

## **INTRODUCCIÓN.**

La tercera edad es una etapa más del desarrollo humano, que se presenta de forma heterogénea con cambios a nivel físico, social y emocional, en esta etapa las necesidades incrementan tanto en el ámbito de la salud, como en el requerimiento de compañía, recreación, interacción social, accesibilidad y alimentación entre otros. Aquí mantener hábitos saludables y evitar factores de riesgo se torna fundamental, si se quiere vivir mejor la madurez.

Hoy en día, brindar una mejor calidad de vida a los adultos mayores se ha vuelto un tema muy importante para las diferentes organizaciones internacionales; debido al aumento acelerado en la cantidad de personas que se encuentran dentro de este grupo etario. Por lo que a manera de contribuir en el bienestar de este sector poblacional, la Asamblea General de las Naciones Unidas declaró 2020-2030 la Década del Envejecimiento Saludable, que incluye a la Estrategia Mundial de la OMS sobre el Envejecimiento y la Salud, en el Plan de Acción Internacional de las Naciones Unidas para el Envejecimiento y en los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 de las Naciones Unidas; donde uno de los pilares fundamentales para lograr el bienestar físico y mental de las personas adulto mayores es la recreación. Ya que, las actividades recreativas les proporcionan una gran variedad de beneficios, ayudando a mantener sus habilidades cognitivas y motrices, disminuye el estrés y la depresión, eleva la autoestima, fomenta las relaciones interpersonales, sirve como rehabilitación física y psicológica, mejorando así la capacidad funcional global del organismo; Además, les permiten salir de la rutina y la soledad, cargarse de energía y tener una motivación que los ayuda a envejecer de forma positiva y digna.

Así mismo, aplicar lineamientos de la neuro arquitectura en la creación de espacios dedicados a las personas adulto mayores, puede resultar estratégico para su bienestar, ya que a través de esta arquitectura se puede lograr reducir el estrés, la ansiedad y generar sensaciones y emociones positivas. Esto debido a que la neuro arquitectura es una disciplina que se interesa por cómo las características del entorno modifican la química cerebral, y por lo tanto las emociones, los pensamientos y la conducta.

Con el objeto de mejorar indirectamente la calidad de vida de los adultos mayores que habitan en el territorio Tarijeño se propone en el presente proyecto de grado DISEÑO NEURO-

ARQUITECTÓNICO DE UN CENTRO DE RECREACIÓN INTEGRAL PARA  
ADULTOS MAYORES EN LA CIUDAD DE TARIJA.