

**COLOQUIO 2020-2**  
**Maria Andrea Eusse**



En Búsqueda de la Tranquilidad y  
el Esparcimiento en Espacios Urbanos

Investigación Proyecto Final

María Andrea Eusse Fuentes  
Colegiatura Colombiana

Diseño de Espacios\Escenario



# Índice

- 4. Coloquio
- 7. Objetivos
- 8. Alfabeto Visual
- 10. Conclusión
- 11. Lista de referencias



## COLOQUIO:

Me llamo María Andrea Eusse, soy estudiante de diseño de Espacios/Escenario de la universidad Colegiatura Colombiana.

“La mente es como el agua, cuando esta agitada es difícil ver. Pero si se tranquiliza la respuesta aparece clara”  
Este es un pensamiento de -Oogway to po.

Con esta frase se abre el tema de mi investigación, “En búsqueda de la tranquilidad y el esparcimiento en espacios urbanos”. El espacio público fue concebido como el espacio de la expresión y la apropiación social por excelencia, es el espacio que alberga el cotidiano transcurrir de la vida colectiva. Dicho espacio también es percibido como un vacío “con forma”, es decir conformado por la edificación y elementos que lo bordean, ya sean espacios de circulación y tránsito, recreación y deporte, reunión e interacción social, contemplación y disfrute del paisaje y la naturaleza, etc. (Perahía, 2007).

Los espacios públicos como elementos que componen el entorno urbano han sido estudiados mediante varias disciplinas de las Ciencias Sociales, pasando por la Psicología Ambiental y Social así como el Urbanismo y la Arquitectura, entre otras. Útil sería poder tratar esos problemas que tradicionalmente aquejan al ser humano y solucionarlos a través de la innovación en espacios de uso común, de esta manera se estaría integrando la arquitectura en la creación de espacios o escenario apropiados, a la psicología, ya que dichos espacios servirían para dar tranquilidad a los individuos que los frecuentan.

Normalmente este espacio urbano es el que da identidad y carácter a la ciudad, el que permite reconocerla y vivirla en sus sitios urbanos: naturales, culturales y patrimoniales (Perahía, 2007). Esto sucede porque en la época que se está viviendo las personas pasan poco tiempo en sus hogares y gran parte de su día a día transcurre trasladándose de un sitio a otro y ocupando dichos espacios, por eso surge la necesidad de contar con sitios de espacio público donde los individuos puedan clamar sus afanes y olvidarse un poco de los problemas.

A nivel profesional, este proyecto aporta conocimiento respecto al concepto y evolución de la materia y su aporte al bienestar humano, teniendo en cuenta que anteriormente la arquitectura consistía en un elemento simplemente funcional, que pretendía satisfacer las necesidades humanas en el plano físico y habitacional pero no respondía a las condiciones o necesidades básicas de todas las personas en otros planos. Por otro lado, se demuestra que el diseño de espacios se puede convertir en un solucionador de diversas problemáticas con el solo hecho de ser accesible e incluyente, teniendo en cuenta las condiciones de la población y su necesidad de tranquilidad y ocio (De La Rosa, 2012).

A nivel social su justificación va de la mano con la psicología, dado que con el diseño de espacios urbanos que ayudan a transformar, reapropiar y reinventar pensamientos se contribuye a solucionar el estrés y la tensión predominante en el pensar de las personas, y por medio de la experiencia de tranquilidad y estímulos sensoriales se puede ayudar a detener la aceleración del ritmo del corazón y la mente para llegar a un estado de equidad y equilibrio a través de las interacciones urbanas.

Es por lo dicho que se llegó al producto de un pabellón público donde las personas puedan disfrutar de experiencias sensoriales y se sienta envuelto por el concepto del espacio, hasta lograr conectar espacio - cuerpo y mente para llegar al equilibrio y sentirse tranquilo. Se busca brindar experiencias sensoriales con un diseño arquitectónico que estimule la vista, rodeando a las personas de líneas orgánicas y formas amables y circulares, colores neutros que los mantengan conectados con el concepto; desde el tacto con texturas suaves y amigables al entorno que los ayuden a estar cómodos; a través del olfato sintiendo el aroma de las plantas que dan un impulso al manejo de la calma, y a través del oído dándoles una sensación de bienestar.

En cuanto al usuario se definió como hombres y mujeres que se encuentran trabajando; personas modernas, de mente abierta, activas pero con un alto nivel de estrés en sus vidas debido a las actividades diarias, quienes no se toman mucho tiempo para ellos mismos y no se detienen a analizar su día, sino que simplemente cumplen con todo y con más de lo posible. Es decir personas que tienen muchos deberes y exceden los límites de su cuerpo en largas jornadas de trabajo, sin cumplir requisitos de horas de sueño y horarios adecuados o de alimentación, personas que buscan alternativas novedosas para relajación y pasar un poco tiempo de ocio. Estas personas vivirán su experiencia de diferentes maneras, ya que el estrés se refleja en el cuerpo de diferentes formas, por lo que cada persona se conectara más de un sentido que del otro.

Para concluir, el ADN del proyecto es la conexión (espacio - cuerpo – mente). Equilibrar la mente para ver la vida con claridad.

Una oportunidad para el progreso unida de experiencias que van conectadas con la estimulación del bienestar.

## OBJETIVOS:

### -Objetivo General:

- Proponer el diseño de un espacio de espera sin manejo de estrés ni tensión en el ámbito urbano. El foco de la exploración son las experiencias sensoriales que aportan al estímulo de relajación entre cuerpo, espacio y mente.

### -Objetivos Específicos

- Detallar la importancia de los estímulos en los espacios, como un aporte a los problemas de la sociedad.
- Re-significar el sentido de la espera, en el pensamiento de las personas.
- Diseñar un espacio de espera urbano, con características efímeras, como un lugar de ayuda para despejar los pensamientos negativos y rutina del día a día.

## ALFABETO VISUAL:

### • BIENESTAR

Nos enfocamos en buscar nuestro equilibrio mental y físico, pero muy pocos saben cómo llegar a este. Aproximadamente, hombres y mujeres que buscan nuevas alternativas para mejorar su estado físico y mental, jóvenes y de mente abierta, Personas modernas, activas, pero con un alto nivel de estrés y ansiedad debido a las actividades diarias, quienes no tienen tiempo para dedicárselo a ellos mismos, ni se detienen a analizar su día. Personas con muchos deberes que exceden sus límites de cuerpo y mente a largas jornadas de trabajo y estudio.



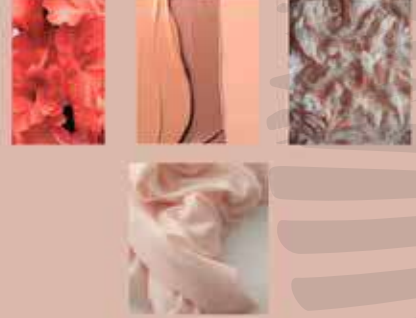



Este mismo estrés es transmitido a nuestro cerebro el cual emite frecuencias a nuestro cuerpo para contaminarnos con estos factores que afectan nuestra salud física y mental Yanes, J. (2008), por lo que buscar un lugar de ocio es darnos un momento de respiro interior para reiniciar nuestro sistema contaminado, y darnos cuenta de que descansar es un lujo que podemos tener todos. En cuanto a la macro tendencia, diseño de experiencias de WGSN refiriéndose del estrés y la ansiedad y como este puede manejarse por medio de una experiencia que se denomina, Espacio Sensorial, que según Rodríguez, M. J. C., & Llauradó, M. C. (2010) se trata de proporcionar, en unos entornos especialmente diseñados, la oportunidad de que la persona disponga de un espacio y un tiempo de bienestar, de relajación y de contacto con el entorno. Investigaciones científicas diversas describen cómo se está aplicando esta intervención en diferentes colectivos: personas con discapacidad intelectual, personas con demencias y Alzheimer, personas con enfermedad mental, personas con niveles elevados de estrés. En conjunto de una experiencia auditiva que denota el audio como bienestar, ya que la música se ha usado de muy variadas formas para tratar diferentes manifestaciones patológicas, tales como depresión, euforia, ansiedad, estrés, somatizaciones, dolor y otras. Por ende, se sabe que es una herramienta útil para reducir el malestar físico y psicológico (Benenzon, 2000). Por consecuencia la relación de espacios sensoriales y experiencias auditivas impulsan el bienestar emocional aumentando el desarrollo de actividades y comportamientos positivos.



## • PSICOLOGÍA DEL USUARIO:

En cuanto al planteamiento del proyecto, relajación antiestrés para las personas que padecen de estrés, es importante su psicología, las formas amables y orgánicas, volúmenes curvos y contornos suaves que agregan sensación de calma. El uso de los colores relajantes, la psicología manejada para el uso del color sale de un libro llamado “Flores de Bach”, en donde se explica cada color, su significado y usos específicos. Se debe tener en cuenta aspectos en el diseño final del producto el factor humano y la practica, las formas sin esquinas para que no se tornen agresivas con el objetivo de relajar. Por otra parte los materiales deben ser lo suficiente suaves, táctiles, para que no sean agresivos con el usuario.

• “En búsqueda de la tranquilidad y el esparcimiento en espacios urbanos”

Re-significar	Re-inventar	Re-apropiar	Re-valorar	Experiencias	Escapismo	Transformar	Bienestar
<b>COLORES DE BACH</b> Para tratar la desesperación y el abatimiento.		<b>FORMAS</b> Las formas amables y orgánicas, volúmenes curvos y contornos suaves que agregan sensación de calma.			<b>TEXTURAS</b> Cualidades de la superficie sensibles al tacto y a la vista.		
							
<b>CULTURA MATERIAL/ARTE</b> Referentes de arte plástico en relación con la tranquilidad.		<b>CULTURA MATERIAL/ARQUITECTURA</b> Elementos y referentes de construcción.			<b>HOMÓLOGOS</b> Diseñadores próximos al concepto y construcción.		
							

## CONCLUSIÓN:

Actualmente es frecuente ver personas alteradas y sufriendo por un mismo problema, como lo es la ansiedad y el estrés, los cuales se representan en las personas de diferentes formas.

Realizando el estudio demográfico, nos damos cuenta como los espacios de estimulación y audios de bienestar, se vuelven una de sus prioridades. Teniendo en cuenta esto, se represento por medio de los parámetros encontrados como las formas, colores, experiencias, la representación del problema del consumidor y a la misma vez la solución a sus prioridades, bienestar mental y físico en ambientes estimulantes.

En definitiva los niveles de estrés y ansiedad se reflejan en el cuerpo de diferentes maneras, dolor de cabeza, caída del cabello, hábitos alimenticios, agotamiento físico y mental, entre otras. Según los referentes de WGSN se encontró una macro tendencia de diseño de experiencias para el manejo de la ansiedad y del estrés y de esta, tendencias claves como el espacio sensorial y escapes de audio, que están enfocados a un usuario moderno, es decir personas jóvenes de mente abierta, activas pero con un alto nivel de estrés y ansiedad debido a las actividades diarias, que no tienen tiempo para ellos mismos y exceden sus límites en horas de trabajo y estudio, como lo son, los consumidores urbanos. Por lo que se llego al producto de un espacio que cuente con experiencias auditivas y sensoriales donde el usuario se siente envuelto por el concepto del espacio y acogido para que logre conectar espacio - cuerpo - mente, para llegar al equilibrio y sentirse tranquilo.

## LISTA DE REFERENCIAS:

- Yanes, J. (2008). El control de estrés y el mecanismo del miedo. Edaf.
- Rodríguez, M. J. C., & Llauradó, M. C. (2010). Estimulación multisensorial en un espacio snoezelen: concepto y campos de aplicación. Revista Española sobre Discapacidad Intelectual, 50(4), 1.
- Hernández, R. V., Azuara, A. C., Ramírez, J. V., & Rojas, G. P. C. (2009). Comparación entre introvertidos y extrovertidos en el nivel de ansiedad al escuchar música relajante. Enseñanza e investigación en psicología, 14(1), 61-76.
- Benenzon, R.O. (2000). Musicoterapia, de la teoría a la práctica. Barcelona: Paidós.