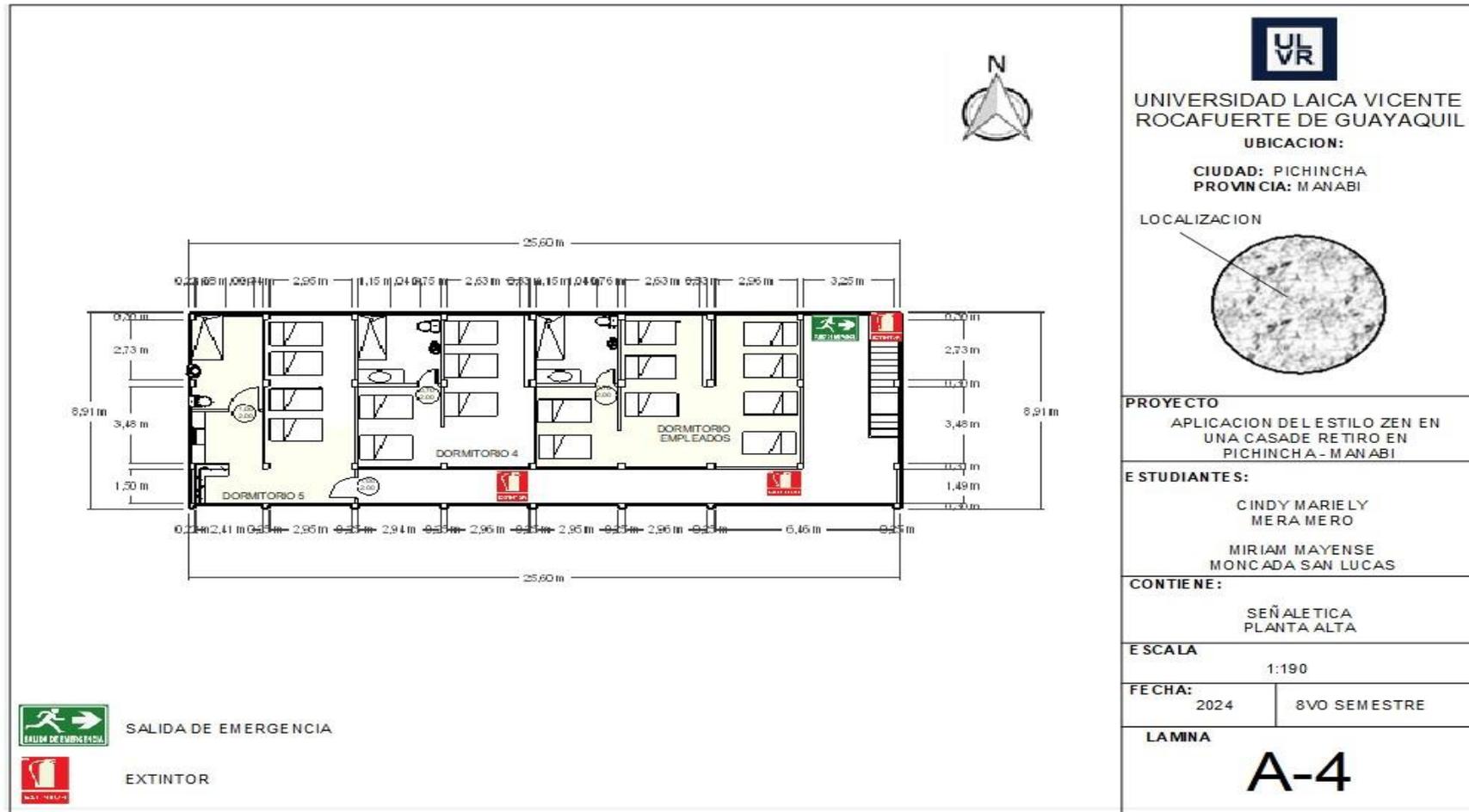
Elaborado por: Mera y Moncada, 2024

Ilustración 70. Señalética en Planta Baja



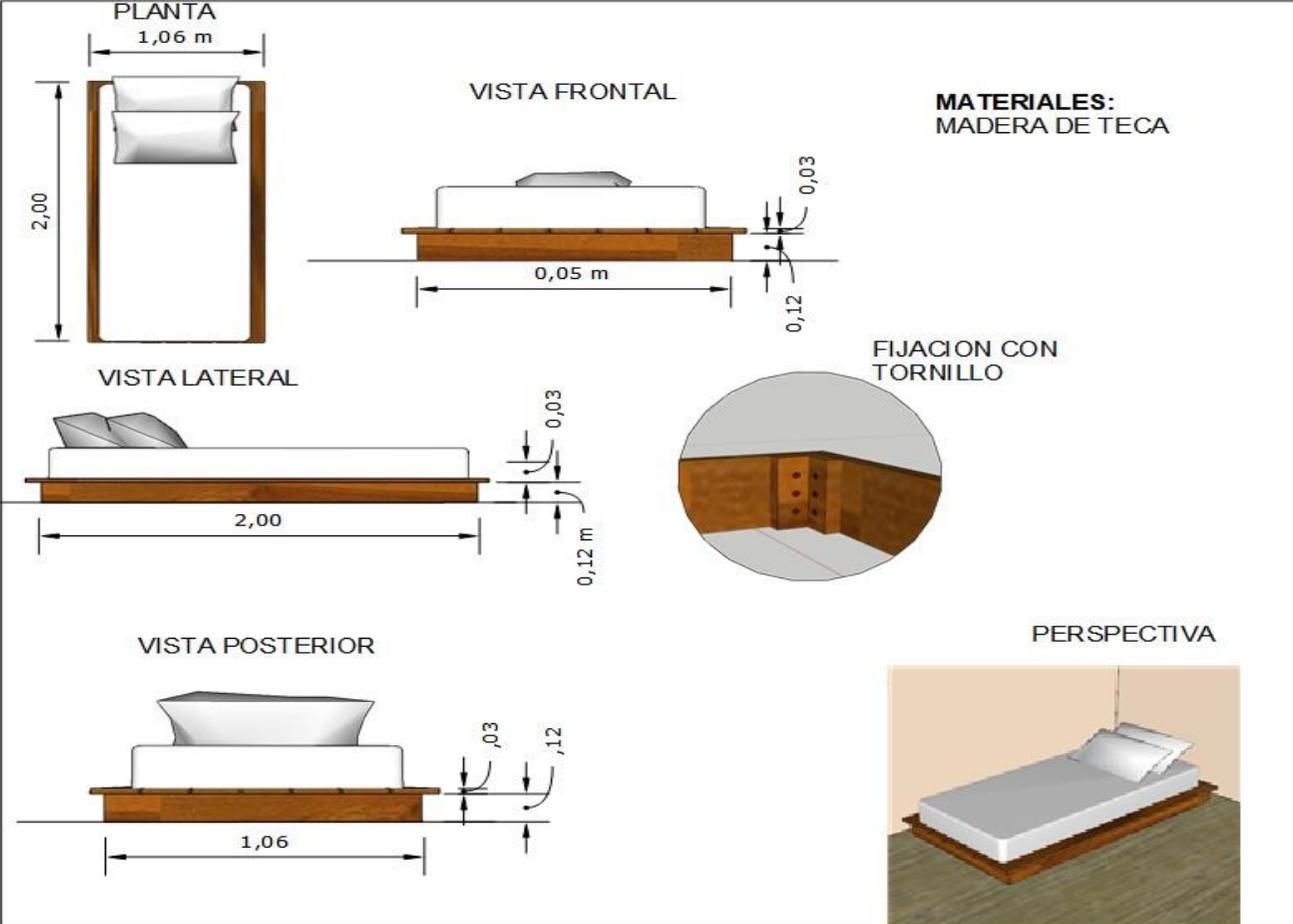
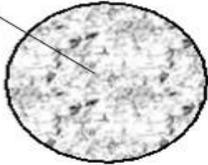
Elaborado por: Mera y Moncada,2024.

Ilustración 71. Señalética Planta Alta



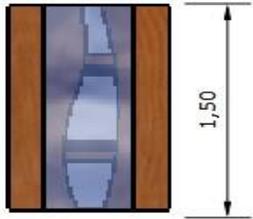
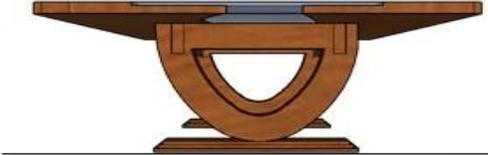
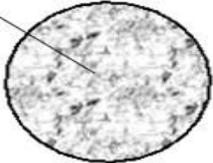
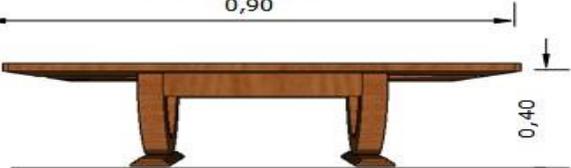
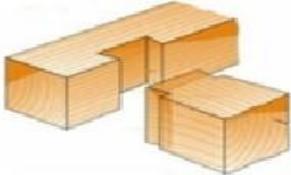
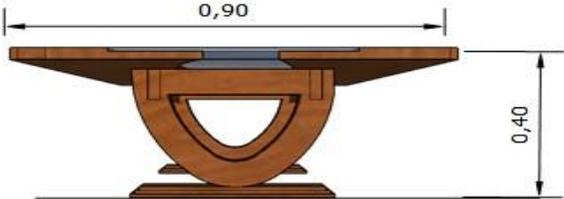
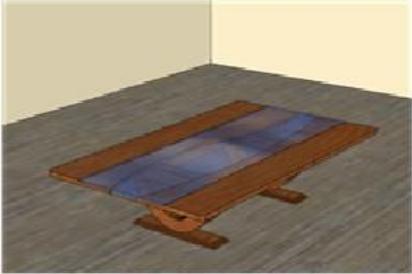
Elaborado por: Mera y Moncada. 2024

Ilustración 72 Lámina de Cama Tatamé

 <p>PLANTA 1,06 m</p> <p>VISTA LATERAL 2,00</p> <p>VISTA POSTERIOR 1,06</p> <p>VISTA FRONTAL 0,05 m</p> <p>FIJACION CON TORNILLO</p> <p>PERSPECTIVA</p>	 <p>UNIVERSIDAD LAICA VICENTE ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL</p> <p>UBICACION: CIUDAD: PICHINCHA PROVINCIA: MANABI</p> <p>LOCALIZACION</p>  <p>PROYECTO APLICACION DEL ESTILO ZEN EN UNA CASADE RETIRO EN PICHINCHA - MANABI</p> <p>ESTUDIANTES: CINDY MARIELY MERA MERO MIRIAM MAYENSE MONCADA SAN LUCAS</p> <p>CONTIENE: MUEBLE DE CAMA</p> <p>ESCALA SIN ESCALA</p> <p>FECHA: 2024 8VO SEMESTRE</p> <p>LAMINA A-4</p>
--	---

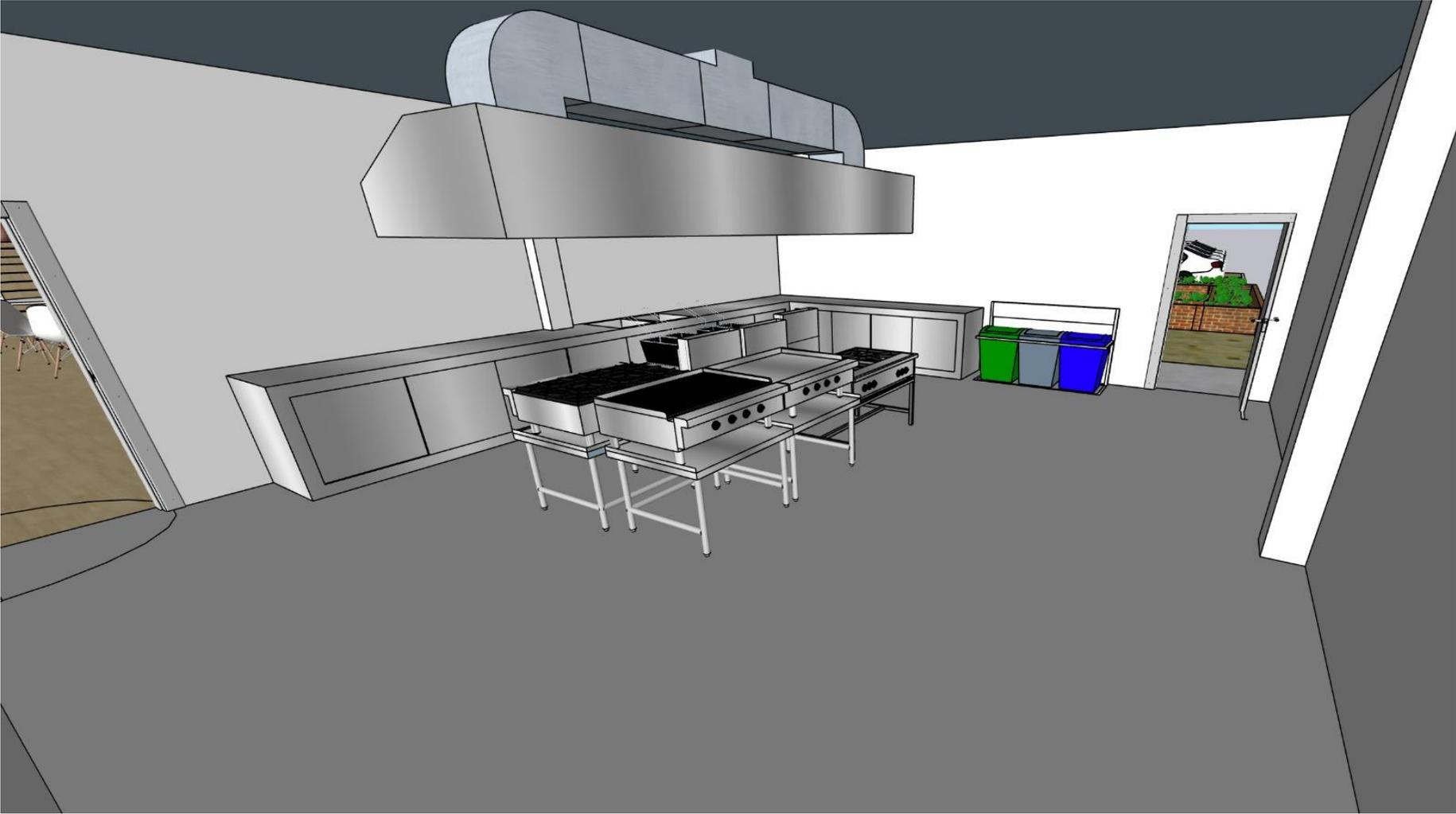
Elaborado por: Mera y Moncada,2024.

Ilustración 73. Diseño de mesa.

<p>PLANTA 0,90</p>  <p>1,50</p>	<p>VISTA FRONTAL</p>  <p>MATERIAL MADERA DE TECA</p>	 <p>UNIVERSIDAD LAICA VICENTE ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL UBICACION: CIUDAD: PICHINCHA PROVINCIA: MANABI</p> <p>LOCALIZACION</p> 
<p>VISTA LATERAL 0,90</p>  <p>0,40</p>	<p>COLA DE MILANO DE RANURA</p> 	<p>PROYECTO APLICACION DEL ESTILO ZEN EN UNA CASADE RETIRO EN PICHINCHA - MANABI</p>
<p>VISTA POSTERIOR</p>  <p>0,90</p> <p>0,40</p>		<p>ESTUDIANTES: CINDY MARIELY MERA MERO MIRIAM MAYENSE MONCADA SAN LUCAS</p>
<p>CONTIENE: MUEBLE MESA</p>		
<p>ESCALA SIN ESCALA</p>		
<p>FECHA: 2024</p>		<p>8VO SEMESTRE</p>
<p>LAMINA A-4</p>		

Elaborado por: Mera y Moncada, 2024

Ilustración 74. Perspectiva de la Cocina



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

Ilustración 75. Perspectiva del Comedor



Elaborado por: Mera y Moncada,2024

Ilustración 76. Perspectiva del Comedor



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024.

Ilustración 77. Perspectiva de Sala de Lectura.



Elaborado por: Mera y Moncada,2024

Ilustración 78. Perspectiva de Dormitorio.



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024

CONCLUSIONES

Finalmente se puede concluir diciendo que este proyecto creó una solución para el público objetivo, en este caso personas que buscan trabajar y satisfacer necesidades físicas, psicológicas y espirituales, por lo que se aplica el estilo Zen justamente para caracterizar espacios propicios para la reflexión, la introspección y la sanación.

La aplicación del estilo Zen en el diseño de una casa de retiro en Pichincha, Manabí, es una propuesta atractiva desde el punto de vista del lugar donde se lo propone que es fuera de la ciudad, se lo emplaza en un lugar donde existe esa conectividad con la naturaleza dada las condicionantes del estilo que impera.

Se generaron espacios relajados y demarcados que permitirán que los usuarios puedan dejar en el exterior el ritmo de vida ajetreado para ir conectando poco a poco, con el cuerpo y un espacio mental sereno donde los materiales, el mobiliario, la iluminación y los colores están propuestos para generar esa tranquilidad, calma, paz y sosiego que se busca.

En definitiva, se cumple la hipótesis que se pronuncia con el estilo Zen que se considera el adecuado para este tipo de centro o vivienda de retiro con áreas integradas, que por la distribución correcta de los espacios brindará comodidad, un diseño donde la naturaleza forma parte con los materiales característicos del estilo ofreciendo una atmósfera de calidez, calma, equilibrio y relajación ayudarán en la calidad de vida de los usuarios

RECOMENDACIONES

Se sugiere dentro de las recomendaciones que se den a conocer este tipo de centros de retiro o de relajación, utilizando siempre la naturaleza con sus sonidos, con su vegetación para realizar distintas actividades en las que se pueda por un momento dejar atrás o afuera en la calle ese estrés que agobia.

Que cuando se realicen este tipo de edificaciones se utilicen estilos de diseño y decoración más suaves que no recarguen los ambientes de muebles y enseres que no vienen al caso sino utilizar la línea más simple y sencilla.

Se sugiere utilizar materiales como el agua, las piedras, las plantas para crear atmósferas más limpias y sobre todo que estas edificaciones estén en campo.

Bibliografía

- Alarcón, C., & Vargas, D. (11 de 2021). *Repositorio de la Universidad Privada Antenor Orrego*. Obtenido de Casa de retiro espiritual en Huanchaco: <https://hdl.handle.net/20.500.12759/8241>
- ASi! Arquitectura. (23 de Diciembre de 2021). *Oratorio San Peregrino en Parana*. Obtenido de ArchDaily: https://www.plataformaarquitectura.cl/cl/974072/oratorio-san-peregrino-asi-arquitectura?ad_source=search&ad_medium=projects_tab
- Brown, S. (2007). *Wabi Sabi: El arte Zen de la armonía y el bienestar*. Madrid, España: Editorial EDAF, S.L.; 1er edición (2 Noviembre 2007).
- COARINS. (S/F). *Google Académico*. Obtenido de La Ergonomía en la arquitectura: <https://coarins.com/disenio/la-ergonomia-en-la-arquitectura/>
- Contreras L., C., & Cavallos P. Paulo. (2018). *Diseño de espacios lúdicos aplicados a vivienda para personas con trastornos de ansiedad generalizada*. Obtenido de Google Académico: DSpace Universidad del Azuay: <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/8068>
- Durán, E. (2018). *Universidad Mayor de San Andrés*. Obtenido de CASA DE RETIRO PARA JOVENES DE DON BOSCO: <http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/11472>
- Enriquez, Ugalde & Peñaherrera. (2023). *Repositorio Digital de la ULVR*. Obtenido de Propuesta De Diseño Arquitectónico De Un Centro Geriátrico Utilizando Arquitectura: <http://repositorio.ulvr.edu.ec/handle/44000/6173>
- Fonseca, X. (2012). *Antropometría de la Vivienda*. México: PAX MEXICO.
- Fonseca, X. (2018). *Las Medidas de una Casa, - Antropometría de la vivienda*. México: PAX.
- Fragua, Valdivieso Jorge. (06 de 10 de 2021). *Desarrollo e influencia del Zen en Occidente: Analisis de la presencia Zen en la obra Kandinsky y Malevich*. Obtenido de Universidad Complutense de Madrid: <https://doi.org/10.5209/mira.72864>
- GAD del Cantón Pichincha. (2014). Obtenido de Diagnóstico 2014. Pichincha, Manabí. Proceso de actualización del Plan de Desarrollo y Ordenamiento territorial, 2014.
- GAD, Pichincha. (2019). *GAD, Municipio de Pichincha*.
- Gobierno de Manabí. (2009). Obtenido de Datos Geográficos: <http://gobnacionmanabi.gob.ec/resena-historica/>
- Gómez & Guerrero. (2018). *Archdaily*. Obtenido de Casa Zen: <https://www.archdaily.mx/mx/02-360226/casa-zen-estudio-gomez-de-la-torre-and-guerrero-arquitectos>
- González, López & Torres. (2023). *Google Académico*. Obtenido de Propuesta arquitectónica de un centro integral para niños con TEA mediante Arquitectura Zen en la ciudad de Babahoyo: <http://repositorio.ulvr.edu.ec/handle/44000/6174>

- González, S. (2019). Obtenido de (Centro Integral de Relajación y Tratamiento del estrés: <file:///C:/Users/madub/Downloads/PG-4312.pdf>
- Jácome, A. (2020). *UDLA-EC*. Obtenido de Cambio de uso una residencia aun centro de relajación y esparcimiento en el Valle de los Chillos: <file:///C:/Users/makam/Downloads/UDLA-EC-TARI-2020-28-Tomo%20I.pdf>
- Lara, G. (9 de enero de 2022). *AD*. Obtenido de Plantas de Interior: <https://www.admagazine.com/articulos>
- Loureiro, M. (Septiembre de 2020). *Repositorio Universidad Da Coruña*. Obtenido de La presencia de la tradición en la arquitectura japonesa contemporánea: arquitectura de límites difusos: <http://hdl.handle.net/2183/26513>
- Meana, i. (09 de 06 de 2023). *F.A.R.O*. Obtenido de Diseño de ILuminacion: <https://faro.es/es/blog/disenio-de-iluminacion/>
- Mendoza, C. (4 de 11 de 2022). *Architectural Digest*. Obtenido de Claves de Decoración Zen: <https://www-admagazine.com./articulos/estilozen-claves-de-decoracion>
- Ministerio de Desarrollo Urbano y Vivienda. (2019). Obtenido de NORMA TÉCNICA DE LA CONSTRUCCIÓN: <https://www.habitatyvivienda.gob.ec/>
- Ministerio de Turismo. (19 de 03 de 2010). *Acuerdo Ministerial 16 - Registro Oficial 154*. Obtenido de Reglamento para los centros turísticos comunitarios: <https://www.turismo.gob.ec/>
- Ministerio del Ambiente, Agua y Transición Ecológica. (2012). Obtenido de La ley de Gestión Ambiental: <https://www.ambiente.gob.ec/>
- Ministerio Urbano de Desarrollo y Vivienda. (2018). Obtenido de Ley Orgánica de Ordenamiento Territorial, Uso y Gestión del Suelo: <https://www.habitatyvivienda.gob.ec/>
- Núñez Suárez, L. P. (2017). *Entornos saludables a través de la relajación y el descanso, para jóvenes universitarios que presentan estrés y ansiedad durante sus labores académicas. caso de estudio: universidad católica de Pereira*. Obtenido de Google Académico: <http://hdl.handle.net/10785/2609>
- Ochoa, A. (2021). *Architectural Digest*. Obtenido de Estilo de Vida: <https://www.admagazine.com/>
- Ordóñez, N. (18 de 12 de 2020). *Google Académico*. Obtenido de Una caja de milagros. Proyecto para un centro y retiro de: <https://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/9955/1/131609.pdf>
- Pariasca, J. (25 de 04 de 2023). *Repositorio Académico UPC*. Obtenido de Casa de retiro para la diócesis de Carabayllo en Santa Rosa de Quives: <http://hdl.handle.net/10757/668552>
- Pérez, A. (2019). *Google Académico*. Obtenido de Propuesta de rediseño interiorista de un centro de relajación y terapias de salud naturales en la ciudad de Ambato: <https://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/11889>

- Pineda, C. (2018). *Google Académico*. Obtenido de Diseño de MOBiliario Eficiente estilo Zen para viviendas de clase media.DE MOBILIARIO EFICIENTE PARA VIVIENDAS DE clase:
<https://repositorio.ug.edu.ec/server/api/core/bitstreams/7d06a69e-400b-4a7a-8aa7-e65b15bb4e04/content>
- Poveda, E. (2018). *Google Académico*. Obtenido de Crear una atmósfera de calma y paz, dónde la luz es el protagonista que envuelve el espacio del Oratorio San Peregrino en Paraná, Argentina, fue la base de diseño del templo en el que la luz natural se ubicó mediante una franja cenital posicionada estraté: <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/9794/1/UDLA-EC-TARI-2018-19%20T.1.pdf>
- Poveda, E. (2019). Obtenido de <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/9794/1/UDLA-EC-TARI-2018-19%20T.1.pdf>
- Proaño, C. (01 de 2024). *Repositoriouta*. Obtenido de Diseño de mobiliario para laboratorios de computación de la Facultad de Diseño y Arquitectura de la Universidad Técnica de:
<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/40912/1/Trabajo%20de%20titulaci%c3%b3n%20para%20repositorio-%20Proa%c3%b1o%20Caroline-%20Dise%c3%b1o%20Industrial.pdf>
- Ruiz, A. (20 de Febrero de 2018). *Kengo Kuma. Arquitectura Japonesa y modernidad Zen*. Obtenido de ROOM Diseño+arquitectura+creacion contemporanea:
<https://www.roomdiseno.com/kengo-kuma-modernidad-zen/>
- Sandoval, Z. (17 de 10 de 2017). *Google Académico*. Obtenido de Fases de estudios y diseños para la construcción de una casa de descanso en el municipio de Anapoima (Cundinamarca): URI:
<http://tesis.ipn.mx/handle/123456789/23431>
- Silva Valle, W. I. (05 de 2018). *Google Académico: Repositorio PUCESA*. Obtenido de Conceptos actuales de diseño interior proyectados en la reestructuración de residencias vacacionales en la ciudad de Chillanes: <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/845>
- Silva y Triana. (02 de 06 de 2020). *Universidad Piloto de Colombia*. Obtenido de Vivienda de descanso en Talauca Cundinamarca: <http://repository.unipiloto.edu.co/handle/20.500.12277/7655>
- Silva, W. (Mayo de 2018). Obtenido de "CONCEPTOS ACTUALES DE DISEÑO INTERIOR PROYECTADOS EN LA: <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/845>
- Somosa, B. M. (31 de 07 de 2018). *ZIPPED. Arquitectura residencial japonesa contemporánea producida en fuertes marcos de restricción de proyecto derivados de condiciones geométricas y dimensionales*. Obtenido de Universidad de la Republica de Uruguay:
<http://www.fadu.edu.uy/sepep/tesis/zipped/>
- Tejo, L. (22 de 04 de 2022). *AD*. Obtenido de renovar tu BAÑO:
<https://www.revistaad.es/compras/articulos>
- Torres, C. (2018). *Google Académico*. Obtenido de Diseño arquitectónico de un Centro de Retiro para adultos mayores utilizando el sonido del agua como complemento arquitectónico, distrito de Santa Rita.:

- http://publicaciones.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/14168/Tesis_62196.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- United Nations. (25 de 09 de 2015). Obtenido de Wellcome to the United Nations:
<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es>
- Urtasun, A. (2018). *Google Académico*. Obtenido de SERENDIPITY UN ESPACIO PARA LA PRÁCTICA DE YOGA Y MEDITACIÓN:
<https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/169959/serendipity-un-espacio-para-la-practica-de-yoga.pdf>
- Vásquez Navarro, J. (07 de 06 de 2022). *La estética Zen y su influencia en el arte y la cultura japonesa*. Obtenido de (Universitat Autònoma de Barcelona.: <https://ddd.uab.cat/record/264842>
- Vásquez, J. (7 de 6 de 2022). *Universitat Autònoma de Barcelona*. Obtenido de La estética Zen y su influencia en el arte y la cultura japonesa:
https://ddd.uab.cat/pub/tfg/2022/264842/VazquezNavarroJulia_TFG2022.pdf
- Vicuña, Z. (2021). *Repositorio Institucional de la Universidad Nacional Federico Villareal*. Obtenido de Casa de retiro y cuidado para el adulto mayor en la provincia de Cañete, Perú.:
<https://hdl.handle.net/20.500.13084/6155>
- Waite, C. (2021). *Escuela De Diseño Gráfico*. Barcelona: BLUME.
- Winler, M. (2018). *Universidad Central de Venezuela*. Obtenido de “EL JARDÍN DE MEDITACIÓN, UNA APROXIMACIÓN A LOS CRITERIOS DE:
http://saber.ucv.ve/bitstream/10872/3577/1/T026800002840-0-trabajodegrado9_Winkler_Gonz

Anexos

Anexo 1. Formato de entrevista.

Formato de Entrevista.

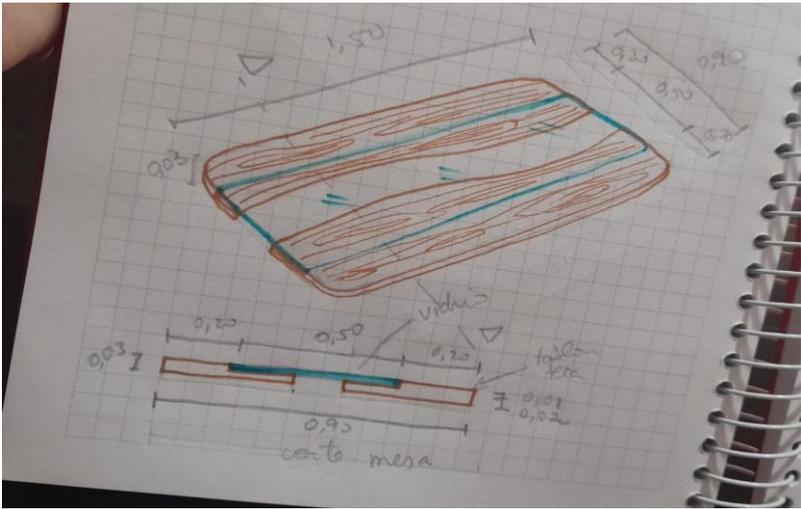
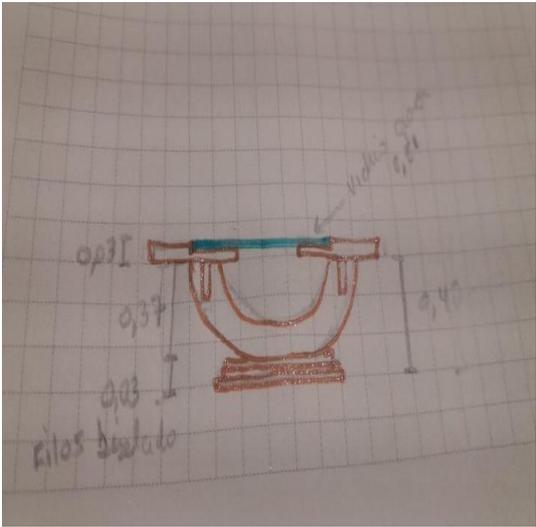
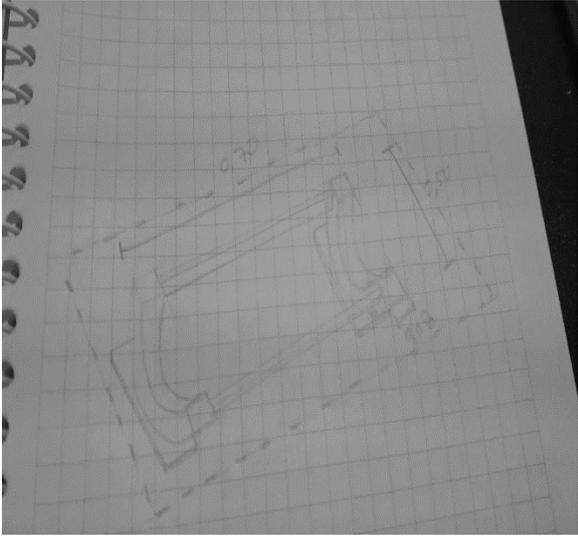
Nombre del entrevistado:

Ocupación:

1. ¿Considera usted que el estrés es una enfermedad psicológica o física?
2. ¿Cree usted que los tiempos o las circunstancias que se viven en los actuales momentos pueden llevar a una persona a sufrir de estrés?
3. ¿Cuándo se encuentra en situación de estrés o ansiedad qué consideraría como buenas opciones?
4. ¿Consideraría como una solución ante el estrés/ansiedad salir de la ciudad a oxigenarse mínimo una vez al mes?
5. ¿Cómo debería ser el lugar que le ofrezca relajación, calma y desestrés?
6. ¿Cree usted que sería una buena opción tener un lugar a dos horas de la ciudad, donde pueda pasar solo, con pareja o con amigos un fin de semana?
7. ¿Considera que estar cerca de la naturaleza ayuda a calmar el estrés?
8. ¿Le gustaría que su empresa considere programas de retiro para sus empleados?

Anexo 2- Bocetos

Bocetos de mesa.



Bocetos de mesa

Anexos 3. Fotos del Proyecto

Fotos.

Ilustración 79. Área de Barbacoa



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024

Ilustración 80. Área de Ingreso



Elaborado por: Mera y Moncada, 2024

Ilustración 81. Área de

Fuente: Mera Mariely y Moncada Máyense, 2023
Elaborado por: Mera y Moncada

Ilustración 82. Área de Dormitorio



Elaborado por: Mera y Moncada.2024

Anexos 4. Normativas

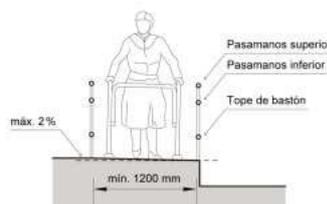
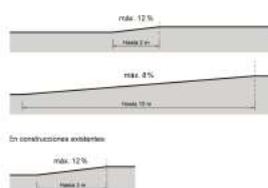
Normativas.

Tabla 4. Normativas

NTE. INEN 3142	Accesibilidad de las personas al medio físico. Ventanas	3.1 Altura del nivel del ojo	Distancia vertical desde el nivel del piso terminado hasta el vértice exterior del ojo.
		3.2 Altura del nivel del ojo, sentado.	Distancia vertical desde el nivel del piso terminado hasta el vértice exterior del ojo, y su función principal es la de mirar las dimensiones de la ventana y del antepecho.
NTE. INEN 2309	Accesibilidad de las personas al medio físico. Puertas.	4.1 Requisitos generales	En las puertas exteriores principales, el ancho libre mínimo de paso debe ser de 1 000mm y el alto libre mínimo de paso debe ser de 2 050mm.
			En puertas interiores, el ancho libre mínimo de paso debe ser de 900 mm y el alto libre mínimo de paso debe ser de 2 050 mm; incluidas las puertas de acceso a cuartos de baño y baterías sanitarias.
		4.3 Accesorios	Las cerraduras y las jaladeras de puertas, los timbres y otros dispositivos para entrar a un lugar deben ser fáciles de localizar, identificar, alcanzar y utilizar, y se deben accionar con una sola mano. Los accesorios de las puertas se deben situar a una altura comprendida entre 800 mm y 1 000 mm medidos desde el nivel de piso terminado.

NTE INEN 2245	Accesibilidad de las personas al medio físico. Rampas	4.1 Requisitos generales	El diseño de una rampa debe contemplar el espacio de circulación constituido por: el ancho libre de paso, altura libre de paso.
			La longitud horizontal máxima de una rampa menor o igual al 8 % de pendiente debe ser hasta 10 000 mm y para rampas del 12 % de pendiente debe ser hasta 3000 mm; al cumplir estas condiciones se debe incorporar descansos.
			La distancia mínima libre de circulación entre pasamanos debe ser de 1200 mm.
		4.2.1.1 Pendientes longitudinales	Se establecen los siguientes rangos de pendientes longitudinales máximas para los tramos de rampa entre descansos, en función de la extensión de los mismos, medidos en su proyección horizontal
			a) hasta 10 metros: 8 %, b) hasta 2 metros: 12 %, c) hasta 3 metros: 12 % en construcciones existentes

		4.2.1.3 Ancho mínimo	El ancho mínimo libre de las rampas será de 1200 mm; comprendido entre pasamanos.
--	--	----------------------	---

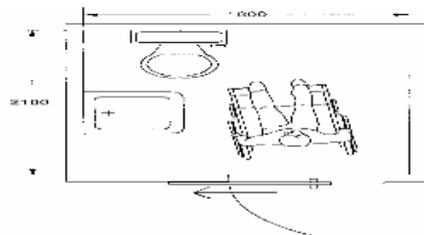
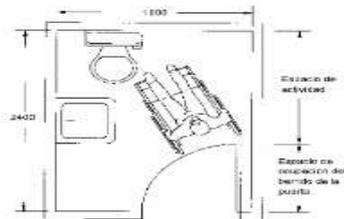
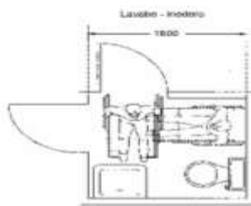


NTE INEN 2314	Accesibilidad de las personas al medio físico. Elementos urbanos	5.4.2.3 Mesas	<p>Crterios de diseño para permitir la aproximación frontal y uso de una persona en silla de ruedas, coche de bebé, usuario con ayudas técnicas, entre otros a una mesa, su diseño debe: permitir el espacio de maniobra hacia la mesa el cual debe permitir un giro de 360°, lo que equivale a una circunferencia de 1 500 mm de diámetro libre, tener un espacio inferior libre de obstáculos hasta una altura de 700 mm, tener una profundidad mínima de 600 mm para acomodar las rodillas y un ancho mínimo de 900 mm, y en caso de existir los reposapiés, estos deben colocarse a una altura máxima de 300 mm.</p>
----------------------	--	---------------	--



			<p>La dotación y distribución de los cuartos de baño, determina las dimensiones mínimas del espacio para que los usuarios puedan acceder y hacer uso de las instalaciones con autonomía o ayudados por otra persona; se debe tener en cuenta los espacios de actividad, tanto de aproximación como de uso de cada aparato y el espacio libre para realizar la maniobra de giro de 360°, es decir, una circunferencia de 1 500 mm de diámetro, sin obstáculo al menos hasta una altura de 670 mm, para permitir el paso de las piernas bajo el lavabo al girar la silla de ruedas.</p>
--	--	--	---

NTE INEN 2293	Accesibilidad de las personas al medio físico. Áreas Higiénico Sanitaria	3.1.1 Distribución	<p>La puerta, si es abatible debe abrir hacia el exterior o bien ser corrediza; si se abre hacia el interior, el área debe dejar al menos un espacio mínimo de ocupación de una persona sentada que pudiera sufrir un desvanecimiento y requiriera ser auxiliada sin dificultad</p> <p>La aproximación al lavabo debe ser frontal u oblicua para permitir el acercamiento de la silla de ruedas.</p>
		3.1.2.1 Lavabo	<p>El espacio inferior debe dejarse libre hasta una altura mínima de 670 mm y una profundidad de 600 mm. La altura mínima de colocación es 800 mm y la máxima de 900 a 950 mm dependiendo si el usuario es niño o adulto.</p>
		3.1.2.2 Inodoro	<p>La forma de aproximación al inodoro puede ser frontal, oblicua y lateral a derecha o izquierda, según la forma en que se vaya a realizar la transferencia desde la silla de ruedas, con relación a la ubicación y tipos de apoyo. Las reservas de espacio están condicionadas según las posibilidades de acceso.</p> <p>En los cuartos de baño y aseo, las barras de apoyo deben ajustarse al tipo y grado de discapacidad del usuario y a sus características específicas.</p>



Fuente: (Normas Técnicas Ecuatorianas, 2019)