

Bizitzarako Arkitektura instrumentalak

Adineko pertsonendako etxeak sortzeari buruzko konplexutasunaz

Laburpena: Arkitekturaren balio instrumentala handitu egiten da biztanleen adina hazten den neurrian. Alta, adindun jendearentzako bizileku egokiak sortzeko ez da beti irizpide berdina betetzen. Teoria eta praktika batzea beharrezkoa izaten da arkitektura-soluzio egokia bilatzeko biztanle adindunentzat.

Hitz-gakoak: adineko pertsonak, etxea, galera kognitiboa, arkitektura instrumentala.

Abstract: The importance of the instrumental role of architecture increases with advancing age of its inhabitants, but creating suitable homes for the elderly is never governed by the same criteria. Unite theory and practice with a cautious description of the elderly inhabitant is essential to achieve the right architecture.

Keywords: elderly, home, cognitive looseness, instrumental architecture.



Dr. Ir. Marc de Rooij

Arkitekto ingeniaria, Delft University of Technology (Herbehereak) eta doktorea ETSABen.

Jasotze data: 2016-01-25

Onarpen data: 2016-02-15

Adineko jendearentzat eginiko arkitekturaz ari garenean, kontzienteki eginiko eta jendearen zerbitzura bideraturiko diseinu-zerbitzuaz ari gara. Orientazio espaziala, mugitze-aktibitatea, estimulu aberatseko inguru eta interakzioa errazten dituzten inguruaz eta arkitekturaz ari gara. Bide horretan, neuroarkitekturaren lana ingurune eraikiak ongizatean duen eragina (positiboa) aztertu eta aplikatzean datza. Ingurune batek dituen argiak, koloreak, formak, ukituak eta orientazioak erabat eragiten dute pertsonaren izaeran eta jokabidean. Esate baterako, badakigu barne-espazio horizontalak lasaigarriak direla eta espazio bertikal eta altuagoek artega jartzen gaituztela. Bestalde, jakina da eguneko argiak produktibitatean zein osasunean eragin positiboa duela (Eberhard, 2009: 151). Aplikazio intrumental egoki batekin, arkitektura adinduen autonomia betzen eta babesten duen diziplina anitzeko lan-tresnaren parte izan daiteke.

Bestalde, arkitektura-tresna berehalako hauetaz gain, badira beste ezaugarri batzuk ere, espazioaren deskripzio euklidearrak haratago doazenak; etxebizitza pertsonala (Tanner, Tilse, De Jonge, 2008: 199), espresiorako lekutat har dezakeguna, identitate eta kontrol pertsonala garatzeko lekua, familiartasuna, segurtasuna eta pertenezia biltzen dituen gune pertsonala. Normalean ez dugu hartzen etxea jazotako ekintzen eta esperientzien kronikatzen bakarrik, baizik eta etxea «territory of meaning» moduko bat bihurtzen da eta gure memoriarentzako helduleku esanguratsu. Etxea argazki-albumtzat har dezakegu, ia ahazturiko oroitzapenen barna mugitzea errazten diguna. Norbere kontzientzia estimulatzen eta autoestima bultzatzeko erabili ahal dugu.

Ondorioz erraz da ulertzen adineko jendeak etxez aldatzen direnean esperientzia zail eta tristetzat hartzea. Askotan, etxean egindako erreforma txiki eta soil bat esperientzia traumatiko bihurtu daiteke. Gainera, behar gehien duenean, etxeari loturik dagoenean alegia, bere bizitzaren parte esanguratsu bat atzean uztera behartua izaten da. Zahartzen garen neurrian, gure mundua txikitzen joaten da eta biltzen gaituen lekuak garrantzi handiagoa hartzen du.

Etxebizitza berri batek beti hartuko gaitu eskutik eta beti eramango gaitu denboraren denboran. Edozein erlazio moduan, etxebizitza berri batekin hasierako erlazioak ere bere denbora behar izaten du, esanguratsua izan dadin. Gure burmuinak asoziatiboki lan egiten du eta esperientziak espazioekin lotzen ditu. Zenbat eta gehiago egon logela batean, orduan eta oroimen gehiago lot ditzakegu espazio horrekin. Logelak, edo gelak oro har, pelikula bateko eszenatzen har ditzakegu, lekuz aldatuz gero, eszena erabat aldatzen da (Radvansky, Krawietz, Tamplin, 2011: 1644). Esate barerako, logelaz aldatzean izandakoa edo gertatutakoa ahatz dezakegu, pentsamenduak gela batean jazotzen badira, bertan gogoratzea errazagoa izaten da. Literalki, logelara atzera bueltatzea helburuaz akordatzeko baliagarria izan daiteke. Askotan logela bera laguntza psikologiko moduan erabili daiteke, eta adinean aurrera joan ahala, laguntza gehiago behar izaten da.

Adineko pertsona batentzako etxebizitza egitean edo moldatzean, beharrezkoa da persona horren definizio zehatza izatea. Hala ere, adineko pertsona horrek normalean zenbait bereizgarri izaten ditu, hala nola bizitzako esperientziak, posizio ekonomikoa, osasun fisiko eta mentala, eta, hortaz,



Irudia ~ BRTA estudio holandarrak Warmenhuizen-en, Herbereetan, eginiko egoitza, kanpo ikuspegia.
Egilea ~ Dr. Ir. Marc de Rooij.

zaila izaten da adineko jendea talde bakarrean sartzea edo ondorioz arkitektura-soluzio bakarra hobestea. Batzuentzat ona izan daitekeena besteentzat kaltegarria izan daiteke. Alde batetik, arkitektura bitamina balitz bezala irudika dezakegu, pertsona osasuntsu hazten eta zahartzen errazten duena, eta, bestetik, baltsamo edo erremedio moduan, aldartea lasai mantentzeko erabil daitekeena. Osasuntsu eta aktibo dauden pertsonen, ingurune eraiki egoki batek eguneroko ekintza fisikoak, interaktibitate soziala eta autonomia mantentzen laguntzen die. Bestalde, adineko pertsonak ezaugarri kognitiboak gutxituta dituenean, ingurune eraikian izan daitezkeen estimuluak kaltegarriak izan daitezke eta kontu handiagorekin ibili beharra dago. Kasu horietan arkitekturak terapeutiko bilakatu beharko luke.

Dementia duten pertsonen garuna desartikulatua dute (Myllymäki-Neuhoff, 2009: 33) eta horrek pertzepzio zalantzarri bat sorraraz diezaike. Ingurune edo munduarekiko dugun esperientzia «eszenikoa» da, baita dementia duen pertsonarena ere. Esate baterako, memoria galtzeak epe motzean egoera berrietara egokitzeko zailtasuna sor dezake. Ondozeko egoeretan, gaixoak ingurune erosoetara bueltatzeko nahia erakuts dezake, etxera bueltatzeko nahia azaleratuz eta egoera berrira egokitzeko zailtasunak adieraziz. Ebidentzia kliniko batzuen arabera, gaitasun kognitiboak estimulatzeko funtzio eta gaitasun batzuk berreskuratzeko baliagarria izan daiteke. Gaixoak izan ditzakeen alde onak lantzean datza estimulazioa, eta entrenamendu hori hein batean galerak alde onekin konpentsatzean datza. Galerak azaleratzen dituzten kasuen artean aipa daitezke familia-estresa, berehalako aldaketa bortitzak eta etxebizitza-aldaketa. Eta galerak edo

gaixotasunak geldia gogotzen dituztenen artean, berriz, familia-giro alai, ariketa fisiko eta lagunekin sozializatzea leudeke.

Galera kognitiboa duten pertsonendako arkitekturak eroso, pertsona bakoitzari egokitu eta biztanleak aztoratzen ez dituen izan behar du. Adibide moduan, BRTA estudio holandarrak Warmenhuizen-en, Herbereetan, eginiko proiektua azal daiteke. «angelapark» proiektua, dementia duten 28 pertsonendako egoitza da. Eraikinak 4 unitate banatu ditu, harreman- eta elkarbizitza-eskala txikiagoa izan dezan eta, ondorioz, etxe-giroa eduki dezan. Unitate bakoitzak 7 banako logela ditu eta sala komun bat, sarrera propioa duena, eta, ondorioz, itxura instituzionala galtzen du. Etxe-giroa indartzeko, unitate bakoitzak bere sukaldaria du, lorategi handi batera ematen duten lehiate handiekin eta erdian armairu handi bat «en-suite» itxurakoa eta antzinako gariak gogoraraziko dizkiguna. Oin bakarreko eraikinak bi isuriko estalki holandarra du, inguruarekiko integrazioa errazten duena eta osotasunari etxe-giroa ematen diona.

Eraikinetik bira bat emanaz gero, argi nabari daitezke horrelako proiektu batek izan beharreko ezaugarriak:

Ingurune ezaguterraza. Dementia duten pertsonen ingurune ezaguterraza bilatzen dute, galduak senti ez daitezkeen. Unitatearen eskala txikiak gain, antzinako altzariek eta dekorazio tradizional batek etxean egotea gogorarazten diete.

Orientazioa. Eskala txikia duelako, zaila da galtzea. Ez dago pasillo luze eta anonimorik. Ateak nolabait gordeta daude liburutegi batzuek errepresentatzen duten orri biniliko batzuei esker.



Irudia ~ BRTA estudio holandarrak Warmenhuizen-en, Herbereetan, eginiko egoitza, kanpo ikuspegia.
Egilea ~ Dr. Ir. Marc de Rooij.

Irudia ~ BRTA estudio holandarrak Warmenhuizen-en, Herbereetan, eginiko egoitza, sukalde eta egongela.
Egilea ~ Dr. Ir. Marc de Rooij.



Irudia ~ BRTA estudio holandarrak Warmenhuizen-en, Herbereetan, eginiko egoitza, lorategirako irteera.
Egilea ~ Dr. Ir. Marc de Rooij.



Irudia ~ BRTA estudio holandarrak Warmenhuizen-en, Herbereetan, eginiko egoitza, barne banaketa.
Egilea ~ Dr. Ir. Marc de Rooij.



Irudia ~ BRTA estudio
holandarrak Warmenhuizen-en, Herbereetan, eginiko
egoitza, barnealdeko gela.
Egilea ~ Dr. Ir. Marc de Rooij.

Pribatutasuna. Logelak nahiko handiak dira, familiaratekoak jasotzeko eta nork bere altzariak sartzeko edo egokitzeko.

Kanpo-lotura. Logela barrutik ikus daitekeen ikuspegia lasaia da, ingurune berdez inguratua, Gainera, eraikinetik gertu aisiarako gunek bat dago, zeinean adinekoek euren abilezia fiskoak eta zentzumen-hautematekoak (atentzioa, motrizitatea, koordinazioa eta ikusmen-, ukimen- eta usaimen-diskriminazioak) gara ditzaketen (Wulf, 2009: 51).

Argiztapena. Argi natural ugari izatea garrantzizkoa da, ez bakarrik adinekoek ikusmen mugatua dutelako, baizik eta aldaratean ere eragina duelako. Hala ere, leihateen beira ez da lurreraino iristen, nolabait babestuago senti daitezten.

Koloreak. Pastel moduko koloreak lasaigarriak dira. Kolore biziak zein azalera handi ilunak ez erabiltzea komeni da.

Akustika. Gehiegizko zarata ez da ona, demenzia duen gaixoa aztoratu daiteke eta. Unitateen eskala txikiagatik, aukeraturiko material eta altzariengatik ez dago erreberberazio handiegirik eta egokitze akustiko ona dago.

Usaimena. Xaboi-usaina duen komunak eta jaki-usaina duen sukaldeak etxe-giroa indartzen dute eta ordutegi-ordena mantentzea errazten du. Sukaldea erdigunean egoteak etxe-giroa indartzen du berriz ere.

Adineko pertsonendako arkitektura ez da sekula irizpide bereberekin moldatzen. Adineko pertsona horren definizio zehatza beharrezkoa da modelo egokiak aplikatzeko orduan. Gainera, beharrezkoa da pertsona osasuntsuak, ezintasun fisikoak dituztenak eta adimen-ezintasunak dituztenak bereiztea. Normalean, osasuntsu dagoen pertsonak, etxea euren sortzen dutela dio eta ez diote berebiziko garrantzia ematen. Lehen arazo fisikoek, ordea, pertzepzio hori aldaraz dezakete, baina etxetik aldatzeko moduan izaten dira oraindik. Bestalde, alzheimerre duten pertsonentzat oso garrantzitsua da ingurune ezaguterraz (denboran eta espazioan) eta familiarra.

Alde batetik, beharrezkoa da jakitea arkitekturak nola sor dezakeen ingurune abegikor, estimulatuzaile eta eroso bat, batzuetan baita desorientagarria ere, adineko pertsona osasuntsuendako. Beste alde batetik, arkitekturak kapaz izan beharko luke ere ingurune lasai eta ordenatuak sortzeko,

adimen murriztuko pertsona adinduentzat. Ondorio bezala esan dezakegu ez dagoela arau zehatzik eta arkitektura ezingo dela egokitu zehazki adineko pertsonarengana. Arazoaren ezagutza zabal batekin eta ezagutza horren aplikazio neurtu batekin pertsona nagusien independentzia eta irisgarritasuna berma ditzakete arkitektoek.

///

Kepa Iturraldek itzulia.

Bibliografia

EBERHARD, J.P. (2009). *Brain Landscape. The Coexistence of Neuroscience and Architecture*, Oxford University Press, Inc. New York [ISBN 978-0-19-533172-1].

LEONARDI, C.; MENNECOZZI, C.; NOT, E.; PLANESI, F.; ZANCANARO, M.; GENNAI, F. eta CRISTOFORETTI, A. (2009). *Knocking on Elders' Door: Investigating the Functional and Emotional Geography of their Domestic Space*. CHI 2009 – Designing for Senior Citizens, 1.703-1.711, Boston, MA.

MYLLYMÄKI-NEUHOF, J. (2009). *Dementia as a mode of being: the living environment and everyday competency*. In: Feddersen, E. eta Lüdtk, I. (2009). *Living for the Elderly*. Birkhäuser, Basel [ISBN 978-3-7643-8871-3].

RADVANSKY, G.A.; KRAWIETZ, S.A. eta TAMPLIN, A.K. (2011). «Walking through doorways causes forgetting: Further explorations», *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, **64 (8)**, 1.632-1.645.

TANNER, B.; TILSE, C. eta DE JONGE, D. (2008). «Restoring and Sustaining Home: The Impact of Home Modifications on the Meaning of Home for Older People». *Journal of Housing For The Elderly*, **22:3**, 195-215.

WULF, H. (2009). «Gardens for senior citizens – a framework for the design of outdoor spaces. Feddersen», E. & Lüdtk, I. (2009). *Living for the Elderly*, Birkhäuser, Basel [ISBN 978-3-7643-8871-3].