

Caracterización de las viviendas de los adultos mayores campesinos

Beatriz Eugenia Botero de Mejía*

Resumen

El estudio se realizó a través del método descriptivo, con la población de las personas mayores de 60 años de las veredas de Pandeazúcar y Llanogrande del municipio de Neira, Departamento de Caldas, Colombia. 1997-1998. Es importante considerar que vivir en un entorno y en un ambiente adecuado facilita el bienestar y permite mantener un alto grado de independencia y autonomía. Identificar las barreras arquitectónicas de la vivienda en baños, cocina, dormitorios, vías de acceso y equipo domiciliario, permite concluir cómo la propia vivienda se constituye en un medio libre de barreras arquitectónicas para el propio desplazamiento; además, permite establecer algunas conclusiones sobre el grado de autonomía.

Palabras claves:

Vivienda. Barreras arquitectónicas. Entorno. Accesibilidad. Adulto mayor.

Introducción

En el año 1997 la facultad de Enfermería de la Universidad de Caldas inició el programa de extensión dirigido a la población de adultos mayores del municipio de Neira, veredas de Llanogrande y Pandeazúcar, en coordinación con el programa UNIR (Una nueva iniciativa rural). Esta población no había sido objeto de evaluación e intervención, razón por la cual se decidió hacer investigación para caracterizarla y conocer las

condiciones en las que se encontraba. Se decidió efectuar un estudio de tipo descriptivo con el fin de identificar las condiciones de la vivienda y las barreras arquitectónicas. En Colombia son escasos los estudios con población campesina y anciana.

Con el fin de establecer cuál era la población de adultos mayores que habitaban las 20 veredas de la zona de influencia del programa UNIR, se efectuó un sondeo con los líderes de la comunidad,

* Enfermera, Magíster en Gerontología Social. Docente Titular. Departamento de Salud Pública, Universidad de Caldas.

con los maestros y con los vecinos del lugar. A través del recorrido por toda esta región, se ejecutaron entrevistas y se evaluó cada una de las residencias donde vivían los mayores, de esta manera se obtuvo el primer censo de población de los mayores de 60 años de esta zona. El censo ha permitido identificar el grupo humano para desarrollar los diversos proyectos de trabajo.

Los campesinos adultos mayores no se han considerado como grupo prioritario. Han faltado estímulos e intervención y como se requiere tener un conocimiento previo de los problemas y las dificultades que se tienen, es necesario considerar las limitaciones sociodemográficas, culturales, temporoespaciales a las que se ven avocados. Una forma de intervención es a través de la conformación de grupos con propósitos comunes, la cual requiere trabajar en forma progresiva, con perseverancia y dedicación.

Metodología

Al hacer la descripción de las condiciones en las cuales se encontraban los adultos mayores, se pudo detectar cuales eran las necesidades relacionadas con el alojamiento. Este primer estudio se realizó a través de un método descriptivo, con la población de referencia de las personas mayores de 60 años de las veredas de Pandeazúcar y Llanogrande del municipio de Neira, Departamento de Caldas, Colombia. 1997 - 1998. La población de hombres y mujeres censada mayor de 60 años de las veredas descritas era de 294 ancianos; sin embargo, la muestra fue de 237 debido a la permanente migración de las personas.

Objetivo

Identificar las barreras arquitectónicas de las viviendas de las personas mayores de 60 años

de las Veredas de Pandeazúcar y Llanogrande del municipio de Neira

Análisis y resultados

El número de personas por hogar era entre 3 y 6. Los mayores se encontraron acompañados por familiares, muy pocos estaban solos, esta situación es muy favorable puesto que el adulto mayor puede contar con un sistema de apoyo que es la familia; en muchos países y regiones del mundo, como en los países desarrollados, esto ya no se da. El sistema familiar es un apoyo muy importante para este grupo de población, vale la pena que la familia sea estimulada por el gobierno municipal y en este caso el municipio de Neira, con programas que les faciliten lo necesario para efectuar aquellas acciones encaminadas a fortalecer las actividades de la vida diaria del mayor.

Las construcciones son antiguas, en el momento de su diseño no se pensó que más tarde fueran habitadas por personas ancianas; ¿será posible generar la realización de adecuaciones pertinentes a las condiciones de los mayores que las habitan? Muchos de ellos desearían mejorarlas.

En las viviendas se encontró que el diseño es en un solo nivel; sin embargo, el 47.9% de los adultos tenían que utilizar escalas para entrar a la vivienda, debido al tipo de construcción en laderas y condiciones del terreno; el 68.1% tenía fácil acceso, sin embargo, esta situación coloca a un grupo de la población en una condición de riesgo por el uso de escalas, las condiciones inadecuadas y difíciles para el acceso. Ninguna de las escaleras estaba cubierta con material antideslizante, los pisos en su gran mayoría eran en madera de mala calidad, deterioradas y peligrosas además, muy pocas tenían pasamanos.

Las condiciones del camino que recorren los ancianos para tomar el transporte público y desplazarse a otros lugares, se observó que era bueno para el 54.9%, regular para el 13.2% y malo para el 31.9%, además, con mucha pendiente y durante el invierno son lisos y peligrosos para caminar. Es una situación que pone en riesgo a los mayores quienes prefieren quedarse en casa y no salir, razón por la cual no pueden asistir a las actividades comunitarias, reuniones con vecinos y familiares.

El 67.9% de las personas disponen de transporte público a menos de 15 minutos de camino, factor muy positivo. El 17.7% de las personas caminan entre 16 y 29 minutos y el 14.4% caminan más de 30 minutos, condición que ya es desfavorable, por la fatiga que les puede causar. El horario del transporte público no es permanente, es esporádico e irregular; sin embargo, ellos se han adaptado a estas limitaciones, se han acostumbrado.

Entre los recursos comunitarios de esta zona rural se observó que existen pocos expendios con suministros de alimentos (tiendas), las cuales tienen escasos elementos de consumo, con precios superiores a los de la zona urbana de Neira, que dista 45 minutos para los que se desplazan en carro particular.

No cuentan con parque o zonas recreativas, los cuales son un espacio de distracción y esparcimiento; sin embargo, para la mayoría de personas la zona de campo invita a tener paz y bienestar.

No se encuentran droguerías, el puesto de salud ofrece algunos de los medicamentos de las fórmulas de la consulta que el médico realiza. La consulta médica es una vez por semana, la con-

sulta odontológica está a cargo de los alumnos de la Universidad Autónoma de Manizales, quienes están durante el período de prácticas. No cuentan con un centro social de ancianos, los servicios de hospital los ofrece Neira, zona distante como ya se había mencionado.

No se encuentran otros servicios comunitarios como biblioteca, servicios bancarios, correo, cine y teatro. En Llanogrande hay un salón múltiple donde se celebra cada mes la Santa Misa por el Párroco de Neira y es utilizado también para otros fines por la comunidad. En Pandezúcar hay una caseta comunal para las reuniones.

Es fundamental para las personas contar con los diferentes sistemas de apoyo comunitario; sin embargo, el estudio mostró que son deficientes, razón por la cual es necesario desarrollar en estos lugares estructuras que den soporte a los mayores para mantener la autonomía.

En las zonas colindantes de los domicilios no hay iluminación, los entrevistados consideran que no se puede pasear con seguridad por los alrededores, opinan que no se puede salir solo durante la noche. No cuentan con hidrantes para incendios, lo que es lamentable puesto que no se garantiza la seguridad en este aspecto en el vecindario. Se encontró que en cada uno de los corregimientos había una central telefónica y algunas fincas de las veredas disponían de radio teléfono.

Al evaluar los alrededores del vecindario, el terreno exterior y el atractivo de la vivienda se observó que el 38.3% consideran el lugar corriente e incluso poco atractivo. El 33.6% de los observadores consideran que el terreno exterior es ligeramente agradable y atractivo, algunos muestran

señales de cuidado y mantenimiento frecuente; considera el 31.1% de los observadores que las viviendas son poco atractivas debido al deterioro de las mismas y a su diseño.

Con esta serie de consideraciones sobre las viviendas se requiere hacer mantenimiento y mejoras del diseño, que hagan sentirse a gusto a los habitantes. Además para que visitantes y amigos sientan también la atracción de pasearse y acercarse a esos lugares. Cuando se sale a algún lugar y se encuentra un paisaje muy agradable que ofrece confort, las personas se sienten muy halagadas y satisfechas. Sí el entorno es pobre y sin atractivos, la sensación es desestimulante, lo que puede generar sensación de aburrimiento, depresión y falta de motivación para salir de la casa; como consecuencia se prefiere permanecer en ella solo y triste.

El 47.7% de las viviendas tienen bancos en el exterior que les permite descansar mientras esperan el transporte, el 41.3% de estos se encontraron con techos para protegerlos de la lluvia o el sol muy fuerte, al 54.9% de las viviendas pueden llegar los carros y al 89.4% pueden entrar las bestias.

Pocas viviendas tienen una sala de recibo, se observan corredores alrededor de la casa. Estos tienen la función de sala de recibo y de comedor, con un ancho menor de 1.50 metros, el 66.8% tienen pasamanos, en el 49.36% de las viviendas hay una mesa ubicada contra la pared de estos corredores. Las dimensiones de estos son muy estrechas y se convierten en un verdadero obstáculo para la movilización de quienes deambulan, además no son nada estimulantes para el desplazamiento y el esparcimiento.

Los domicilios no disponen de áreas específicas de recreación, es escaso el material para la lectura, además la iluminación en las habitaciones es insuficiente. No se observaron salones adecuados para ver la televisión, para escuchar música y para realizar juegos. Las habitaciones son las que cumplen esas funciones.

La mesa ubicada en el corredor se utilizaba para diferentes fines: escribir, conversar, comer, jugar y hacer tareas manuales, con pocas sillas en la mayoría poco confortables y ergonómicas. La mesa para comer se encontraba ubicada en 75.3% en el corredor, el 3.8% en la cocina, el 12.3% en un salón y el 8.5% de las viviendas no tenía mesa. Cuando alrededor de una mesa la familia comparte los alimentos, se logra tener un acercamiento y un diálogo.

En el 80.9% de las casas había televisor, el 46 % tenía equipo de sonido o grabadora y el 34.5% máquina de coser. Estos equipos son utilizados en las actividades recreativas y permiten ocupar el tiempo libre.

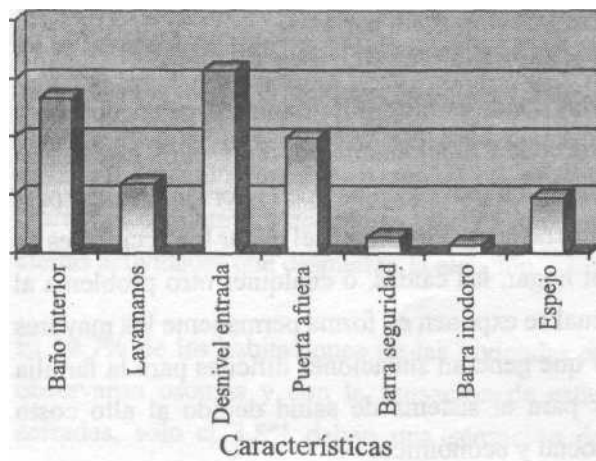
No tenía el 6.3 % de las viviendas cuarto de baño, espacio que se puede considerar fundamental en la vida diaria de las personas, quedaba dentro de la vivienda en el 53.2%, en las demás estaba ubicado en patios o ramadas. El 63 % de las entradas a los baños tenía desnivel, las puertas del baño en el 39.6 % abrían hacia afuera; cuando la puerta del baño abre hacia adentro es un gran riesgo, porque muchas veces el mismo usuario al tener una caída, puede cuñarse la puerta de acceso, él mismo se convierte en obstáculo razón por la cual es difícil brindarle ayuda oportuna. En el 5.5% se encontró que había barras de seguridad en la ducha y barras cerca al inodoro en el 3%. No se observaron pisos con materiales antideslizantes. Todos estos obs-

táculos generan riesgos para los viejos, especialmente por ser áreas expuestas a la humedad, en estudios realizados se ha encontrado que en el baño ocurre la mayoría de las caídas de los viejos.

La tasa del inodoro con altura menor de 25 centímetros el 11.1%, con altura mayor de 46 centímetros el 4.2%, el 34% tenían medidas entre 36 y 37 centímetros y en el 35.4% la altura estaba entre 38 y 42 centímetros. Una altura entre 46 y 50 cm es la ideal, puesto que facilita los movimientos adecuados y ofrece menor riesgo de perder la estabilidad.

El 77.7% de los baños no tenía lavamanos, el lavadero es utilizado para ese fin, en los lavamanos instalados se observó una altura entre 80 y 90 centímetros en el 26%, la cual se puede considerar adecuada, además no se observaron estanterías y toalleros y solo disponían de espejos el 19.1%, este es un accesorio que provee a la persona estímulo para mejorar su autoimagen.

Características de baño de las viviendas de los mayores de 60 años, Pandeazúcar y Llano-grande, Neira 1998.



El área de los baños era menor de 1.20 metros cuadrados en el 13.61%, entre 1.21 metros cuadrados y 2 metros cuadrados en el 28.1% y con un área mayor de 2 metros cuadrados el 58.3%, la cual es un área que se podría calificar como más adecuada sin ser la ideal.

Vale la pena resaltar que el desnivel en la entrada al baño, la forma de apertura de la puerta, la altura de los muebles, la presencia de barras de seguridad, la ubicación dentro de la casa y el área de la cual se dispone, son aspectos importantes en el diseño arquitectónico, de lo contrario se pueden convertir en factor de riesgo. Además las barras de seguridad en el inodoro, el lavamanos y las duchas son un soporte para la seguridad de los mayores.

Otro aspecto también fundamental para la seguridad de las personas mayores es disponer en los baños de pisos antideslizantes, situación bastante crítica en las viviendas de estas veredas. Si se cuenta con alturas adecuadas en lavamanos, inodoros, toalleros y estantes se contribuye a la comodidad y la seguridad, lo cual muchas veces puede pasar desapercibido. El hecho de agacharse o empujarse implica para los viejos asumir posiciones incómodas y de riesgo que los podría predisponer a los accidentes.

El promedio de habitantes por vivienda y que tienen que utilizar el baño para sus necesidades de higiene, con poca disponibilidad de éste, se puede convertir también en un factor de incomodidad para muchos de ellos.

Con relación a las habitaciones se observó un área inferior a 10 metros cuadrados en 40.4% de las habitaciones ocupadas por los mayores, entre 10 y

15 metros cuadrados 46% y mayor de 15 metros cuadrados en 11%, en algunas viviendas no fue permitido realizar las mediciones. El área de circulación para deambular en el 86% de los cuartos era adecuada, se observó sin obstáculos y libre de barreras, no contaban con lámparas de pared que proporcionaran suficiente luz para leer y no disponían de servicio telefónico.

En cuanto a la disponibilidad de armario o baúl para la persona mayor se encontró en el 51.5% disponían de un área menor de 60 centímetros cuadrados por persona y no todos tenían un espacio para guardar sus pertenencias.

En las cocinas se encontró que el 83.8% tenían un tamaño menor de 10 metros cuadrados y mayor de 10 metros cuadrados el 16.2%, con desnivel en la entrada a la cocina el 41.7%. Se consideró adecuada el área de circulación en el 84.6%. La posibilidad de aproximarse de manera frontal a la alacena es del 61.5%, al lavaplatos el 70.5%, al fogón el 92.7% y a la mesa o pollo el 78.6%. Se contaba con un espacio libre en el nivel inferior en el 73% de los aparatos de la cocina. La forma como están, construidas las cocinas puede facilitar o ser un obstáculo para efectuar las tareas que la persona mayor realiza a diario.

La altura de las mesas de trabajo de la cocina era menor de 80 centímetros en el 61.7%, con altura mayor de 90 centímetros el 4.7%. La altura ideal oscila entre 80 y 90 centímetros y se encontró en el 33.2%. Se observó que en general las cocinas tenían poca iluminación y no contaban con pisos antideslizantes.

La altura del lavaplatos era menor de 80 centímetros en el 46%, y mayor de 90 centímetros el

14.5%. Un lavaplatos es ergonómico y adecuado cuando tiene una altura entre 80 y 90 centímetros y se pudo encontrar en el 39.1% de las viviendas.

La altura del fogón era menor de 80 centímetros en el 34%, y mayor de 90 centímetros el 15.3%. El fogón ideal es el que tiene una altura entre 80 y 90 centímetros, se encontró en el 50.2%. Muchos accidentes, problemas de espalda y de circulación se pueden presentar por no conservar este tipo normas en la construcción.

La altura de la alacena era menor de 80 centímetros en el 58.3%, con altura mayor de 80 centímetros el 40.9%. Cuando la altura es inferior a los 80 centímetros o superior al nivel visual se convierten en una barrera arquitectónica.

Se observó en los patios la altura de lavadero y del colgadero de ropas, con relación a los lavaderos se encontró con una altura menor de 80 centímetros el 55.7%, con altura mayor de 80 centímetros el 8.1%. Entre 80 y 90 centímetros de altura 36.2%. El colgadero era mayor de 1.50 metros de altura en el 73.6%. Ninguno de los patios estaba construido con pisos antideslizantes. Realmente si los patios están protegidos con pisos antideslizantes y las alturas son adecuadas se puede hablar de espacios y equipos sin barreras.

Hay factores muy importantes para un óptimo y adecuado funcionamiento, entre ellos está considerar los movimientos que la persona realiza para que no se canse y agote, el evitar los accidentes en el hogar, las caídas, o cualquier otro problema al cual se exponen en forma permanente los mayores y que generan situaciones difíciles para la familia y para el sistema de salud debido al alto costo social y económico.

Otros aspectos sobre los cuales se hizo análisis fueron las características ambientales de las viviendas, esto permitió identificar aquellos aspectos que estaban influyendo en el bienestar de quienes las habitan.

El ruido es un factor que produce incomodidad y genera estrés, además se convierte en un obstáculo para dormir y es un verdadero problema para conciliar el sueño. Para las personas mayores del área rural, el ruido no suele ser un problema relacionado con el sueño, el silencio y los sonidos de la naturaleza se convierten en una verdadera sinfonía. Es un placer disfrutar de la calma y del silencio de la naturaleza que los rodea.

Aunque es muy subjetivo y personal, la limpieza y el aseo se constituyen en elementos muy importantes en la vida diaria de las personas. Como se pudo apreciar el 42% de las viviendas se encontraban conservadas y mantenidas en forma adecuada; sin embargo, algunas no tenían esas cualidades, situación que sería necesario estimular especialmente en aquellas familias donde es aún débil este aspecto.

Es también fundamental considerar otros aspectos que favorezcan el confort y la distracción de las personas mayores, quienes permanecen mucha parte de su tiempo en el interior de las viviendas. Cuando se puede disfrutar de la panorámica se logra un gran disfrute de la naturaleza. En el 45% de las viviendas de la zona el ambiente exterior se puede considerar interesante puesto que se pueden apreciar ciertas actividades que despiertan la atención.

El 69.7% de las habitaciones de las viviendas se observaron oscuras y con la sensación de estar cerradas, solo el 3.8% daban una sensación de

abierto y el 26.5% tenían suficientes ventanas para entrar luz del día y no generaban la sensación de encierro.

Los corredores son áreas que permanecen la mayor parte del tiempo iluminadas, por la luz solar y por la luz en noches de luna, son áreas despejadas y sin ventanas lo cual permite mantener una buena iluminación por muchas horas; sin embargo, dentro de las habitaciones no se presenta esa situación. La persona mayor se caracteriza por la disminución en la agudeza visual, deslumbramiento por los cambios de iluminación, disminución en la profundidad y amplitud del espectro visual, falta de diferenciación de los colores y, si a estos cambios propios del envejecer se le adiciona una falta de iluminación, en ellos, se puede agudizar el riesgo de caídas.

Si a lo anterior se agrega la dificultad para la movilización (el 33% expresaron esta queja) y el deterioro de los muebles (31%), los cuales se observan viejos, con escasa reparación, con desgarros, manchas y estructuralmente peligrosos, se pueden incrementar las caídas, las cuales se podrían evitar si se corrigiera el factor de la iluminación y se hicieran las mejoras en el mobiliario.

El 82% de los habitantes expresaron que se podrían hacer mejoras o reparaciones físicas y arquitectónicas en las viviendas y además consideran que se deben realizar algunas mejoras con relación a la limpieza y a la estética del exterior de la vivienda.

En conclusión, algunas características personales y barreras arquitectónicas se constituyen en un problema que se debe controlar, siendo mucho más fácil y económico controlar estas últimas. Valdría la pena sensibilizar a los campesinos y a

la administración pública sobre la importancia del atractivo al interior de las viviendas y en el exterior del vecindario para hacerlos más comfortable.

Bibliografía

- BOTERO DE MEJÍA, Beatriz Eugenia. MARTÍNEZ I. Paulo. REALPE MUÑOZ Cecilia. Prevalencia de traumatismos en los ancianos del hospital geriátrico San Isidro Manizales y la relación con la infraestructura física y dotación. Investigación. Manizales: Colombia, 1995.
- INSTITUTO NACIONAL DE ASUNTOS SOCIALES (España). Cuidados en la vejez El apoyo informal. Colectivo I.O.E. Inerso/Cis. Madrid: 1995.
- INSTITUTO NACIONAL DE ASUNTOS SOCIALES (España). Declaración de Cartagena de Indias sobre políticas integrales para personas mayores en el área Iberoamericana. Cartagena de Indias: (Colombia). Octubre 27 al 30, 1993.
- INSTITUTO NACIONAL DE ASUNTOS SOCIALES (España). FERNANDEZ BALLESTEROS, Rocío. Calidad de vida en la vejez. En intervención psicosocial. Volumen II, No. 5. Madrid: 1993.
- GÓMEZ M, José Fernando, y otros. Evaluación de la salud de los ancianos. Manizales:, Colombia, marzo, 1995.
- INSTITUTO NACIONAL DE ASUNTOS SOCIALES (España). Guia de recomendaciones para el diseño y selección de mobiliario para personas mayores. Madrid: 1995.
- INSTITUTO NACIONAL DE ASUNTOS SOCIALES (España). La atención a las personas mayores. Robert J. Kroan y otros. Madrid, 1993.
- MINISTERIO DE SALUD. (Colombia) La carga de la enfermedad en Colombia. Santafé de Bogotá: D.C., 1994.
- INSTITUTO NACIONAL DE ASUNTOS SOCIALES (España). Las personas mayores en España. Perfiles. Reciprocidad familiar. Madrid: 1995.
- LUEKENOTTE, Annette. Valoración Geriátrica. Intera-mericana, Me Graw Hill. Madrid: 1992.
- INSTITUTO NACIONAL DE ASUNTOS SOCIALES (España). Manual de accesibilidad. Madrid: 1995.
- NACIONES UNIDAS. Informe sobre la situación social en el mundo. 1993.
- ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD. La atención de los ancianos un desafío para los años noventa. Washington: Edit. Elias Anzola Pérez y otros. 1994.
- RENAUD, Françoise. Investigación y Desarrollo en el Ámbito del Habitat del Alojamiento para las Personas de Edad. Sociología de la Vejez. Collección Caminar. Ediciones U.D.P. Madrid: 1992.
- INSTITUTO NACIONAL DE ASUNTOS SOCIALES (España). Sistemas de evaluación de residencias de ancianos. Rocío Fernandez Ballesteros. Madrid: 1995.
- VALENCIA LLANO, Albeiro y ARIAS GÓMEZ, Fabio. Manizales a las puertas del siglo XXI. Síntesis Histórica. Editorial La Patria. Ediciones Idear. Manizales: mar