

La salud mental a través de los terceros espacios exteriores

Un enfoque centrado en personas con psicosis

Laura Cecilia Donate

Universidad Politécnica de Madrid



Escuela Técnica Superior de Arquitectura



Trabajo Fin de Grado

Laura Cecilia Donate

La salud mental a través de los terceros espacios exteriores

Estudiante

Laura Cecilia Donate

Tutora

M. Emilia Román López

Departamento de Urbanística y Ordenación del Territorio

Aula TFG 2

Andrea Alonso Ramos, coordinadora

M.^a Ángeles Benito Pradillo, adjunto

Escuela Técnica Superior de Arquitectura de Madrid

Universidad Politécnica de Madrid

ÍNDICE

RESUMEN

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1. Contexto y justificación del estudio
 - 1.1. Colaboración de Aprendizaje y Servicio con la Fundación Manantial
 - 1.2. Importancia de los espacios de encuentro en el bienestar mental
2. Objetivos del trabajo
3. Metodología

CAPÍTULO II: ANTECEDENTES Y ESTADO DE LA CUESTIÓN

4. Concepción de la psicosis
 - 4.1. Perspectiva médica y social de la psicosis
 - 4.2. Situación de las personas con psicosis en la actualidad
5. La noción del tercer espacio
 - 5.1. Origen y aplicación en contextos de bienestar
6. Arquitectura y diseño urbano para la salud mental
 - 6.1. Evolución histórica del diseño para la salud mental
 - 6.2. Psicología ambiental
 - 6.3. Neuroarquitectura y diseño social.
 - 6.4. Criterios de diseño terapéuticos para espacios exteriores.

CAPÍTULO III: APLICACIÓN EN CASO DE ESTUDIO

7. Justificación y selección del caso de estudio
 - 7.1. Criterios de selección
 - 7.2. Caso de estudio
8. Descripción y análisis de las instalaciones
9. Perfil de trabajadores/as usuarios/as y sus necesidades
 - 9.1. Perfil de los usuarios
 - 9.2. Perfil de los trabajadores
10. Diagnóstico participativo
 - 10.1. Actividad con el personal y resultados
 - 10.2. Actividades con los usuarios y resultados
11. Recomendaciones para el diseño de los espacios exteriores
 - 11.1. Guía básica de recomendaciones
 - 11.2. Aplicación en caso estudio
 - 11.3. Posibles vías de financiación del proyecto

CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES Y FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN

12. Conclusiones

CAPÍTULO V: FUENTES

13. Bibliografía
14. Índice de figuras
15. Anexos

A Emilia, por su apoyo, consejos y orientación.

A las personas con las que he trabajado en la fundación, por su ayuda y participación que han aportado tanto a este trabajo.

A mi familia por acompañarme en esta etapa.

*“Cities have the capability of providing something for everybody,
only because, and only when, they are created by everybody.”*

Jane Jacobs, The Death and Life of Great American Cities (1961)

Resumen

En los últimos años, la salud mental ha cobrado una creciente relevancia social debido a la preocupación por los trastornos emocionales y psicológicos que afectan a una parte importante de la población. Sin embargo, gran parte del discurso se centra en la prevención y el tratamiento, dejando en segundo plano la convivencia cotidiana con diferentes condiciones como la depresión, la ansiedad o la psicosis.

La siguiente investigación busca explorar las conexiones entre la salud mental y los espacios de encuentro, o terceros espacios, donde se favorece la interacción social, la pertenencia y el bienestar, y cómo a través de ellos podemos mejorar el bienestar y el equilibrio emocional de las personas que conviven con diferentes estados mentales.

Desde una perspectiva arquitectónica, se plantea que la salud mental requiere de espacios estudiados, pensados y proyectados conscientemente, no solo teniendo en cuenta la salud física, sino también la emocional.

En colaboración con la Fundación Manantial, esta investigación propone la aplicación práctica de estos principios de diseño en contextos reales, para mejorar la calidad de vida no solo de las personas con trastornos mentales, sino de la comunidad en su conjunto.

PALABRAS CLAVE: Terceros espacios, salud mental, psicosis, bienestar, psicología ambiental, neuroarquitectura.

Abstract

In recent years, mental health has gained increasing social relevance due to concerns about the emotional and psychological disorders affecting a significant portion of the population. However, much of the discourse focuses on prevention and treatment, neglecting the everyday experience of living with different conditions such as depression, anxiety, or psychosis.

This research seeks to explore the connections between mental health and meeting spaces, or third spaces, where social interaction, belonging, and well-being are fostered, and how these spaces can improve the well-being and emotional balance of people living with different mental states.

From an architectural perspective, it is argued that mental health requires spaces that are consciously studied, designed, and planned, taking into account not only physical but also emotional health.

In collaboration with the Fundación Manantial, this research proposes the practical application of these design principles in real-world contexts to improve the quality of life not only for people with mental disorders but also for the community as a whole.

KEYWORDS: Third spaces, mental health, psychosis, well-being, environmental psychology, neuroarchitecture.

An aerial photograph of an outdoor dining area. A wooden deck runs diagonally across the scene. To the left of the deck is a brick-paved area with several trees. To the right is a grassy area. In the upper right, three people are sitting on the wooden deck. In the lower right, a group of four people is seated at a black table on the brick patio, eating. Another person is seated at a separate table in the foreground. The overall atmosphere is bright and sunny.

Capítulo I

Introducción

I. Contexto y justificación del estudio

I.1. Colaboración de Aprendizaje y Servicio con la Fundación Manantial

El trabajo se desarrolla en colaboración con la Fundación Manantial, una entidad reconocida por su labor de apoyo, la inclusión y la rehabilitación de personas con problemas de salud mental. El trabajo se desarrolla en el marco de un acuerdo dentro del programa de Aprendizaje y Servicio (ApS). Este acuerdo tiene como objetivo promover iniciativas que combinen formación académica del alumnado con un servicio a la sociedad, mediante la participación en proyectos vinculados a la mejora del bienestar físico y mental. Gracias a este acuerdo, trabajo se plantea como una investigación aplicada a un contexto real.



Figura 1.1. Personas participantes en la Fundación Manantial.
Fuente: Fundación Manantial.

I.2. Importancia de los espacios de encuentro en el bienestar mental.

En el contexto de colaboración con una fundación centrada en la salud mental de los pacientes, el presente estudio pone el foco en la importancia de los espacios de encuentro como elementos clave para el bienestar mental. Estos espacios, además de cumplir una función social fundamental al favorecer interacciones sociales, pueden llegar a influir de manera significativa en la calidad de vida y en la salud tanto física como mental de quienes los utilizan, actuando como entornos facilitadores de la recuperación emocional, la reducción de estrés y el fortalecimiento de vínculos sociales.

Hoy en día podemos observar que el crecimiento exponencial de la población en las ciudades está generando múltiples problemáticas, no solo a nivel urbano, sino también en el bienestar individual y colectivo de las personas que habitan en dichos entornos. Vivimos con un ritmo cada vez más acelerado y la reducción

de tiempo dedicado a la relajación o el descanso hace especialmente necesaria la existencia de espacios que faciliten el encuentro casual, la socialización y el sentimiento de pertenencia

Aunque en la actualidad estas zonas destinadas al encuentro y la convivencia existen, no las podemos aprovechar al máximo hasta que no sean accesibles para todas las personas. Las barreras físicas, sensoriales y sociales limitan la accesibilidad para grandes grupos de personas. Un enfoque más inclusivo y multifuncional en el diseño de los espacios de encuentro podría ampliar significativamente las posibilidades de uso, fomentando la diversidad de actividades y usuarios. De esta manera estos espacios podrían contribuir al equilibrio emocional y al bienestar mental de las personas que los utilizan, reforzando su papel como herramienta activa para la salud integral.



Figura 1.2. Huerto urbano, Paris. Fuente: Paris Tourist Office, Marc Bertrand.

2. Objetivos del trabajo

Este trabajo tiene como objetivo principal **estudiar la relación de los espacios exteriores con la salud mental de las personas con psicosis** y proponer líneas estratégicas de diseño para la mejora de espacios exteriores en las sedes centradas en el cuidado de la salud mental, para poder crear espacios donde se promueva la socialización, las actividades y que además sea un sitio seguro y terapéutico para los usuarios que acuden a estos centros.

Para ello, se plantean los siguientes objetivos específicos:

1. **Profundizar en el marco teórico** relacionado con la psicosis, la evolución histórica de los centros de salud mental desde su creación con el fin de entender la evolución y los cambios en los modelos de atención y su relación con el espacio exterior.
2. **Analizar la influencia de los entornos** físicos y sociales exteriores, como influyen a la salud y bienestar mental, específicamente en personas que conviven con psicosis desde la neuroarquitectura y la psicología ambiental.
3. **Identificar y sintetizar los principales factores espaciales** que favorecen la recuperación, el bienestar y la integración social de personas que conviven con la psicosis.
4. **Evaluar la relación entre lo construido y la experiencia** de los usuarios y el personal de las sedes de la Fundación Manantial a través de actividades participativas.
5. **Proponer una guía básica con recomendaciones** de criterios de diseño para mejorar dichos espacios con potencial de aplicación en otros terceros espacios y en intervenciones a una escala mayor.

3. Metodología

La metodología del trabajo se estructura a partir de un proceso continuo que combina una investigación teórica y el trabajo de campo de forma paralela.

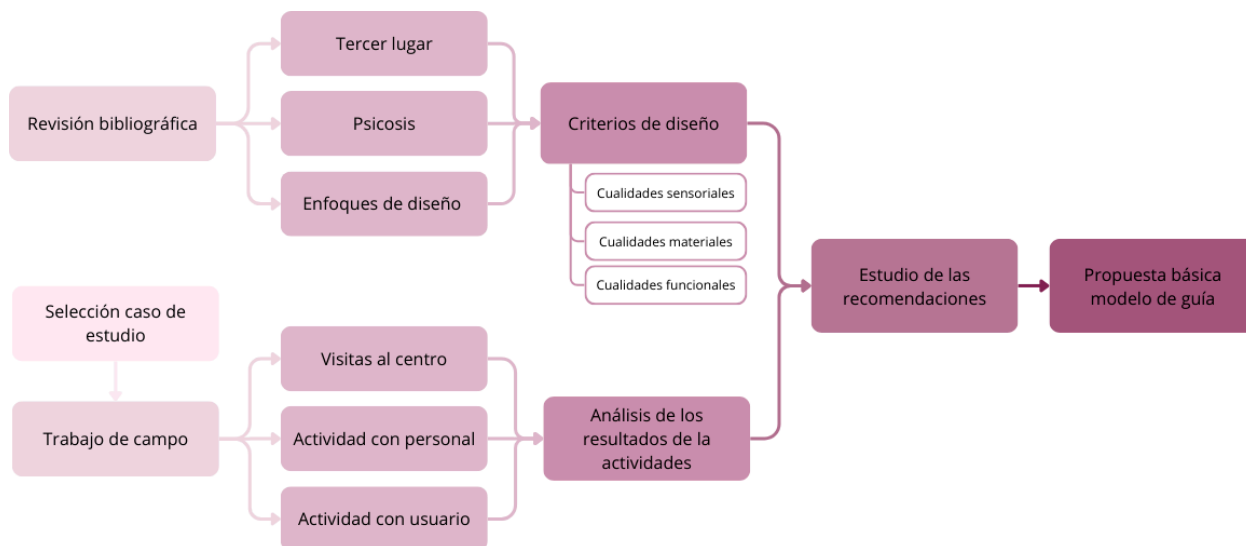
El proceso comienza con una **revisión bibliográfica**, que crea la base teórica del estudio. En esta fase se analizan los conceptos clave que del marco teórico del trabajo. Se empieza estudiando la **psicosis** desde una perspectiva médica, social y espacial, luego se estudia qué es un **tercer lugar** entendido como un espacio de encuentro fundamental para la socialización y se relaciona con los beneficios que puede tener para las personas con trastornos psicóticos. Además, se incorporan aportaciones de **enfoques de diseño** basado en la percepción del entorno como la psicología ambiental, que ayuda a interpretar las experiencias subjetivas del espacio y su influencia sobre el comportamiento y el bienestar, y la neuroarquitectura, que aporta criterios de diseño orientados a crear entornos más favorables para la salud mental. Esta revisión ayuda a establecer unos principios teóricos que guiarán las fases futuras del trabajo.

De manera paralela se lleva a cabo una **selección del caso de estudio**. Esta selección responde a la directa relación de la Fundación Manantial con centros de salud mental y al marco de colaboración de Aprendizaje y Servicio, que posibilita el desarrollo del trabajo aplicado en un contexto real.

A continuación, se desarrolla el **trabajo de campo**, que constituye una parte fundamental del estudio. En primer lugar, se realizan visitas al centro para hablar con el personal, conocer las instalaciones y los espacios exteriores, luego se llevan a cabo actividades con el personal y con los usuarios, orientadas a recoger información sobre el centro y sobre los usuarios.

Por último, con toda la información obtenida tanto en la revisión teórica como en el trabajo de campo se crea una **propuesta básica de modelo de guía**. Esta guía se basa en las **recomendaciones de diseño** estudiadas que tendrán como finalidad servir no solo para mejorar los espacios vinculados a la fundación manantial, sino también como herramienta aplicable a terceros espacios urbanos orientados al bienestar mental y a la convivencia cotidiana.

Figura 3.1. Esquema de la metodología. Fuente: Elaboración propia





Capítulo II

Antecedentes y estado de la cuestión

4. Concepción de la psicosis

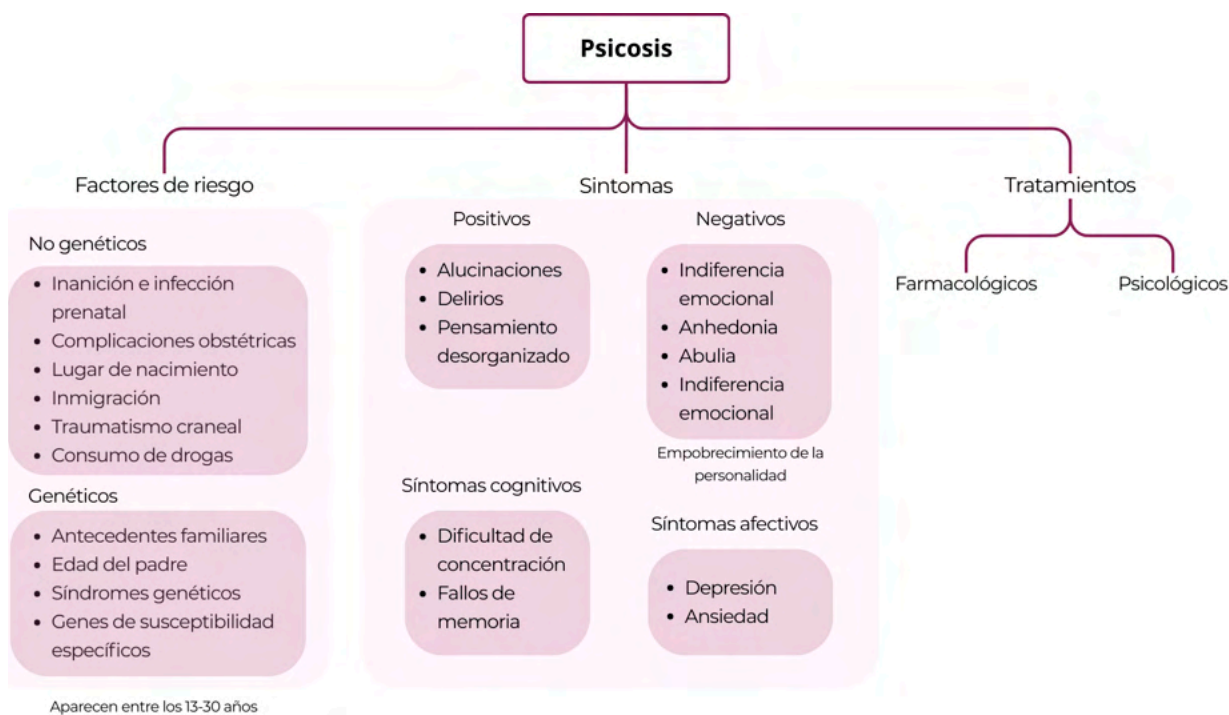
4.1. Perspectiva médica y social de la psicosis

Según National Institute of Mental Health (2023), la psicosis se define de la siguiente manera:

Conjunto de síntomas que afectan a la mente, donde se ha producido cierta pérdida de contacto con la realidad. Durante un episodio de psicosis, los pensamientos y las percepciones de la persona se ven alterados y puede tener dificultad para reconocer lo real de lo falso.

La psicosis no es un diagnóstico específico, sino un conjunto de síntomas que se presentan en distintos trastornos como pueden ser el trastorno esquizoafectivo o el trastorno bipolar con síntomas psicóticos pero el prototipo de los trastornos psicóticos es la esquizofrenia. Los síntomas principales se agrupan en dos categorías: positivos que son los síntomas que se encuentran en la gente con esquizofrenia, pero no en la población general (alucinaciones, delirios, trastornos del habla) y negativos que están reducidos a las personas con esquizofrenia (perdida o disminución de funciones normales).

La esquizofrenia se puede desarrollar por varios factores de riesgo que se dividen en dos tipos, los factores no genéticos o ambientales y los genéticos. Los factores de riesgo no genéticos son la causa del desarrollo de la psicosis que puede encontrarse en las personas a través de los factores genéticos. Nuestra intención es evitar o reducir su evolución. (American Psychiatric Association, 2014).

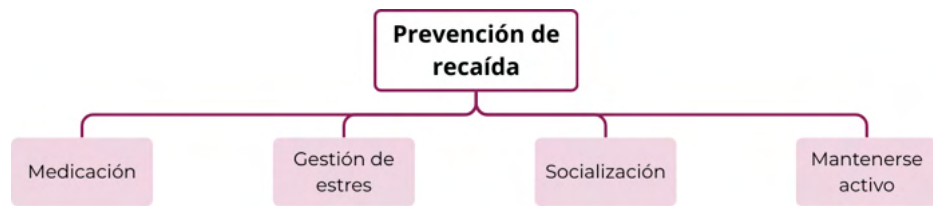


Las principales recomendaciones para la prevención de recaídas se basan en estrategias psicoeducativas y de autocuidado, como pueden ser tomar la medicación indicada de manera regular, aprender a gestionar situaciones

Figura 4.1. Esquema explicativo de la psicosis. Fuente: Elaboración propia

de estrés, socializar y mantenerse activo. A través del diseño de los espacios exteriores podemos ayudar con las tres últimas recomendaciones y así facilitar el bienestar de las personas con psicosis (SOM Salud Mental 360, 2025).

Figura 4.2. Esquema explicativo de la prevención de recaída psicosis. Fuente: Elaboración propia



4.2. Situación de las personas con psicosis en la actualidad

La psicosis afecta al 1,2% de la población lo que supone más de 500.000 personas en España, según datos del Ministerio de Sanidad (2020). Estas personas siguen enfrentándose a diario a barreras sociales y espaciales que dificultan su inclusión. Aun siendo una sociedad que se concientia tanto con la salud mental y en la que ha habido múltiples avances médicos que han favorecido muy positivamente la desinstitucionalización y la vida comunitaria, el estigma asociado con la psicosis sigue prevalente y es una de las causas del aislamiento social y la discriminación de este grupo. Hay una creencia en la que se suele creer que la gente con psicosis es peligrosa, pero en realidad son más propensos a ser víctimas de la violencia que sus perpetradores (Rossa-Roccor et al., 2020; Ministerio de Sanidad, 2020).



Figura 4.3. Representación gráfica de las alucinaciones como síntoma del espectro de la psicosis. Fuente: Psicología y mente

Además, estos estigmas crean una barrera para las personas que aún no han sido diagnosticadas, a pesar de estar experimentando síntomas psicóticos, lo que atrasa la búsqueda de la ayuda necesaria (Rossa-Roccor et al., 2020). La intervención temprana es una de las pautas más importantes para la mejora del pronóstico y la recuperación, pero el miedo al rechazo social y la discriminación dificulta el acceso a los servicios de salud mental (Organización Mundial de la Salud, 2013).

Aún persisten las desigualdades en el acceso a los servicios de salud mental, derivadas de diferencias territoriales y limitaciones de recursos especializados, lo que dificulta la asistencia continua que estos usuarios necesitan y refuerza los procesos de exclusión social (Ministerio de Sanidad, 2020; OMS, 2013).

5. La noción del tercer espacio

5.1. Origen y aplicación en contextos de bienestar

El concepto de tercer espacio (o tercer lugar) tiene su origen en la sociología de finales del siglo XX. La idea fue introducida por el sociólogo estadounidense Ray Oldenburg en su libro *The Great Good Place*, publicado en 1989, donde define los terceros espacios como **aquellos lugares sociales que se sitúan fuera de los ámbitos habituales de la vida cotidiana**: el primer lugar corresponde al hogar y el segundo al lugar de trabajo. Según Ray Oldenburg, son “entornos sociales que no son ni el hogar ni el trabajo, pero que sirven como anclas de la vida comunitaria” porque facilitan la interacción informal y espontánea entre las personas (Oldenburg, 1989).

En el ámbito urbano, los terceros espacios se materializan tanto en espacios interiores, como peluquerías, restaurantes o cafés, como en espacios exteriores que pueden ser parques, plazas o jardines. Tradicionalmente, ambos tipos han desempeñado un papel esencial como puntos de encuentro social, contribuyendo a la cohesión y al fortalecimiento de las relaciones comunitarias.

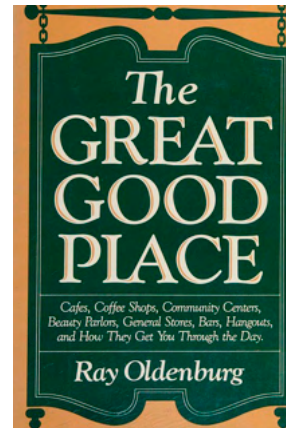


Figura 5.1. The Great Good Place de Ray Oldenburg.

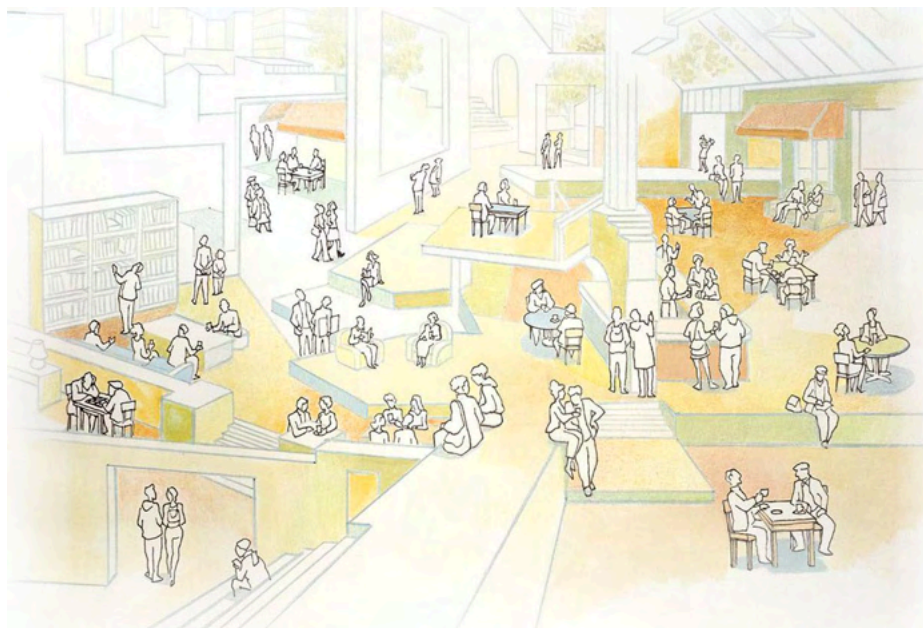


Figura 5.2. Representación ilustrada del tercer espacio. Fuente: Plume, UNESCO courtier.

En el marco de esta investigación, el interés se centra en los terceros espacios exteriores, entendidos como aquellos ámbitos abiertos que permiten la socialización, la permanencia y la interacción sin necesidad de una participación formal. Estos espacios exteriores presentan características singulares como el contacto con el entorno natural, la flexibilidad de uso o la accesibilidad que los convierten en elementos especialmente relevantes para el bienestar psicológico y emocional de las personas.



Figura 5.3. Espacio público exterior Pier 55, Nueva York, concebido como tercer espacio de encuentro ciudadano.
Fuente: Heatherwick Studio.

En contextos de salud mental, y particularmente en relación con personas con psicosis, los terceros espacios exteriores pueden llegar a adquirir una importancia significativa. Frente a los entornos interiores, que suelen estar más regulados y programados, los espacios exteriores ofrecen oportunidades para una interacción ligera, menos estructurada y potencialmente menos demandante, lo que puede favorecer la sensación de comodidad y seguridad. Aun así, los espacios interiores siguen siendo fundamentales como lugares de encuentro protegidos y de interacción cotidiana, funcionando de manera similar a los exteriores dentro de la red de terceros espacios (Stokols & Altman, 1987).

De esta manera, los terceros espacios exteriores se consolidan como un elemento clave para comprender la relación entre espacio comportamiento y bienestar. Su carácter abierto, accesible y menos formal permite distintos niveles de participación, desde la simple presencia u observación hasta la interacción social, respetando los ritmos individuales de cada persona y favoreciendo los procesos de inclusión social, autonomía y mejora de la calidad de vida. Integrar estos espacios en zonas urbanas supone reconocer al entorno como un agente activo en el apoyo a la salud mental.

6. Arquitectura y diseño urbano para la salud mental

6.1. Evolución histórica del diseño para la salud mental

La psicosis se lleva estudiando desde hace siglos, pero su clasificación no fue tan clara hasta finales del siglo XIX. El término psicosis (Psychose) fue introducido por Ernst von Feuchtersleben, un médico y filósofo austriaco, que en 1845 lo definió como “enfermedad del alma”. Previamente los trastornos mentales graves recibían otros nombres que reflejaban más las ideas morales o filosóficas de la época que una comprensión médica, se conocían como locura, alienación mental o se incluían en la categoría de demencia.

Posteriormente Emil Kraepelin consiguió clasificar la psicosis en dos grandes grupos: Psicosis manícodepresiva, hoy en día conocida como trastorno bipolar y demencia precoz que más adelante sería redefinida por Eugen Bleuler como esquizofrenia. Desde su identificación se han producido grandes progresos, principalmente gracias a la introducción del primer tratamiento antipsicótico, la clorpromazina. Este descubrimiento supuso un cambio profundo en el modelo de atención, permitiendo el paso de un tratamiento basado en el internamiento en manicomios a una atención centrada en entornos comunitarios (Freudenreich et al., 2017).

La evolución de la arquitectura para la salud mental muestra un tránsito desde espacios cerrados y de control hacia entornos abiertos, participativos y orientados al bienestar. Esta transformación no sólo responde a cambios en la concepción médica y social de las enfermedades mentales, sino también a una nueva comprensión del papel del entorno físico, y especialmente del espacio exterior, en los procesos de salud y recuperación. El paisaje, la luz, el aire y la conexión con la naturaleza han pasado de ser elementos que no se consideraban a ser componentes terapéuticos fundamentales dentro de la arquitectura de la salud mental.

El modelo aislado: Control y aislamiento

La psicosis era conocida como «locura», se consideraba peligrosa y una amenaza para el orden social, por lo que los pacientes eran reclusos en asilos y manicomios alejados de las ciudades con el propósito de aislar y controlar. Su diseño correspondía a una lógica de reclusión y vigilancia en la que los espacios exteriores, tenían un claro diseño centrado en la continua vigilancia. Su diseño era característico por su escala monumental, estructura cerrada y jerarquía espacial que reflejaba una organización disciplinaria. (Maguire et al., 2025).

El asilo moderno, un modelo institucional basado en el aislamiento, nació a finales del siglo XVIII y principios del XIX combinando un conjunto de conocimientos, métodos de tratamiento y un modelo institucional. Este modelo creía que la “locura” era curable y los manicomios eran concebidos como máquinas de sanación que utilizaba como única medida el aislamiento. Las tasas

de recuperación eran bajas, mientras que los escándalos recurrentes relacionados con confinamientos arbitrarios e internamientos abusivos alimentaron las críticas a la institución y a sus médicos. (Maguire et al., 2025).

Entre estos hospitales psiquiátricos podemos encontrar Hanwell Asylum, que abrió en junio de 1831 y tras varias reformas se convirtió en un edificio monumental que llegó a tener hasta 1891 pacientes donde se utilizaba el trabajo como terapia en la que los pacientes eran explotados para el beneficio del asilo. (History of Hanwell Asylum, s. f.)

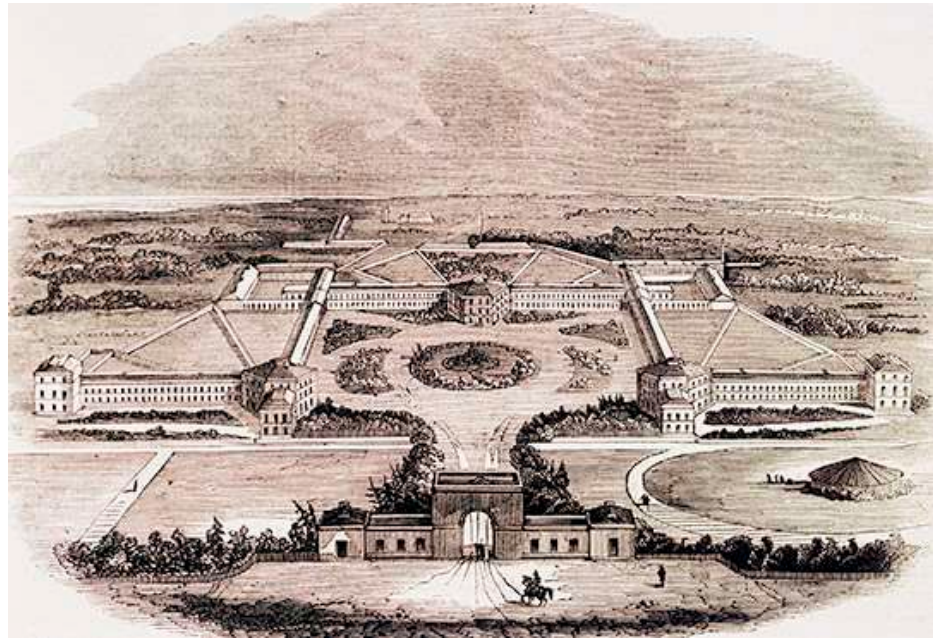


Figura 6.1. Vista aérea del Hanwell Asylum en 1843. Fuente: English Heritage.

Este hospital tenía un diseño panóptico (modelo de observación) para facilitar la vigilancia constante de los pacientes, contaba con tres torres ortogonales de vigilancia y una distribución en forma de doble E con alas largas que se conectaban. Este enfoque arquitectónico buscaba la disciplina mediante la vigilancia. (History of Hanwell Asylum, s. f.).

La desinstitucionalización y la apertura del espacio

A principios del siglo XX se continuó con modelos de hospitales psiquiátricos aún más grandes que los anteriores diseñados para albergar a miles de pacientes. A mediados del siglo XX con el descubrimiento de la clorpromazina como tratamiento se empezaron a hacer reformas y se crearon mejores modelos de atención centrados en la desinstitucionalización. Los movimientos de antipsiquiatría y derechos humanos transformaron la mirada hacia la situación de la salud mental cuestionando la efectividad de los hospitales psiquiátricos. Desde este momento el diseño de las instituciones que estudiaban la salud mental comenzaron a abrir sus muros. (Mazana et al., 2002; Foot, 2014).

Los hospitales psiquiátricos se volvieron instituciones más pequeñas, integradas en la trama urbana donde los jardines, patios y huertos adquirieron un papel terapéutico. Esto no solo permitía la estancia en espacios abiertos, sino que también favorecía la autonomía y la interacción social. La apertura del espacio exterior simbolizó el paso del control al acompañamiento (Foot, 2014).

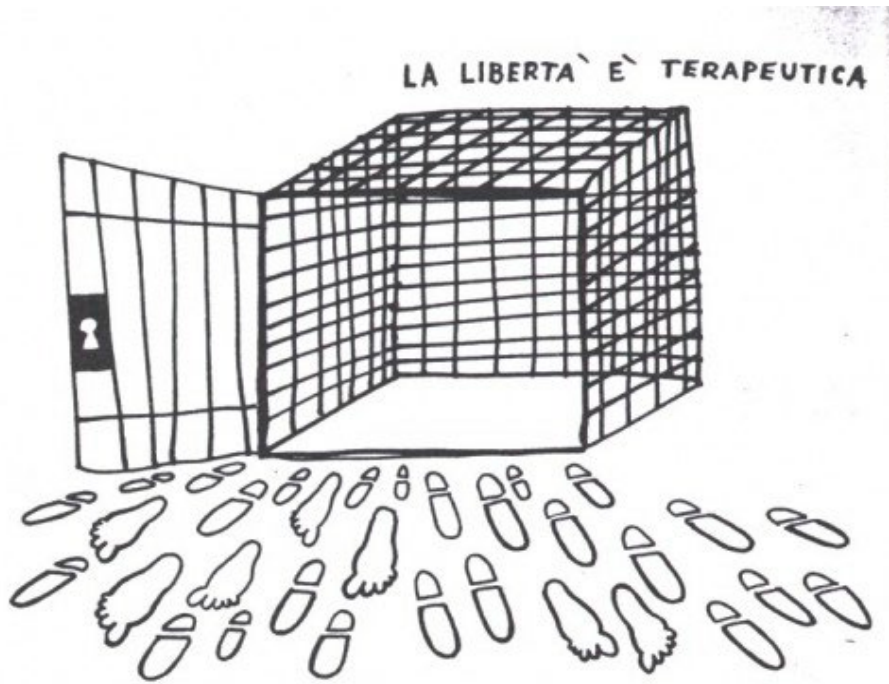


Figura 6.2. Ilustración del movimiento de reforma psiquiátrica italiana con el lema «La libertà è terapeutica». Fuente: Movimiento de Psiquiatría Democrática italiana 1970

Un claro ejemplo de este pensamiento es el movimiento italiano que ocurrió gracias a la Ley Basaglia en 1978, que encontró su máxima expresión práctica en el Trieste Mental Health Centre. La idea se basaba en un movimiento de desinstitucionalización radical, la destrucción del manicomio, sustituyéndola por una red de atención comunitaria, que integró patios, zonas verdes y espacios compartidos entre pacientes y comunidad, los pacientes podían circular libremente y el centro se encontraba en el tejido urbano y no fuera de la ciudad (Ley 180/1978; Foot, 2014).

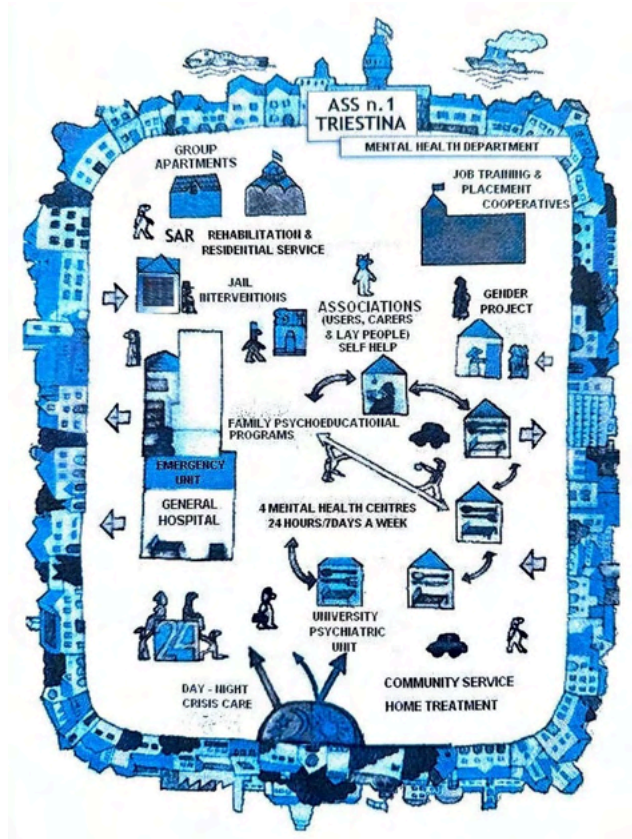


Figura 6.3. Esquema del modelo de atención comunitaria en salud mental de Trieste. Fuente: Heart Forward.

Entornos abiertos e integradores

Hoy en día la arquitectura y el diseño de espacios se apoyan en las evidencias de la neuroarquitectura y la psicología ambiental. Los proyectos buscan entornos restauradores donde diferentes ideas de diseño consciente se combinan para crear experiencias de calma y pertenencia, el objetivo es no aislar al paciente sino reconectarlo con su entorno (Mejía Flores & Merma Soria, 2025). La arquitectura se plantea como mediadora entre salud, comunidad y naturaleza, donde los límites entre institución y ciudad se difuminan. Los espacios exteriores se convierten espacios de encuentro donde la interacción social y experiencia sensorial contribuyen al bienestar mental (Stokols & Altman, 1987).

El *Psychiatric Hospital Slagelse*, en Dinamarca, es un buen ejemplo de cómo la incorporación de estos principios puede crear mejoras en la salud mental. El centro se organiza con varios volúmenes que se articulan mediante patios y espacios exteriores, permitiendo que las áreas comunes y las unidades tengan relación directa con el exterior. Esta disposición reduce la sensación de institucionalización y refuerza la conexión entre el paciente y su entorno inmediato (Psychiatric Hospital Slagelse, s. f.). Este ejemplo no llega a usar los espacios exteriores como herramienta terapéutica pero hace una aproximación conectando el centro directamente con espacios exteriores.



Figura 6.4. Espacio exterior entre pabellones del Hospital Psiquiátrico de Slagelse (Dinamarca). Fuente: Vilhelm Lauritzen Architects.

Otro ejemplo de centro de salud mental con entornos abiertos e integradores es el *Tampere Psychiatric Clinic*, es un centro contemporáneo de arquitectura para la salud mental donde el bienestar, la luz natural y la relación con la naturaleza se convierten en herramientas terapéuticas. El edificio se sitúa en el límite entre el complejo sanitario y un denso bosque, de modo que la vegetación se convierte en parte esencial de la experiencia del paciente. (Tampere Psychiatric Clinic, s. f.).

El proyecto sigue los principios de la *healing architecture*: la idea de que el entorno físico puede apoyar la recuperación emocional, mejorar la autonomía del paciente y reducir la sensación de institucionalización (Ghazaly et al., 2022).



Figura 6.5. Patio terapéutico del *Tampere Psychiatric Clinic* (Finlandia). Fuente: C.F. Møller Architects

El centro cuida la transición entre espacios de privacidad, zonas comunes y áreas exteriores, permitiendo distintos grados de interacción social según el estado y las necesidades de cada usuario. De la misma manera, la organización clara y funcional facilita el trabajo del personal, disminuyendo desplazamientos y mejorando la supervisión sin comprometer la intimidad de los pacientes.

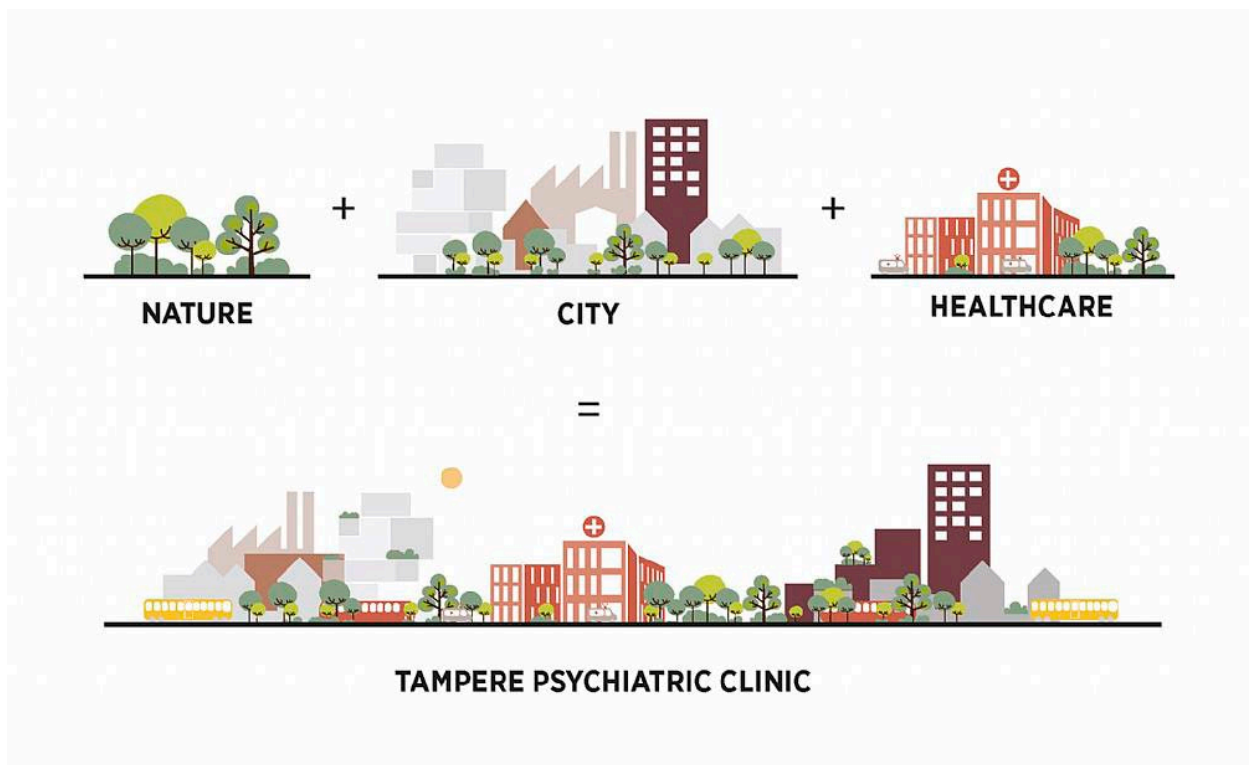


Figura 6.6. Diagrama conceptual del *Tampere Psychiatric Clinic* que integra naturaleza, ciudad y atención sanitaria. Fuente: C.F. Møller Architects

6.2. Psicología ambiental

El campo de la psicología ambiental surgió en la década de los 60, es el **estudio del comportamiento y el bienestar de los humanos en relación con su entorno** (Stokols & Altman, 1987). La psicología ambiental reúne algunos temas tradicionales de la psicología, como son la percepción, la personalidad o el desarrollo, con otros de distintas disciplinas de la proyección y la investigación, como la arquitectura, el urbanismo, la ecología, la sociología o la antropología (Mercado et al., 1987).

En el marco de la psicología ambiental, las relaciones entre el entorno y el comportamiento humano (Environment–Behavior Relations, EBR) permiten comprender cómo las características físicas y sensoriales de un espacio influyen en la interacción social y en la experiencia subjetiva de los usuarios. Como señalan Stokols y Altman (1987), estas relaciones configuran procesos bidireccionales en los que el espacio y las personas se influyen mutuamente, aspecto clave para el diseño de entornos que favorezcan el bienestar mental. Existen múltiples aproximaciones teóricas que definen la psicología ambiental desde diferentes perspectivas, pero todas coinciden en que el ambiente y la conducta están conectados y no pueden analizarse de forma independiente (Stokols & Altman, 1987).

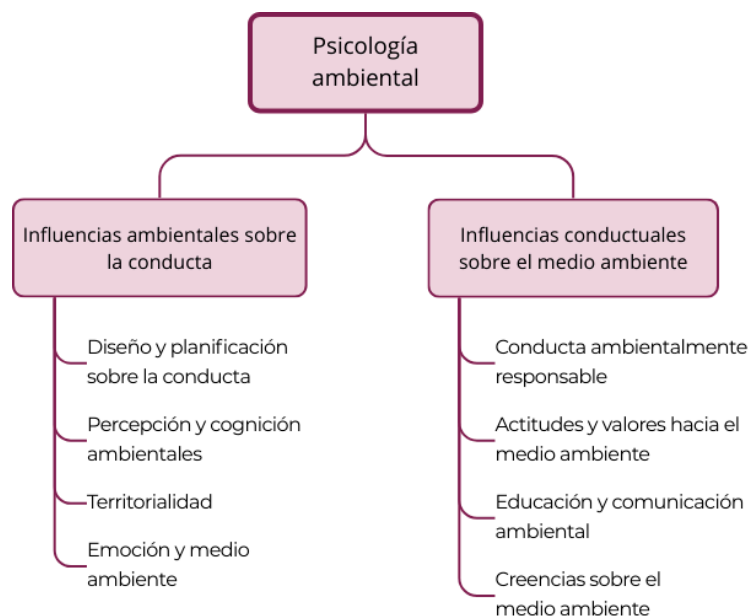


Figura 6.7. Esquema conceptual de la psicología ambiental.
Fuente: Elaboración propia

Desde esta perspectiva, en la psicología ambiental el entorno se entiende como un elemento necesario y activo en la experiencia psicológica de las personas, por lo que, si hablamos de personas con psicosis, a las cuales su percepción del espacio, el ambiente y la relación social pueden verse alteradas, el ambiente tiene que estar siempre controlado y funcionar como un elemento regulador. Desde la perspectiva de los espacios exteriores las variables son más difíciles de controlar, pero se pueden crear oasis específicos para ellos en zonas que suelen habitar (Stokols & Altman, 1987).

En el campo de los estudios de la relación entre el entorno y el comportamiento humano, Amos Rapoport (2003) en su libro *cultura, arquitectura y diseño*, plantea tres cuestiones básicas que permiten comprender la interacción entre las personas y el entorno:

- 1) ¿Cuáles son las características biosociales, psicológicas y culturales de los seres humanos (en su calidad de representantes de una especie, como individuos y como integrantes de diferentes grupos) que ejercen influencia (y en el caso del diseño, deben ejercerla) sobre el entorno construido y cuáles son los aspectos del entorno construido que se ven influenciados?
- 2) ¿Qué aspectos de los entornos producen efectos sobre determinados grupos de personas, bajo qué circunstancias (en qué contexto y cuándo), cómo y por qué? ¿Cuáles son estos efectos y entornos?
- 3) Dada la naturaleza bidireccional de la interacción entre el hombre y el entorno, deben existir mecanismos que los vinculen. ¿Cuáles son estos mecanismos?



Figura 6.8. Cultura, arquitectura y diseño, Amos Rapoport

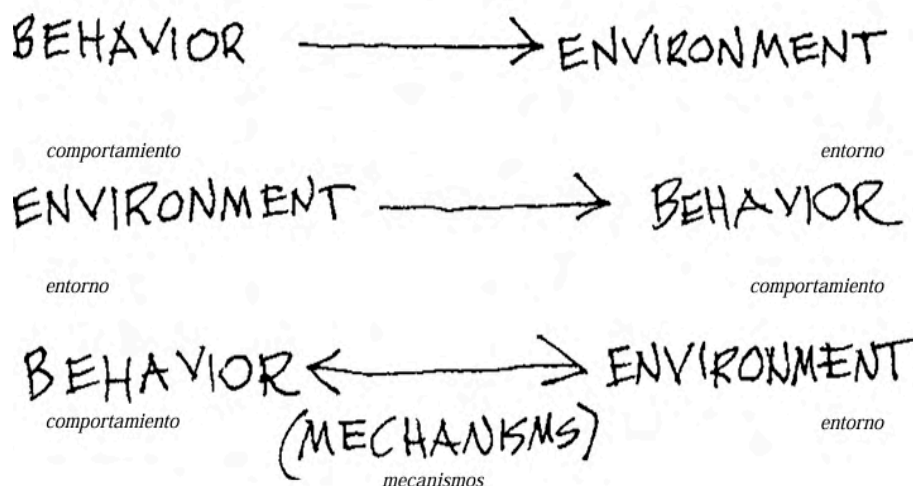


Figura 6.9. Esquema de la relación bidireccional entre comportamiento y entorno, mediada por mecanismos de interacción. Fuente: Cultura, arquitectura y diseño, Amos Rapoport.

Según estas cuestiones entendemos que la relación entre las personas y el entorno se convierte en un mecanismo bidireccional en el que el comportamiento individual influye en el espacio que se habita, y a su vez, las transformaciones de ese entorno pueden repercutir en el comportamiento de un mayor número de personas (Rapoport, 2003).

En el marco de este estudio resulta fundamental tener en cuenta el comportamiento de las personas con psicosis en diferentes tipos de entornos y qué entornos son los más favorables para ellos. Por este motivo el análisis detallado de las variables que configuran los espacios exteriores es imprescindible, ya que influyen directamente en la percepción, el uso y la interacción con el entorno. Del mismo modo es necesario analizar las zonas de actuación, entendidas como los espacios exteriores de los centros de salud mental, para favorecer comportamientos positivos y terapéuticos.

6.3. Neuroarquitectura y diseño social.

La neuroarquitectura surge con los avances en la neurociencia y las ciencias cognitivas al comienzo del siglo XXI, su base surge del encuentro entre la arquitectura, la psicología y la neurociencia. Su objetivo principal es **estudiar como las variables del entorno construido** (como la materialidad u la organización) **afectan a nivel cognitivo y físico**, y cómo estas respuestas pueden ayudar a construir poniendo en el centro del diseño a los usuarios y no solo como habitantes de espacios funcionales y estéticos (Mejía Flores & Merma Soria, 2025).

A diferencia de aproximaciones más intuitivas del diseño, la neuroarquitectura **se apoya en evidencias científicas**, utilizando como herramienta investigaciones de neurociencia y psicología. En este sentido Mejía Flores y Merma Soria (2025) proponen una arquitectura centrada en las personas, en la que el diseño se convierte en una herramienta capaz de favorecer la salud, el confort, la recuperación emocional y la calidad de vida.

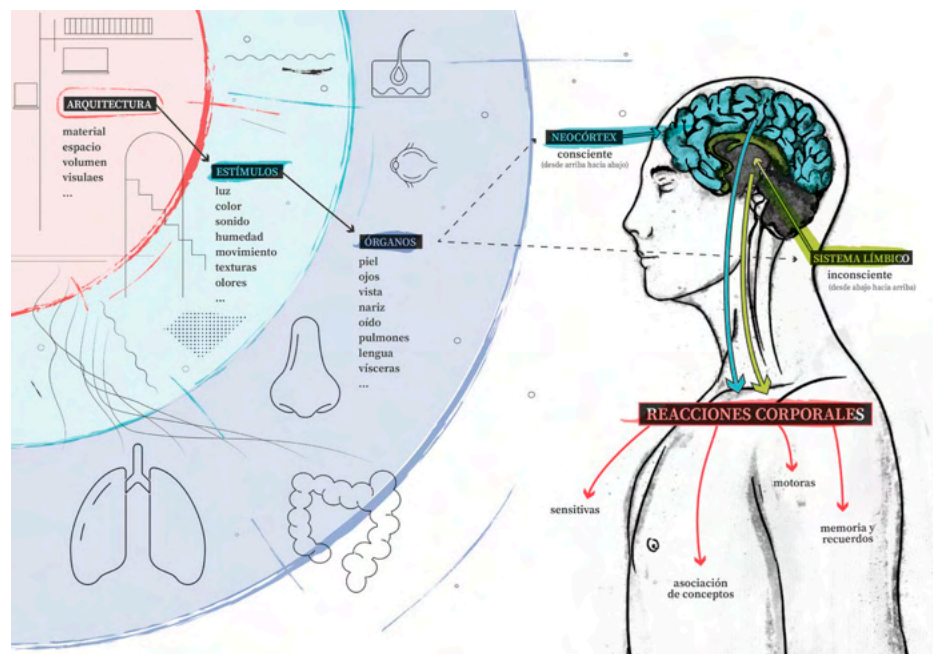


Figura 6.10. Diagrama definición de la Neuroarquitectura por Ana Mombiedro. Fuente: Neuroarquitectura. Aprendiendo a través del espacio.

Este enfoque es necesario para el diseño de estos espacios exteriores ya que el entorno puede actuar como un factor de riesgo o de apoyo dependiendo de si las variables que se encuentran en él están controladas.

La neuroarquitectura y la psicología ambiental aportan una visión del espacio construido como un agente activo en la experiencia humana. En el contexto de la salud mental, esta perspectiva permite orientar el diseño, especialmente de los espacios exteriores, hacia modelos más amables, inclusivos e incluso terapéuticos. Integrar estos enfoques refuerza el papel de la arquitectura de los espacios exteriores como un componente fundamental en los procesos de cuidado y recuperación.

6.4. Criterios de diseño terapéuticos para espacios exteriores

Para poder hacer un diseño amable y terapéutico tenemos que seguir los principios estudiados previamente y enfocar los entornos desde una perspectiva que promueva activamente la curación, el bienestar físico y mental de los usuarios, usándolos como un instrumento eficaz para el apoyo emocional y psicológico de cada persona.

El diseño terapéutico en espacios exteriores para personas con psicosis debe contemplar cómo el entorno físico influye en el bienestar emocional, la percepción y la socialización. Los siguientes subapartados tratan tres ejes clave:

1. Cualidades sensoriales: Iluminación, ruido, temperatura, colores, elementos naturales.
2. Cualidades materiales: Materialidad, mobiliario, espacios naturales.
3. Cualidades funcionales: Flexibilidad, privacidad, accesibilidad.

Estos parámetros son básicos para en diseño, pero tenemos que estudiar se aplican de la misma o de diferente manera teniendo en cuenta el diseño en estos centros de salud dedicados a la psicosis.

1. Cualidades sensoriales

Las cualidades sensoriales de un espacio exterior son las primeras que percibe un usuario que habita un espacio. Estas conforman el ambiente que puede resultar calmado, estimulante o incómodo según como se presente. Tener un control sobre estas cualidades es imprescindible para generar experiencias equilibradas y agradables. Teniendo en cuenta que estas cualidades se perciben de maneras diferentes hay que estudiar como las percibirían personas con psicosis.

Iluminación



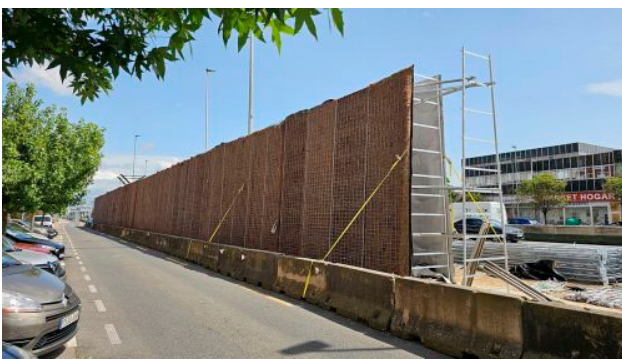
Figura 6.11. Espacio exterior con luz natural directa, campus de la Ciutadella (Universitat Pompeu Fabra). Fuente: F451 Arquitectes, ArchDaily.

Varios estudios han demostrado que la exposición a la luz tiene un papel importante en la salud mental, asociándose la exposición a luz diurna con menor riesgo de trastornos psiquiátricos, mientras que la exposición a artificial por la noche se asocia con mayor riesgo de sufrir psicosis. En ese sentido, el estudio *Day and night light exposure are associated with psychiatric disorders* refuerza la importancia de considerar cuidadosamente la luz natural y artificial en el diseño. El trabajo demuestra que la exposición a la luz diurna se asocia con un menor riesgo de sufrir trastornos psiquiátricos, mientras que la luz artificial nocturna constante aumenta su probabilidad (Burns et al., 2023).

Estos resultados refuerzan la importancia de que los entornos exteriores deben favorecer una abundante entrada de luz natural con zonas que reciban iluminación solar equilibrada a lo largo del día. Para reducir la contaminación lumínica nocturna resulta fundamental aplicar sistemas de iluminación suaves, direccionales y controlados, que minimicen la alteración de los ritmos.

Ruido

Las personas con esquizofrenia presentan una sensibilidad al ruido significativamente mayor que la población general, y esta sensibilidad es incluso mayor si experimentan alucinaciones auditivas (Ghazavi et al., 2023). Este hallazgo sugiere que el control del entorno acústico es especialmente importante en el diseño de estos espacios, ya que estos estímulos pueden provocar malestar, tensión o ansiedad. La configuración de estas áreas debe ser tranquila, con sonidos bajos, vegetación que actúe como barrera acústica y zonas de refugio que permitan reducir la sobrecarga sensorial y favorezcan a la calma. Estos espacios pueden mejorar la orientación y el bienestar emocional ya que facilitan la regulación de la exposición de estos estímulos y promueven experiencias sanas. Se recomienda no superar los 65 dB para una buena calidad de vida, para aplicarlo a estos centros tendríamos que reducirlo y poner un límite menor cerca de los 55 dB.



Figuras 6.12 y 6.13. Barreras sonoras vegetales. Fuente: Europea de trabajos forestales

Temperatura

En estos últimos años, España está experimentando un aumento de temperaturas progresivo, según el informe sobre el estado del clima publicado por el Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico (2025), la temperatura media anual del país fue de 15,1 °C, 1,1 °C por encima de la media del período de referencia 1991-2020, con mayor frecuencia de episodios de calor intenso y veranos más prolongados. Esto refleja los efectos del cambio climático, que está

alterando los patrones climáticos habituales y aumentando la persistencia de temperaturas anormales a lo largo del año.

Las personas que presentan trastornos psicóticos muestran una vulnerabilidad particular a las consecuencias del calor extremo, debido a factores fisiológicos como la termorregulación, al impacto de los tratamientos farmacológicos y a condicionantes conductuales que dificultan una respuesta para adaptarse al aumento de temperaturas. Además, los factores sociales como el aislamiento social, viviendas de mala calidad y falta de redes de apoyo pueden aumentar el riesgo. Por ello, estos espacios exteriores también tienen que servir como refugio climático. Su diseño debe priorizar estrategias de confort térmico como la vegetación, la ventilación, el agua y las zonas de sombra. Estas medidas son fundamentales para permitir a los usuarios autorregular mejor su temperatura corporal y reducir el estrés térmico (Kirby et al., 2025).

Elementos naturales

La exposición a espacios verdes puede actuar como un factor protector frente al desarrollo de la esquizofrenia, y para las personas ya diagnosticadas la exposición a espacios verdes se asocia con mejoras en el bienestar psicológico y la regulación emocional. En la revisión sistemática *Exposure to green spaces and schizophrenia*, Engemann et al., (2018) analizan la relación entre el contacto con entornos naturales y la esquizofrenia, señalando que una mayor exposición a estos espacios se vincula con un menor riesgo de desarrollar episodios psicóticos, además de beneficiar a la salud mental de los pacientes. En estudios experimentales incluidos en esta revisión, se observaron que tras una breve intervención de paseo en zonas verdes los participantes registraron reducciones significativas en ansiedad, depresión, confusión y hostilidad, y un aumento de vitalidad.



Figura 6.14. Parque con infraestructura verde y azul, Madrid Río. Fuente: Madrid Nuevo Norte

De forma complementaria, Ebisch (2020) amplía esta perspectiva al incluir también el papel de los espacios azules, como ríos, lagos o sonidos del agua,

dentro de entornos naturales beneficiosos. En el estudio *The Self and Its Nature: A Psychopathological Perspective on the Risk-Reducing Effects of Environmental Green Space for Psychosis*, se explica que tanto los espacios verdes como los azules producen efectos positivos en el cuerpo y la mente. Según el autor los sonidos y movimientos naturales, como el agua en movimiento, ayudan a las personas a sentirse más conectadas consigo mismas y a su entorno lo que puede reducir el riesgo de síntomas psicóticos y favorecer la calma emocional.

Por ello, es recomendable crear ambientes donde ambos espacios se encuentren con elementos vegetales y elementos de agua como pueden ser fuentes o estanques, que no solo estén por estética sino para beneficiar a los usuarios.

Colores



Figura 6.15. Introducción de colores a través de mobiliario. Bridged Gardens, Turenscape. Fuente: Turenscape

En el estudio *Personality trait correlates of color preference in schizophrenia* (Tao et al., 2015) se examina las preferencias de colores de las personas con trastornos psicóticos comparándolos con un grupo de voluntarios sin ellos. Los resultados mostraron que los voluntarios que no tenían trastornos psicóticos preferían el verde por encima de cualquier color y el marrón el que menos, mientras que las personas que sí que los tenían preferían relativamente colores más oscuros, como el marrón o el negro, que se asocia a rasgos de neuroticismo-ansiedad.

Según estos resultados se debe promover colores brillantes como pueden ser el verde o el blanco en entornos de los pacientes con esquizofrenia y evitar colores más oscuros como el negro o el marrón que se asocian con la depresión y rasgos ansiosos. Esto colores se deberían tener en cuenta en el momento de diseñar mobiliario, muros o recorridos.

2. Cualidades materiales

Las cualidades materiales y formales son aquellas que definen físicamente el espacio. Incluyen los materiales utilizados, las texturas, la vegetación, las superficies, y la manera en la que estos elementos se combinan para dar forma al entorno. La elección de la materialidad, sus formas o como se presentan determina la identidad visual y táctil del espacio.

Materialidad

La selección de materiales en espacios exteriores destinados a personas con psicosis influye directamente en la experiencia sensorial y el bienestar emocional. Estudios recientes sobre la percepción de los materiales demuestran que las superficies con texturas naturales, tacto cálido y acabados lisos, como puede ser la madera, la piedra o superficies vegetales como el césped, generan confort y calma. En cambio, los materiales fríos, duros o industriales, como pueden ser el metal pulido o hormigón liso, pueden provocar estrés y sensaciones de frialdad creando sensación de incomodidad (Zhang et al., 2023).

Desde el ámbito de arquitectura sanitaria Parra y Müller (2021) destacan la importancia de que la materialidad favorezca la calidez y la experiencia corporal positiva. La selección consciente de materiales naturales y agradables al tacto pueden contribuir a la autorregulación emocional y a un entorno más agradable. La evidencia directa sobre la psicosis es limitada, pero introduciendo estos materiales podemos asegurarnos de crear espacios más acogedores que reduzcan el estrés y la ansiedad.

3. Cualidades funcionales

El estudio de estas cualidades se centra en la organización del espacio, teniendo en cuenta que los espacios exteriores presentan límites poco definidos, por lo que resulta necesario dotarlos con una flexibilidad suficiente para poder albergar diferentes usos. La incorporación de zonas más privadas, donde los usuarios puedan sentirse cómodos, o si necesitan un momento de aislamiento de las zonas de actividades, además de que los espacios sean accesibles no solo físicamente, sino también que puedan ser habitados por los usuarios durante largos periodos de tiempo sin que se sientan incómodos.

Si se consigue seguir estas pautas se podrán crear espacios donde los usuarios quieran estar y que estos espacios mejoren o establezcan su salud mental creando espacios de comunidad, socialización y actividades para los usuarios, o, en otras palabras: Terceros espacios exteriores.



Capítulo III

Aplicación en caso de estudio

7. Justificación y selección del caso de estudio

7.1. Criterios de selección

Para que el caso de estudio sea útil para esta investigación tiene que contar con espacios exteriores amplios que normalmente sean habitados por gente con psicosis, y que dichos espacios no cumplan con los parámetros de bienestar estudiados, además de ser parte de la Fundación Manantial. El caso de estudio más apropiado se encuentra en Fuenlabrada, se trata de un centro con múltiples usos dedicados a personas con psicosis y cuenta con un espacio exterior amplio que rodea el centro.

7.2. Caso de estudio

El centro alberga diferentes recursos asistenciales, entre los que se incluyen una residencia, un centro de rehabilitación psicosocial, un centro de rehabilitación laboral, un centro de día y un equipo de apoyo social comunitario, configurando un conjunto complejo y diverso que resulta especialmente adecuado para el análisis propuesto.

La elección de este caso de estudio responde principalmente a la existencia de amplios espacios exteriores que ofrecen un gran potencial para el desarrollo del proyecto. Estos espacios abiertos permiten investigar y aplicar las hipótesis planteadas en la investigación, especialmente aquellas relacionadas con el uso terapéutico del entorno, la interacción con la naturaleza y la creación de ambientes que favorezcan el bienestar de los usuarios. La presencia de estas áreas exteriores convierte al edificio de la Fundación Manantial en un escenario adecuado para estudiar cómo el diseño y la adaptación del entorno pueden influir positivamente en los procesos de rehabilitación y en la calidad de vida de las personas que utilizan sus servicios.



Figura 7.1 y 7.2. Fotografías de las zonas exteriores del centro de la Fundación Manantial, Fuenlabrada. Fuente: Elaboración propia

8. Descripción y análisis de las instalaciones

El caso de estudio se encuentra en el municipio de Fuenlabrada, situado al sur de la Comunidad de Madrid, dentro del área metropolitana madrileña. Fuenlabrada forma parte del eje urbano del sur y se caracteriza por una alta densidad poblacional, una estructura urbana consolidada y una progresiva incorporación de equipamientos sociales y sanitarios destinados a mejorar la calidad de vida de sus habitantes. Su desarrollo urbano ha estado estrechamente ligado a los procesos de crecimiento de Madrid, lo que ha creado una ciudad diversa, con importantes retos sociales y espaciales.

Dentro de este contexto territorial, el estudio se centra en el Centro de la Fundación Manantial que se encuentra en el sector este de Fuenlabrada, un ámbito que combina usos residenciales, dotaciones y espacios libres, generando un entorno urbano heterogéneo.

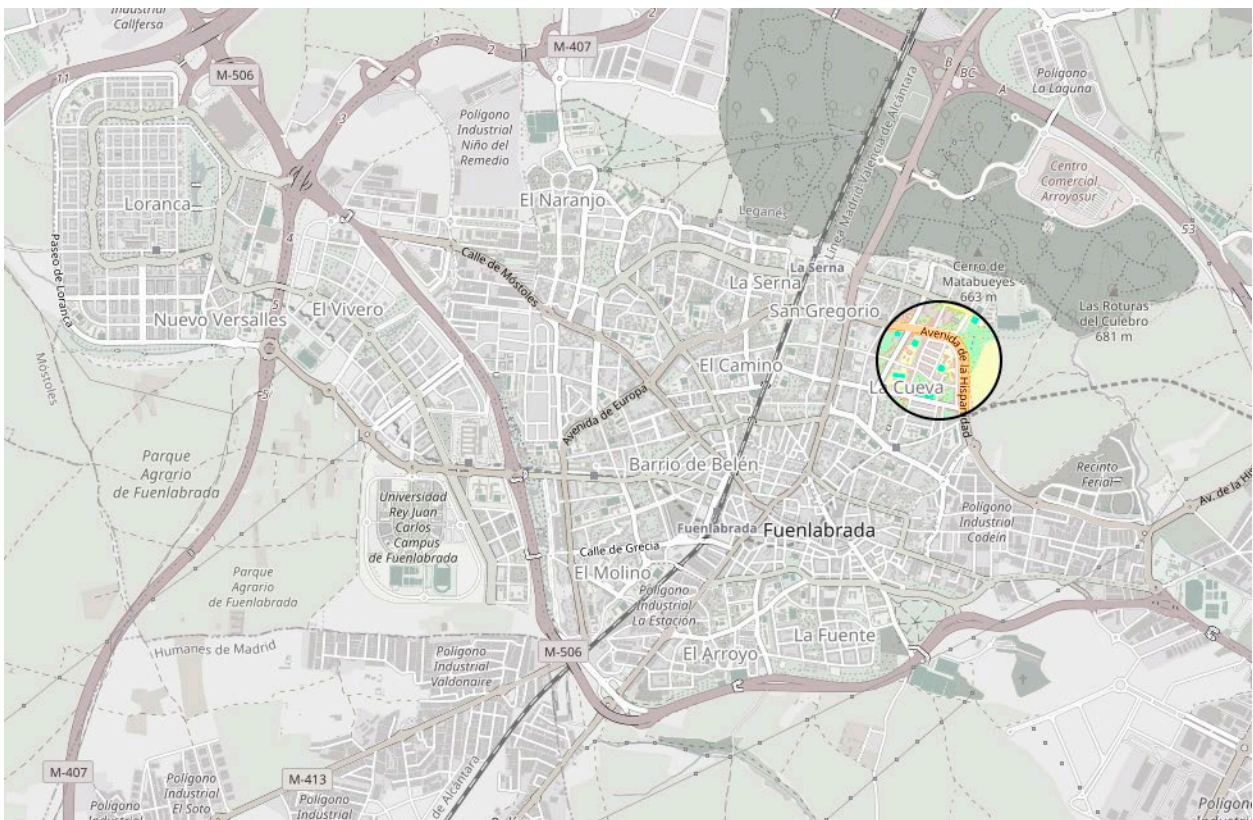


Figura 8.1. Mapa de localización del centro en Fuenlabrada.
Fuente: Elaboración propia

El centro se localiza en la calle Trinidad N.º 6, en el barrio de La Cueva. Está situado en una parcela de grandes dimensiones, con una superficie de alrededor de 9.900 m². Esta parcela cuenta con una significativa superficie de espacio exterior y dos edificaciones diferenciadas. Una de ellas se utiliza como almacén, mientras que la otra acoge las distintas dotaciones y actividades que desarrolla el centro.



Esta parcela pertenecía con anterioridad al IES José Luis López Aranguren, lo que explica la configuración actual de su espacio exterior. Dicha zona fue concebida originalmente como el patio de un centro educativo, pensada para el recreo y las actividades al aire libre propias de un colegio, y no para el uso específico de un centro de salud mental.

Figura 8.2. Mapa de aproximación al centro.
Fuente: Elaboración propia.

Aunque el edificio ha sido reformado para adaptarse a su nueva función, incorporando las modificaciones necesarias en los espacios interiores, el área exterior apenas ha sufrido cambios relevantes. Como resultado, el entorno mantiene una organización y un carácter claramente escolar, que no se corresponde del todo con las necesidades funcionales de un equipamiento sanitario de este tipo.



Figura 8.3. Fotografías de las zonas exteriores del centro de la Fundación Manantial, Fuenlabrada.
Fuente: Elaboración propia

El edificio principal concentra los distintos programas funcionales que conforman el complejo, organizando en su interior una amplia variedad de servicios destinados a la atención integral de las personas usuarias. Entre estos programas se incluyen una residencia, orientada a la atención continuada, un centro de rehabilitación psicosocial, destinado al desarrollo de habilidades personales y sociales, un centro de rehabilitación laboral, enfocado a la formación y la inserción en el ámbito profesional, y un centro de día, que ofrece atención y actividades terapéuticas durante la jornada.

Esta combinación de usos permite que el edificio funcione como un equipamiento completo, capaz de dar respuesta a diferentes necesidades asistenciales dentro de un mismo conjunto arquitectónico, favoreciendo la coordinación entre los distintos servicios.

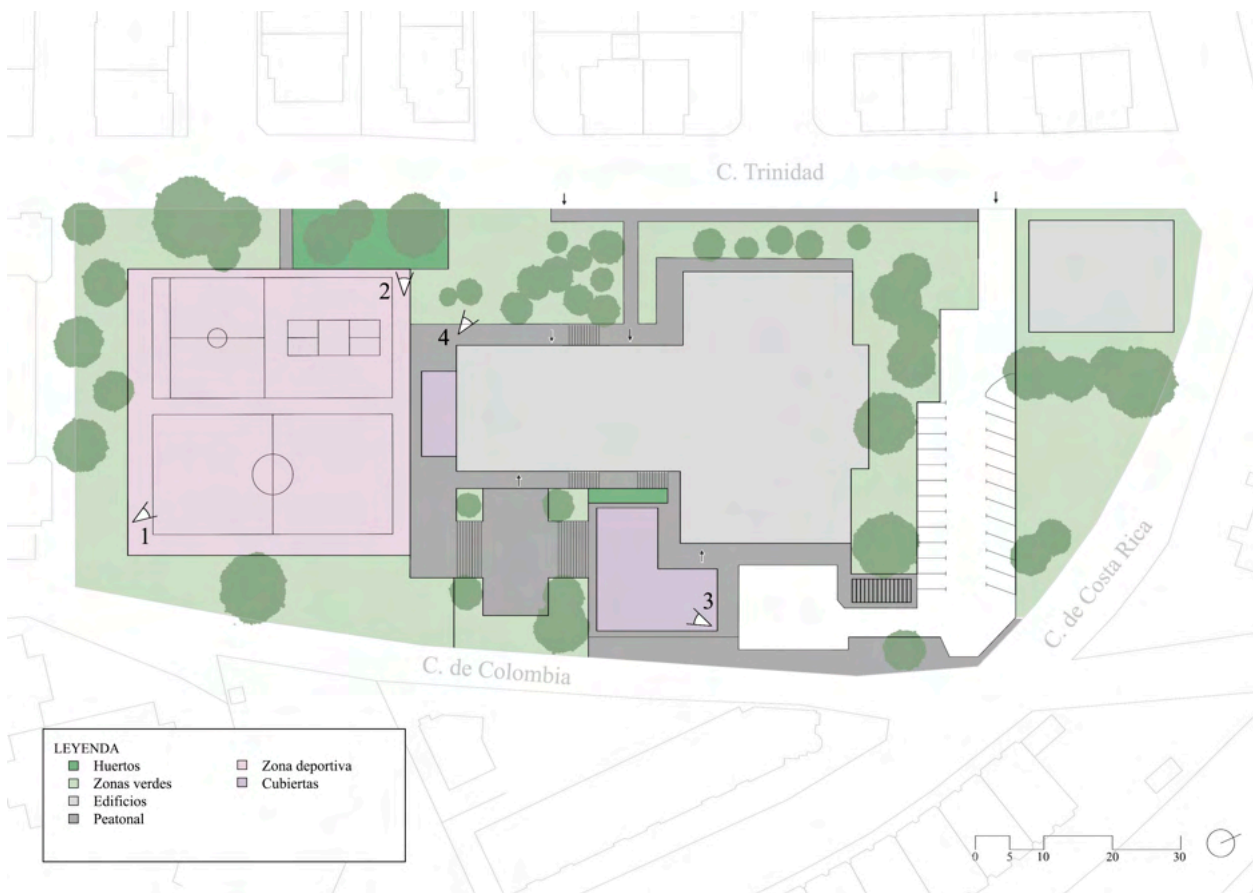


Figura 8.4. Plano del exterior de la Fundación Manantial, Fuenlabrada.
Fuente: Elaboración propia

Los espacios exteriores están distribuidos alrededor del edificio principal, son áreas abiertas con distintos grados de uso y actividad. Entre estos espacios se pueden identificar dos huertos, un área deportiva, zonas cubiertas mediante toldos y pérgolas y áreas de espacio libre y superficies de espacio verdes.

Atendiendo al tipo de actividades que pueden desarrollarse en cada ámbito, el espacio exterior puede clasificarse en zonas de cuerpo, espacios donde se pueden hacer actividades deportivas, zonas de socialización, donde la exigencia activa es más baja y se promueve actividades donde los usuarios pueden reunirse tranquilamente, y zonas de la mente, donde los usuarios pueden relajarse.

Asumimos que las zonas de cuerpo se concentran únicamente en el área deportiva que incluye una pista de fútbol y dos de baloncesto, destinadas a actividades

físicas y dinámicas que implican un mayor nivel de movimiento. Estas áreas ocupan gran parte del espacio exterior.

La zona de socialización corresponde al huerto y las zonas de tránsito. El huerto es un ejemplo de una actividad de carácter participativo que permite su realización sin requerir un esfuerzo físico elevado. Estas zonas son muy reducidas en los espacios exteriores de este centro.

Las zonas de mente están representadas por dos pérgolas, una de madera, situada en el huerto, y otra metálica, situada en la zona inferior. También cuenta con un toldo situado al lado izquierdo del edificio. Estas zonas se conciben como espacios de descanso, estancia y observación.

El resto de las áreas exteriores carecen de un uso definido o funcionan como zonas verdes sin uso, lo que da lugar a una infrautilización significativa de gran parte del espacio exterior, limitando su potencial como recurso terapéutico y de bienestar.



1.



2.

Figura 8.5. Fotografía de la zona de cuerpo exterior del centro de la Fundación Manantial, Fuenlabrada. Fuente: Elaboración propia

Figura 8.6. Fotografía del huerto, zona de socialización, del centro de la Fundación Manantial, Fuenlabrada. Fuente: Elaboración propia



3.



4.

Figura 8.7. Fotografía de la pérgola metálica del centro de la Fundación Manantial, Fuenlabrada. Fuente: Elaboración propia

Figura 8.8. Fotografía de zona verde del centro de la Fundación Manantial, Fuenlabrada. Fuente: Elaboración propia

9. Perfil de trabajadores/as usuarios/as y sus necesidades

9.1. Perfil de los usuarios.

Los pacientes del centro en la Fundación Manantial se conocen como usuarios, este grupo de personas se puede dividir en **residentes y no residentes**.

El perfil de los usuarios residentes corresponde a personas que viven en la residencia del centro y están diagnosticadas con un trastorno mental grave que requieren un alojamiento con supervisión las 24 horas del día, y cuyas edades se sitúan entre los 18 y los 65 años. Cada usuario cuenta con su propia habitación con baño individual.

El perfil de los usuarios no residentes corresponde a personas con problemas de salud mental que no requieren de alojamiento supervisado, pero sí necesitan apoyos psicosociales para favorecer su autonomía y vida independiente y cuyas edades se sitúan entre los 18 y los 65 años

9.2. Perfil de los trabajadores

Los trabajadores del centro se pueden dividir en dos categorías: los que trabajan directamente con los usuarios y los que no tienen contacto directo con los usuarios. Para esta investigación nos interesan los que si tienen contacto con los usuarios. En el centro podemos encontrar 5 puestos de trabajo dentro de este grupo y cada uno cumple con diferentes funciones dentro del centro.

Educadores sociales: Cada usuario cuenta con un educador social de referencia, se encargan de controlar la medicación, ayudar con los objetivos y acompañan a los usuarios en caso de que lo necesiten. Supervisan las habitaciones de los residentes, sus tareas y ayudan con los programas grupales. Trabajan en turnos de mañana, tarde, fines de semana y festivos.

Monitores: Es un educador social, pero trabaja solo por la noche, en este turno se encargan principalmente del control de la medicación.

Terapeutas ocupacionales: Organizan el cuadrante de tareas y limpieza, se encargan de la ocupación de los usuarios, el aseo y las actividades.

Psicóloga: El centro de Fuenlabrada solo cuenta con una, trabaja individualmente con los usuarios y además apoya con los objetivos del centro. Trabaja en turno de mañana y/o tarde dependiendo del día.

Directoras: Coordinan con otros centros, organizan los cuadrantes, se encargan de cumplir el reglamento y dan apoyo al equipo, usuarios y familias. Funcionan con intermediarias.

10. Diagnóstico participativo

Con el objetivo de recopilar información sobre los espacios exteriores, genéricos y los del centro, y analizar como influyen en el bienestar, el uso y la experiencia de los usuarios, se ha llevado a cabo un diagnóstico participativo. Este enfoque permite integrar los puntos de vista del personal que trabaja diariamente con los usuarios y el de los propios usuarios.

Hay un total de tres actividades, una de ellas está dirigida al personal del centro que trabaja directamente con las personas usuarias, que se trata de un cuestionario, mientras que las otras dos actividades se orientan a los usuarios del centro tanto residentes como no residentes, las actividades que se explicarán más adelante son espacios referenciales y mapeo.

10.1. Actividad con el personal y resultados

En esta primera actividad del diagnóstico participativo se le entrega al personal un cuestionario individual para rellenar. Este cuestionario está dividido en cinco apartados diferentes, cada uno centrado en distintos aspectos de los terceros espacios.

Descripción de la actividad

Las preguntas se responden mediante una escala de valoración del 1 al 5, donde 1 corresponde a “muy en desacuerdo” y 5 a “muy de acuerdo”. Este sistema permite recopilar la información de manera numérica para obtener resultados comparables y poder facilitar su análisis.

El primer apartado pregunta sobre los espacios exteriores y el bienestar, como los espacios exteriores en general, no necesariamente del centro, influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios. A través de las preguntas planteadas se consigue información clara sobre si realmente los espacios exteriores tienen efecto de alguna manera en el bienestar.

El segundo apartado pregunta sobre los espacios exteriores del centro, valoración de la calidad, tamaño y funcionalidad del espacio exterior disponible. A través de las preguntas planteadas se consigue información descriptiva de las instalaciones del centro sobre la adecuación, distribución y utilización

El tercer apartado pregunta sobre el confort, sensorialidad y entorno, como se percibe la calidad sensorial y física del exterior. Con estas preguntas se pretende conseguir información de las posibles variables que se pueden encontrar en espacios exteriores que no están controlados, y como estas variables deberían ser para crear espacios adecuados para los usuarios. Además cuenta con un apartado para rellenar con variables que no se han tenido en cuenta en las preguntas planteadas.

El cuarto apartado pregunta sobre la función terapéutica de los espacios exteriores, la capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar

procesos de recuperación. Estas cuestiones plantean la posibilidad de que los espacios exteriores del centro sean terapéuticos y preguntan sobre la capacidad de realizar diferentes actividades, si fomentan la autonomía de los usuarios y si facilitan la interacciones sociales positivas.

En el último apartado, el quinto, se pregunta sobre la relación entre el interior y el exterior del centro, conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas. Con las preguntas planteadas se pretende entender desde un punto de vista de alguien que ha pasado tiempo en el centro, si las transiciones entre interior y exterior son adecuadas, de cómo se perciben los espacios exteriores del centro desde el interior y si estos espacios funcionan de manera coherente.

Todos estos apartados cuentan con un espacio para anotaciones extras en el caso de que el personal quiera expresar algún dato específico no recogido en las preguntas planteadas.

A modo de ejemplo, a continuación se presenta uno de los cuestionarios rellenos por el personal del centro (D1). El resto de los cuestionarios completados se encuentran en el anexo (Apartado 15, dentro del capítulo VI), donde pueden consultarse en detalle junto con los comentarios añadidos por el personal.

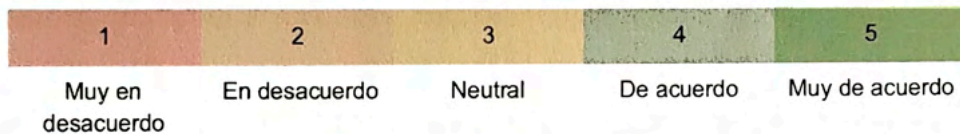
CUESTIONARIOS INDIVIDUALES PARA EL PERSONAL

Nombre y apellidos: ANA REVUELTA

Cargo o función en el centro: DIRECTORA

Este cuestionario forma parte de un proyecto de fin de grado cuyo objetivo es analizar cómo los espacios exteriores pueden convertirse en zonas terapéuticas mediante un diseño adecuado. El trabajo, titulado "La salud mental a través de los terceros espacios exteriores", estudia de qué manera los entornos al aire libre pueden funcionar como *terceros espacios*: lugares donde se desarrollan actividades que fomentan la socialización, el bienestar y la interacción comunitaria.

Los objetivos de esta encuesta son determinar como estos espacios afectan a los usuario y como podrían beneficiarse de espacios diseñados específicamente para ellos. Las respuestas de este cuestionario son del 1-5 de la siguiente manera:



Al final de cada cuestionario hay un apartado para añadir mas información como pueden ser respuesta explicadas o recomendaciones.

1. ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR

Cómo los espacios exteriores generales (no necesariamente del centro) influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios.

1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

HAY UN GRUPO DE USUARIOS QUE UTILIZAN MUCHO LOS ESPACIOS EXTERIORES, PERO ES UN GRUPO MINORITARIO. LA MAYORÍA PREFERE EL INTERIOR.

2.ESPACIOS EXTERIORES EN EL CENTRO

Valoración de la calidad, tamaño y funcionalidad del espacio exterior disponible.

1. Considero que los espacios exteriores actuales son adecuados para las necesidades del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en distribución y variedad de usos.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en tamaño.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. El mobiliario exterior (bancos, sombra, mesas, zonas de descanso...) es adecuado para las actividades del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. La accesibilidad del espacio exterior es correcta para todos los perfiles de usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

6. Percibo que los usuarios utilizan los espacios exteriores con interés cuando están disponibles.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

LAS DIFERENTES ALTURAS DIFICULTAN LA
MOVILIDAD. HAY POCAS ZONAS TECHADAS, SIENDO LA
MAYORÍA ABIERTA, LO QUE LIMITA EL USO EN
ALGUNAS TEMPORADAS. HAY MUCHÍSIMO ESPACIO
DEPORTIVO Y UN USO MINORITARIO DEL DEPORTE
COMO ACTIVIDAD PARA EL TIEMPO LIBRE.

3.CONFORT, SENSORIALIDAD Y ENTORNO

Cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior

1. El nivel de iluminación natural es adecuado.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

6. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobre estimulante para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

7. La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

8. Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

9. Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

10. Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frío y calor)

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

11. Si estás en desacuerdo, ¿en qué momentos del día o del año observas mayor incomodidad térmica en los pacientes?

MUCHO CALOR EN VERANO POR EL MATERIAL UTILIZADO PARA EL TECHADO Y/O LA AUSENCIA DE TECHO-SOMBRA EN MUCHAS ZONAS.

13. Otros estímulos que podrían ser positivo y negativos de forma significativa:

MÁS VEGETACIÓN. ALGO DE AGUA (FUENTE) → POSITIVOS.

4.FUNCIÓN TERAPÉUTICA

Capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación

1. Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

A VECES TAMBIÉN PUEDEN SER ESPACIOS DE CONFLICTO POR QUE SE PRODUCEN INTERACCIONES SIN PROFESIONALES, PERO NO ES LO HABITUAL. LOS PROFESIONALES "HABITADOS" MUY POCO LOS ESPACIOS EXTERIORES.

5.RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR

Conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas

1. La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

Recibí un total de 13 cuestionarios completados, entre el personal que los respondió podemos encontrar 9 educadores sociales, 1 terapeuta ocupacional, 1 monitora y 2 directoras.

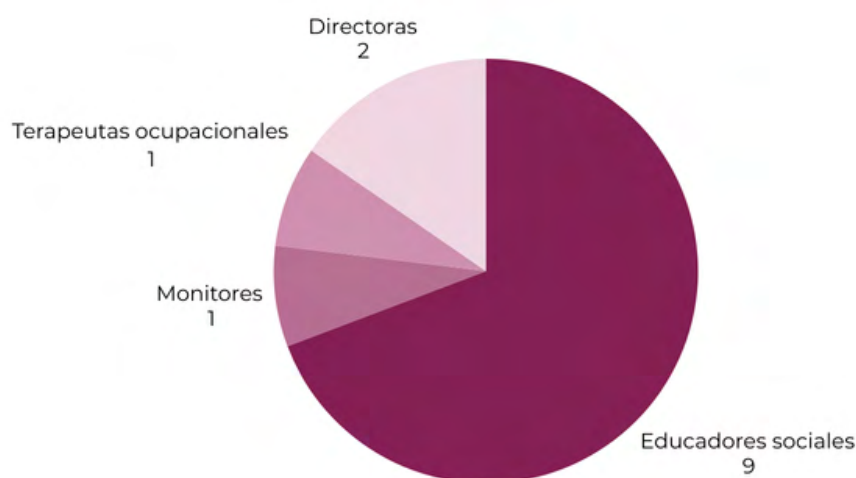


Figura 10.1. Gráfico de personal que participo en los cuestionarios. Fuente: Elaboración propia

Para observar mejor los resultados he creado una tabla con las repuestas de todo el personal, y se ha organizado cada tabla indicando las repuestas de educadores sociales (ES), terapeutas ocupacionales (TO), monitores (M) y directoras (D).

Espacios exteriores y bienestar

ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR	ES 1	ES 2	ES 3	ES 4	ES 5	ES 6	ES 7	ES 8	ES 9	TO 1	M 1	D 1	D 2
1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5
2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4
3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5
4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.	5	4	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5
5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.	4	4	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	4
6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.	3	4	5	5	4	5	3	5	5	4	4	4	4
7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.	4	4	4	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5

En este primer apartado se les preguntaba sobre los espacios exteriores, que no fuesen necesariamente del centro, en relación con el bienestar. En general

Figura 10.2. Tabla de repuestas: Espacios exteriores y bienestar. Fuente: Elaboración propia

tuvieron respuesta muy parecidas, están de acuerdo en que los espacios exteriores son muy importantes para el bienestar confirmando nuestra hipótesis.

Entre los comentarios al final del apartado encontramos que piensan que las zonas exteriores pueden ser más utilizadas pero que hay usuarios que por sus dificultades, falta de habilidades o sintomatología no podrían. Otro comentó que para que los espacios sean beneficiosos para los usuarios es necesario que los consideren seguros.

Espacios exteriores en el centro

ESPACIOS EXTERIORES EN EL CENTRO	ES 1	ES2	ES3	ES4	ES5	ES6	ES7	ES8	ES9	TO 1	M 1	D 1	D 2
1.Considero que los espacios exteriores actuales son adecuados para las necesidades del centro.	5	2	1	5	4	4	3	3	4	4	4	3	3
2.Me parece que los espacios exteriores son suficientes en distribución y variedad de usos.	4	3	2	5	2	4	3	3	4	4	3	4	2
3.Me parece que los espacios exteriores son suficientes en tamaño.	4	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	5	4
4.El mobiliario exterior (banco, sombra, mesas, zonas de descanso...) es adecuado para las actividades del centro.	3	2	1	5	2	3	2	3	4	4	3	4	4
5.La accesibilidad del espacio exterior es correcta para todos los perfiles de usuarios.	5	5	3	5	2	3	2	4	4	2	2	2	2
6.Percibo que los usuarios utilizan los espacios exteriores con interés cuando están disponibles.	4	3	2	4	3	3	5	4	2	4	2	3	4

Figura 10.3. Tabla de respuestas: Espacios exteriores en el centro. Fuente: Elaboración propia

En el segundo apartado se les preguntaba sobre los espacios exteriores del centro en general. Las respuestas de este apartado indican que el nivel de satisfacción con los espacios exteriores del centro no es muy alto, el tamaño del espacio exterior es adecuado, pero los usos, accesibilidad y mobiliario no son correctos para este tipo de centro de salud.

Entre los comentarios al final del apartado encontramos que los espacios no están adaptados a personas con movilidad reducida y que varios usuarios no utilizan los espacios exteriores del centro.

Confort, sensorialidad y entorno.

CONFORT, SENSORIALIDAD Y ENTORNO	ES 1	ES2	ES3	ES4	ES5	ES6	ES7	ES8	ES9	TO 1	M 1	D 1	D 2
1.El nivel de iluminación natural es adecuado.	5	4	3	4	5	2	4	4	4	4	3	5	4
2.El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado	2	4	1	2	2	3	2	2	3	3	4	3	2
3.El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios.	3	4	1	2	2	2	1	2	2	4	3	2	1
4.Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios.	4	3	3	4	3	3	1	4	2	4	3	4	4
5.Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada.	2	1	1	4	2	4	3	4	4	3	2	4	3
6.El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobrestimulante para los usuarios.	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	5
7.La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios	4	4	3	2	3	4	3	4	4	4	3	3	4
8.Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios.	2	4	5	2	3	5	4	5	2	3	4	2	4
9.Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios.	4	3	1	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3
10.Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frío y calor)	2	3	4	3	2	2	1	2	3	2	2	3	3

En el tercer apartado se les preguntaba sobre confort, sensorialidad y entorno, cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior. Las respuestas nos indican que hay varios problemas sensoriales en los espacios exteriores, los principales son la falta de sombra, los materiales utilizados y las temperaturas que alcanzan los espacios sobre todo en verano. También coinciden en que la limpieza de estos espacios es mejorable.

Las variables que son adecuadas y por lo tanto no es necesario hacer una intervención son el ruido y los niveles de iluminación natural, lo cual tiene sentido ya que el centro se encuentra en una zona de baja densidad de personas y no tiene cerca ninguna fuente de ruido y además las zonas exteriores no están cubiertas excepto en sitios puntuales.

Además, en este apartado había una pregunta para rellenar sobre otros estímulos positivos o negativos para tener en cuenta y un educador social explicó que a veces hay niños increpando a los usuarios en las proximidades del centro lo que aumenta la sensación de inseguridad para los usuarios. Otros estímulos que el personas escribió para mejorar el bienestar de los usuarios son que tiene que haber más colores en el centro sobre todo en las paredes para volverlo más atractivo, más sombra y más vegetación para que los espacios sean agradables.

Entre los comentarios al final del apartado encontramos muchos mencionando que las temperaturas extremas se notan mucho y que el porche metálico se calienta mucho en verano haciendo que no se pueda estar debajo.

Figura 10.4. Tabla de respuestas: Confort, sensorialidad y entorno. Fuente: Elaboración propia

Función terapéutica

FUNCIÓN TERAPÉUTICA	ES 1	ES2	ES3	ES4	ES5	ES6	ES7	ES8	ES9	TO 1	M 1	D 1	D 2
1.Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.	5	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4
2.El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.	4	4	1	4	4	4	5	4	4	3	3	4	3
3.Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios	4	4	4	4	3	4	5	4	4	3	4	4	4
4.Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	3	4	5
5.Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5	5	5	5

Figura 10.5. Tabla de respuestas: Función terapéutica. Fuente: Elaboración propia

En el cuarto apartado se preguntaba sobre la función terapéutica de los espacios y la capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación. Las respuestas coinciden en que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios y favorecen interacciones sociales positivas pero los espacios del centro no son muy adecuados para poder llegar a utilizarlo como una herramienta terapéutica y no permiten desarrollar actividades terapéuticas de manera adecuada.

Entre los comentarios al final del apartado encontramos que las personas usuarias a veces cambian sus respuestas dependiendo del entorno en el que se encuentren y también que se deberían utilizar más los espacios exteriores si el tiempo los permite ya que son lugares y contextos diferentes que pueden llegar a beneficiar a los usuarios.

Relación interior-exterior

RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR	ES 1	ES2	ES3	ES4	ES5	ES6	ES7	ES8	ES9	TO 1	M 1	D 1	D 2
1.La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.	5	4	1	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4
2.Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva	4	2	1	4	3	3	4	4	3	5	3	4	4
3.Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.	4	4	4	4	3	4	5	4	4	3	4	4	4
4.Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.	5	4	1	4	4	3	4	4	4	4	2	4	3
5.Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	2	4	4

En el quinto apartado se les preguntaba sobre la relación entre el interior y el exterior, y sus conexiones físicas, visuales y funcionales. Este apartado es para estudiar cómo se perciben los espacios exteriores del centro desde el interior y si las conexiones fomentan el uso de dicho espacio. Las respuestas son bastante neutrales, por lo que podemos asumir que las conexiones no son llamativas para el personal y según sus respuestas están de acuerdo con que una mejor integración entre el interior y el exterior mejoraría la experiencia de los usuarios. En este apartado no dejaron comentarios al final.

Figura 10.6. Tabla de respuestas:
Relación interior-exterior.
Fuente: Elaboración propia

10.2. Actividades con los usuarios y resultados

Estas actividades fueron realizadas con los usuarios del centro en dos días diferentes, el primero acudieron 9 usuarios, pero solo 5 de ellos hicieron las actividades hasta el final, y en el segundo día fue con ayuda del personal y acudieron 5 usuarios y los 5 realizaron la actividad completa. La información de los participantes es la siguiente:

PRIMER DÍA	Nº de participantes	Edad	Usuarios
Mujeres	3	51-63	Residentes
Hombres	6	25-48	Residentes
SEGUNDO DÍA			
Mujeres	2	49-50	Residentes
Hombres	3	42-47	Residentes

Figura 10.7. Tabla de participación en las actividades.
Fuente: Elaboración propia

Actividad de espacios referenciales

En esta primera actividad con los usuarios se mostraron 5 paneles con temáticas diferentes, cada uno con 4 fotos, y los usuarios tenían que colocar un post-it verde en la imagen que más les gustase o les hiciese sentir mejor y un post-it naranja en la que menos les gustase. Además, se les pidió que escribieran una frase breve en el propio post-it para explicar por qué esa era la imagen que se había elegido.

La actividad se hizo sin muchos problemas, los usuarios entendieron la dinámica, pero algunos se marcharon en medio de la actividad, por eso el número de post-its no es constante. Aun así la mayoría de los paneles cuentan con suficiente información gracias a los comentarios y a la participación continua de los usuarios que se quedaron toda la actividad. Esta información recopilada nos ayuda a entender donde los usuarios se sienten más cómodos y dónde se sienten más incómodos dependiendo de diferentes variables.



Actividad 1: Post-its
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate

En el primer panel se muestran cuatro imágenes de espacios exteriores que, aunque no corresponden exactamente a los del centro, representan tipologías presentes en sus áreas exteriores.

La imagen en la que los usuarios colocaron un mayor número de post-its verdes fue la número 3, correspondiente a una zona verde arbolada, ya que indicaron que las zonas verdes con árboles y hierba les transmitían una mayor sensación de tranquilidad en comparación con el resto.

La imagen 2 recibió dos post-its verdes que indicaban la elección de la imagen por la naturaleza visible y la posibilidad de ser un punto de reunión y relajación, también recibió un post-it naranja indicando la posibilidad de que el espacio fuese incómodo.

La imagen 4 recibió un post-it verde y dos naranjas porque según los usuarios estaba muy lleno de plantas o no era una actividad atractiva.

Por último, la imagen con más post-its naranjas fue la número 1, en la que aparecen unas pistas deportivas, que en el centro constituyen la zona de mayor ocupación dentro de la parcela, los usuarios comentaron que les parecía un entorno incómodo para estar.

Figura 10.8. Actividad de post-it: Espacios exteriores.
Imagen 1 pista deportiva.
Imagen 2 pergola de madera
Imagen 3 zona verde
Imagen 4 huerto urbano
Fuente: Elaboración propia

TRANQUILIDAD / RUIDO

Actividad 1: Post-
Trabajo de Fin de Gra
Universidad Politécnica de Mad
Laura Cecilia Doni



Figura 10.9. Actividad de post-it: Ruido-Tranquilidad.
Imagen 1 calle vacía
Imagen 2 calle con poca gente
Imagen 3 calle con gente
Imagen 4 calle con mucha gente
Fuente: Elaboración propia

En el segundo panel se presentan cuatro imágenes de espacios exteriores con diferentes cantidades de personas.

La imagen en la que los usuarios colocaron un mayor número de post-its fue la número 3 con un total de ocho post-its verdes, indicando que, a pesar de la presencia de bastantes personas, el espacio no les resultaba abrumador y al haber vegetación también lo comparaban con un parque y esto también les parecía positivo.

En contraste, la imagen número 4, que muestra una calle muy concurrida, fue identificada de forma unánime como un entorno agobiante, con un total de once post-its naranjas, manifestando que tienden a evitar espacios con una alta densidad de personas.

La imagen 1 también recibió solo post-its verdes pero en este caso solo fueron tres, estos usuarios expresaron que la imagen les transmitía tranquilidad.

Por último, la imagen 2 recibió dos post-it de cada color, los verdes tenían escrito que la imagen les transmitía seguridad.

CONFORT TÉRMICO

Actividad 1: Post-it:
Trabajo de Fin de Grado:
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate



En el tercer panel se presentan cuatro imágenes de espacios exteriores en relación con el confort térmico.

Figura 10.10. Actividad de post-it: Confort térmico.
Imagen 1 pergola
Imagen 2 textil
Imagen 3 zona verde
Imagen 4 sin sombra
Fuente: Elaboración propia

Todos los usuarios situaron su post-it verde en la imagen número 3, que representa una zona con sombra generada por la presencia de arbolado, las razones más repetidas eran que hay mucha sombra y que al ser una zona arbolada les gustaba más.

Aunque las imágenes 1 y 2 también mostraban espacios con sombra creada mediante elementos textiles y pérgolas, los participantes expresaron una preferencia clara por la sombra natural proporcionada por los árboles, fue comentado durante la actividad que aunque las sombras de la pérgola y del textil parecían agradables preferían sombra de árboles porque les parecían más refrescante.

Por el contrario, la mayoría colocó el post-it naranja en la imagen número 4, correspondiente a un espacio completamente descubierto y sin sombra, que fue percibido como sofocante, señalando que la elevada exposición al sol y al calor dificultaría la permanencia en ese lugar, además comentaron que las zonas asfaltadas no era cómodas para los días de calor.

ESPACIOS VERDES

Actividad 1: Post-its
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate



Figura 10.11. Actividad de post-it: Espacios verdes.
Imagen 1 rosalada
Imagen 2 parque
Imagen 3 zona arbolada
Imagen 4 explanada verde
Fuente: Elaboración propia

En el cuarto panel se presentan cuatro imágenes de diferentes entornos de espacios verdes.

Las respuestas obtenidas en este panel fueron más variadas, ya que, aunque la mayoría de los usuarios manifestó una preferencia general por las zonas verdes, el objetivo era identificar cuáles resultaban más agradables para ellos. Muchos participantes indicaron que colocaron el post-it naranja por descarte, al considerar que todas las imágenes les resultaban atractivas.

La imagen que recibió un mayor número de post-its verdes fue la número 3, correspondiente a una zona arbolada con mucha sombra, que según los usuarios resultaba más agradable que el resto.

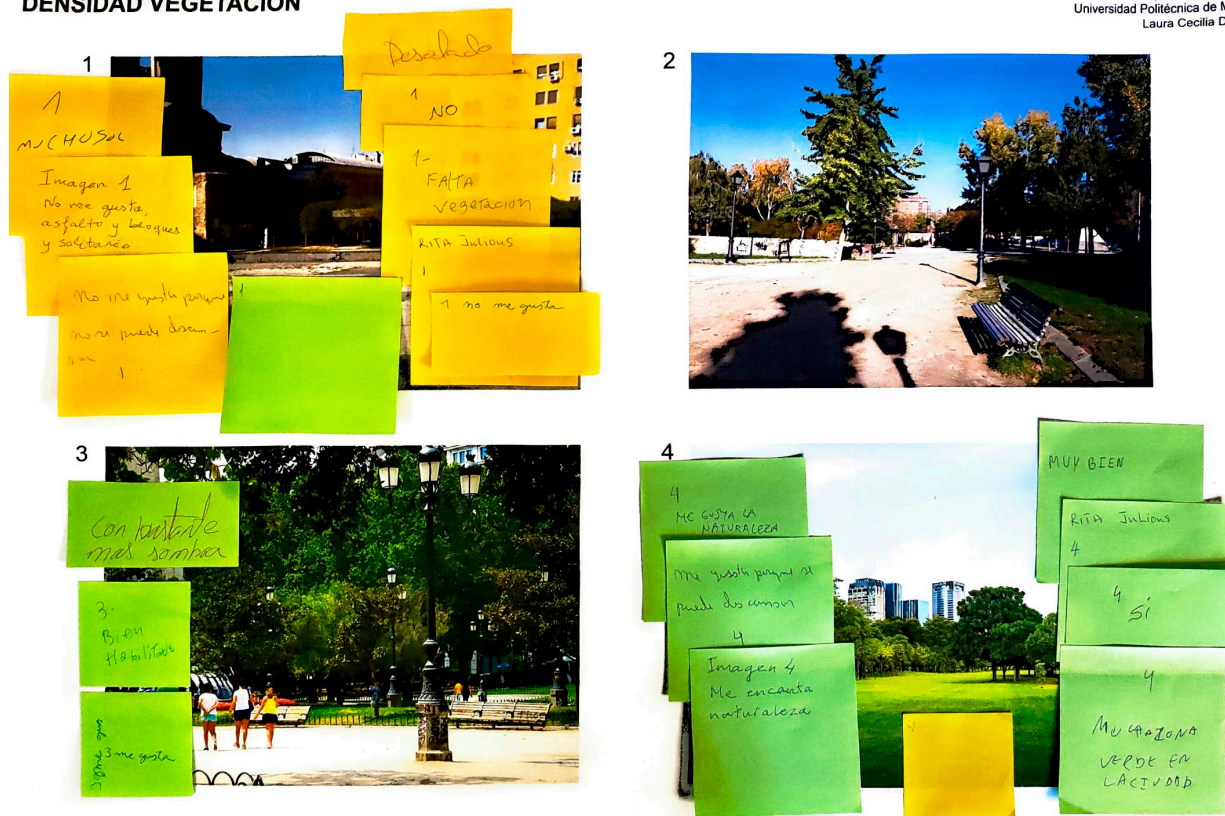
Por el contrario, la imagen que acumuló más post-its naranjas fue la número 1, en la que se observa un rosal, ya que los usuarios percibieron una falta de vegetación en comparación con las demás pero aun así recibió un post-it verde.

La imagen 2 recibió dos post-it verde indicando que la zona era agradable porque había mobiliario para sentarse y descansar.

La imagen 4 recibió dos post-its de cada color y los naranjas indicaban que aunque estuviese bien, se parecía demasiado al campo y que eso les parecía negativo.

DENSIDAD VEGETACIÓN

Actividad 1: Post-its
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate



En el quinto panel se presentan cuatro imágenes de espacios exteriores con diferentes densidades de vegetación.

Al igual que en el panel anterior, las respuestas fueron variadas.

Las imágenes número 3 y 4 recibieron un mayor número de post-its verdes, coincidiendo ambas en una alta densidad de vegetación. La principal diferencia entre ellas radica en que una de las imágenes mostraba recorridos transitables, mientras que la otra no. Estas dos imágenes son las que cuentan con más vegetación.

Por el contrario, la imagen que obtuvo una valoración más negativa fue la número 1, correspondiente a una plaza con escasa vegetación, que la mayoría de los usuarios consideró poco atractiva debido a la falta de elementos verdes.

A partir del análisis conjunto de los cinco paneles, se observa una clara preferencia por los espacios exteriores que incorporan vegetación abundante, sombra natural y una densidad de personas moderada. Los usuarios valoran positivamente aquellos entornos que transmiten tranquilidad, confort térmico y sensación de refugio, especialmente las zonas arboladas que les permiten permanecer en los espacios sin resultar abrumadores. De la misma manera, se aprecia un rechazo general hacia los espacios excesivamente duros, descubiertos o con alta densidad de personas, así como hacia aquellos con una presencia insuficiente de vegetación.

Figura 10.12. Actividad de post-it: Espacios verdes.
Imagen 1 plaza sin vegetación
Imagen 2 poca vegetación
Imagen 3 parque con vegetación
Imagen 4 parque verde
Fuente: Elaboración propia

Actividad de mapeo

En la segunda actividad realizada con los usuarios se presentaron cinco paneles que incluían una imagen aérea del centro donde se pueden observar las zonas exteriores. Cada panel planteaba un escenario diferente, ante el cual los participantes debían colocar una pegatina en función de su experiencia o preferencia y contaban con una leyenda explicativa de las pegatina había que colocar. Además, se realizó una distinción entre mujeres y hombres con el objetivo de analizar posibles diferencias en la forma de ocupar el espacio exterior, las mujeres colocaron pegatinas circulares y los hombres triángulos. Cada uno de los paneles planteaba los escenarios tanto en horario de mañana como de tarde diferenciados en colores. En esta actividad participaron dos trabajadoras para ayudar a los usuarios con la actividad.

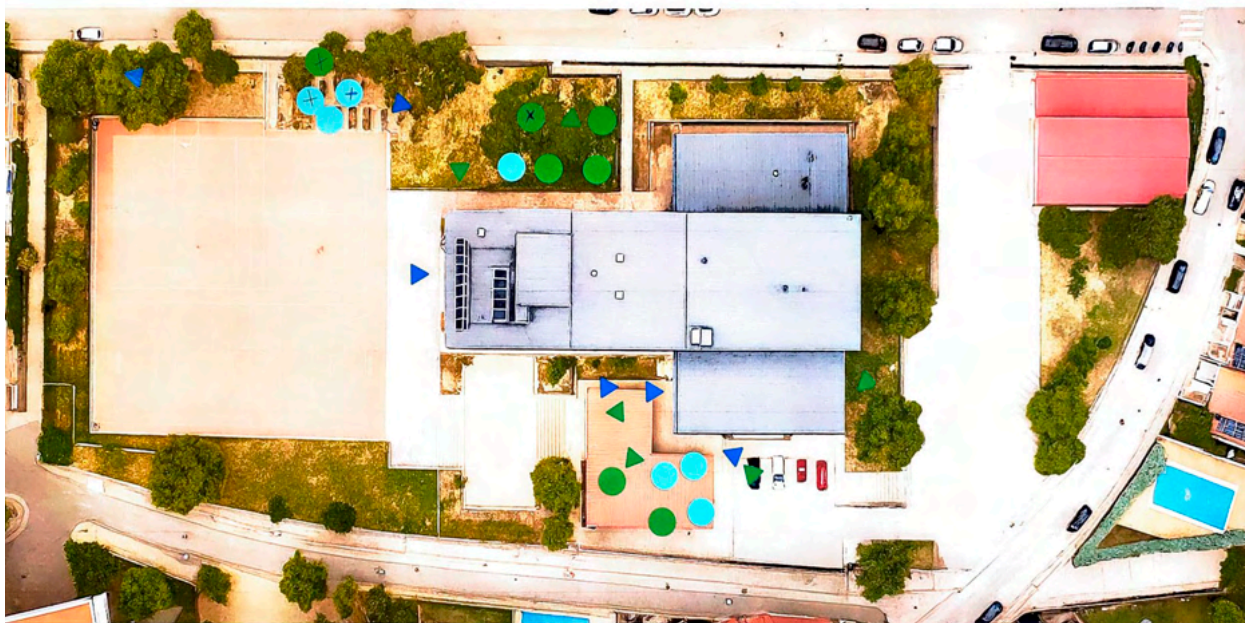
Para facilitar la comprensión y el análisis de los resultados, los paneles se agruparon posteriormente en tres categorías: cuando hace calor, cuando hace frío y lugares donde nunca estoy.



Figura 10.13. Actividad de mapeo. Fuente: Elaboración propia

Actividad 2: Mapeo con Pegatinas
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate

LUGAR PREFERIDO: CUANDO HACE CALOR

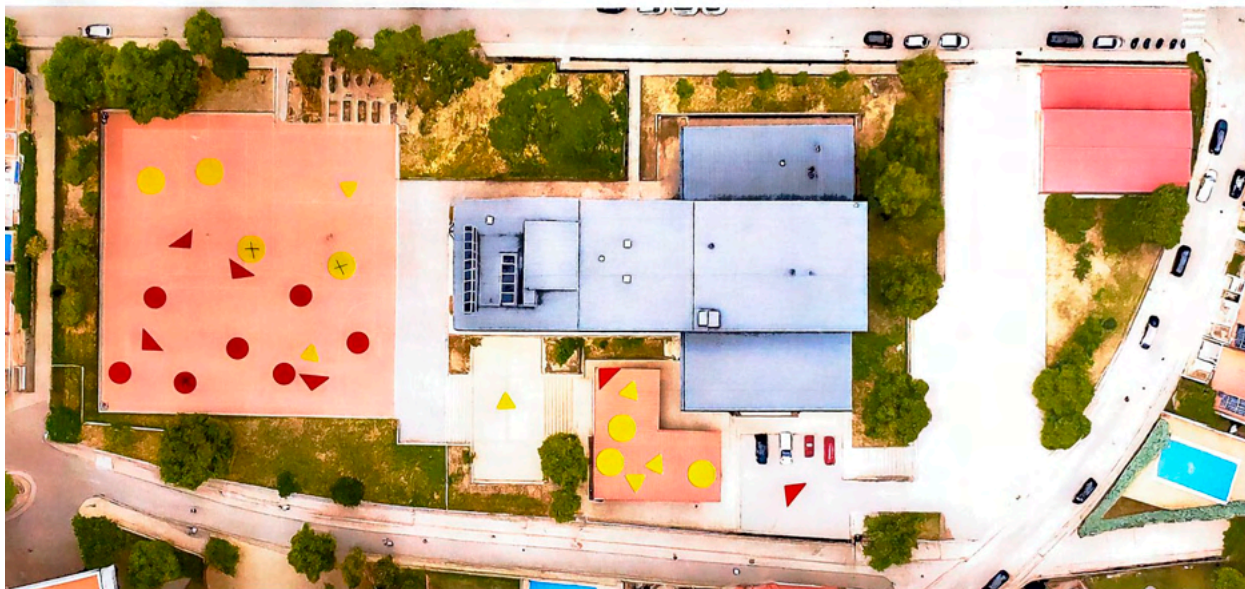


LEYENDA

- Mujeres por la mañana
- Mujeres por la tarde
- ▲ Hombres por la mañana
- ▲ Hombres por la tarde

PEOR LUGAR: CUANDO HACE CALOR

Actividad 2: Mapeo con Pegatinas
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate



LEYENDA

- Mujeres por la mañana
- Mujeres por la tarde
- ▲ Hombres por la mañana
- ▲ Hombres por la tarde

Cuando hace calor

En estos paneles se plantea el escenario de un día de verano caluroso y los usuarios tenían que colocar una pegatina distinta en función de las variables propuestas. En el primer panel se observa que, según los participantes, las zonas más adecuadas para estar cuando hace calor son el huerto, las zonas verdes y la pérgola, sin apreciarse diferencias significativas entre el uso en horario de mañana o de tarde. En este panel, la distribución de las respuestas es equilibrada entre hombres y mujeres.

En el segundo panel, los usuarios tenían que identificar cuáles son las zonas menos adecuadas para un día de verano caluroso. Las zonas con más pegatinas son la pérgola y las pistas deportivas. En el caso de la pérgola, la mayoría de las pegatinas fueron de color amarillo, lo que indica que se percibe como el peor lugar durante la mañana. Por el contrario, en las pistas deportivas predominan las pegatinas rojas, señalando que los usuarios consideran este espacio como el menos adecuado para su uso en horario de tarde.

A partir del análisis de estos paneles, se observa que las zonas mejor valoradas por los usuarios durante los días de calor son el huerto, las áreas verdes y la pérgola. Sin embargo, también se identifica la pérgola como uno de los espacios peor valorados en determinadas franjas horarias, junto con las pistas deportivas. Esta aparente contradicción se explica a partir de los comentarios aportados tanto por el personal del centro como por algunos usuarios, quienes señalaron que la pérgola, al estar construida en metal, se calienta rápidamente durante el verano y genera una sensación térmica poco confortable. No obstante, al tratarse de una de las pocas zonas cubiertas del centro, los usuarios tienden a utilizarla con frecuencia, a pesar de las condiciones térmicas desfavorables.

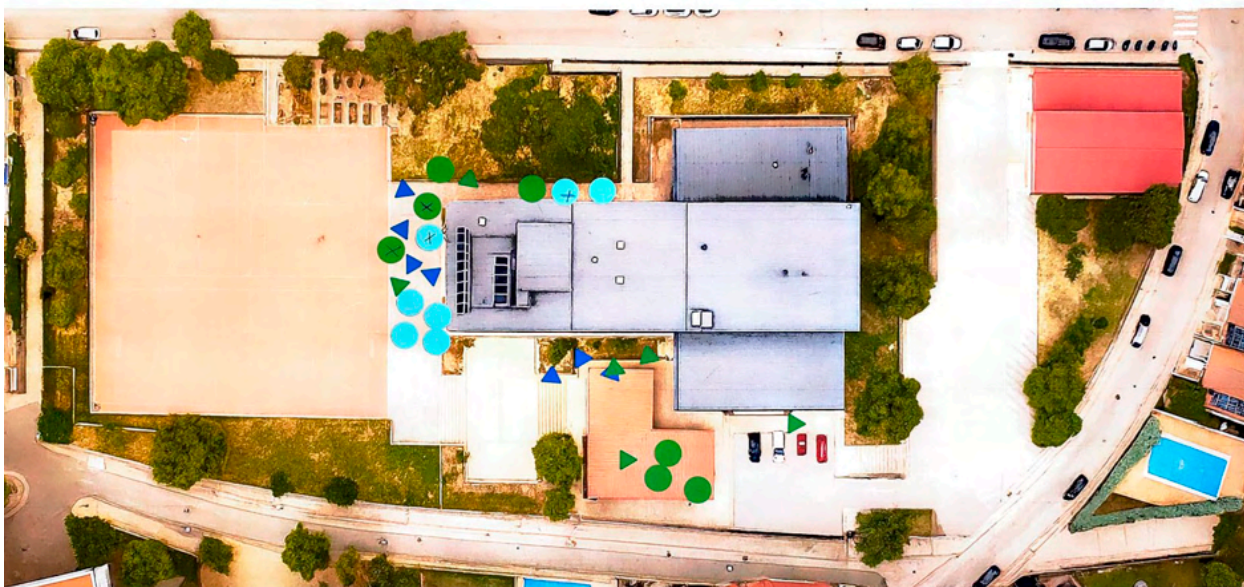
A partir de estos resultados, puede concluirse que los usuarios requieren una mayor presencia de espacios cubiertos o con sombra que garanticen condiciones adecuadas de confort térmico. Según la actividad de los post-its, se observa una preferencia clara por las zonas arboladas como fuente de sombra, frente a otras soluciones constructivas. En este sentido, se plantea la posibilidad de ampliar las áreas verdes, reducir la superficie destinada a las pistas deportivas y emplear materiales más adecuados y resistentes al calor en la pérgola y en otras estructuras, con el fin de mejorar la habitabilidad y el bienestar en los espacios exteriores del centro.

Figura 10.14. Actividad de mapeo. Lugar preferido: Cuando hace calor. Fuente: Elaboración propia

Figura 10.15. Actividad de mapeo. Peor lugar: Cuando hace calor. Fuente: Elaboración propia

LUGAR PREFERIDO: CUANDO HACE FRÍO

Actividad 2: Mapeo con Pegatinas
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate

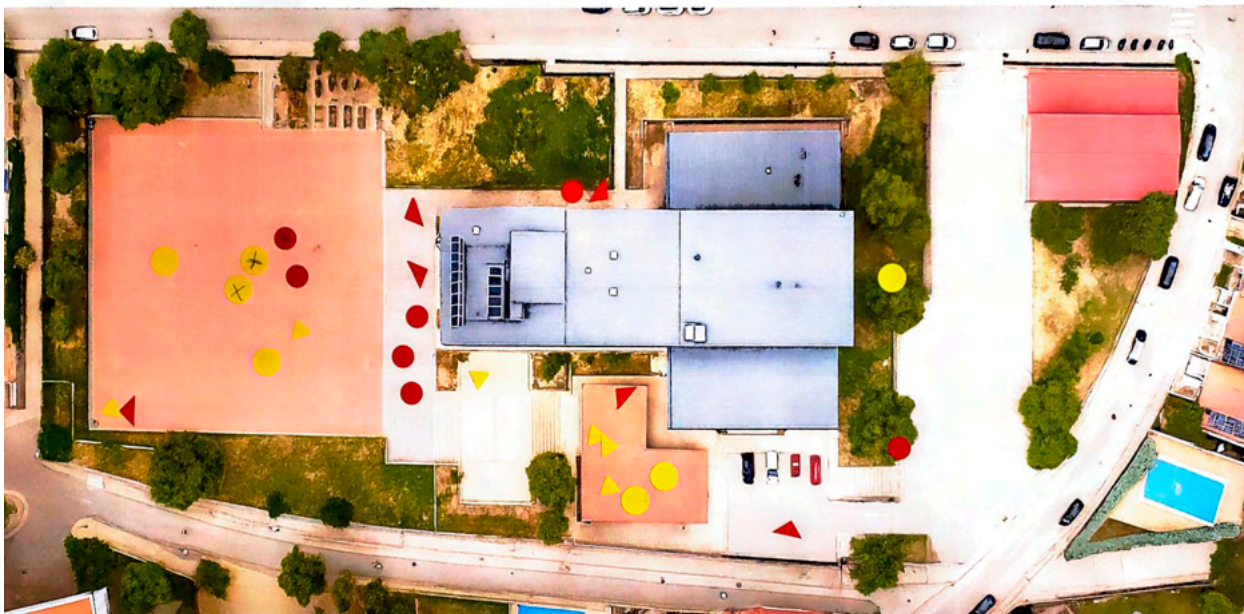


LEYENDA

- Mujeres por la mañana
- Mujeres por la tarde
- Hombres por la mañana
- Hombres por la tarde

PEOR LUGAR: CUANDO HACE FRÍO

Actividad 2: Mapeo con Pegatinas
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate



LEYENDA

- Mujeres por la mañana
- Mujeres por la tarde
- Hombres por la mañana
- Hombres por la tarde

Cuando hace frío

En estos paneles se plantea el escenario de un día de invierno frío y los usuarios tenían que colocar una pegatina distinta en función de las variables propuestas. En el primer panel podemos observar que los usuarios prefieren estar en la izquierda del edificio donde da el sol por la mañana, ya que es la zona más agradable en ese momento. También hay algunos que coloca la pegatina cerca de la entrada del CRPS y otros cerca de la pérgola, estas últimas zonas se eligieron porque se encuentran cerca de las entradas al edificio principal donde los usuarios esperan antes de hacer sus actividades.

Por la tarde prefieren estar en zonas parecidas a por la mañana, y además también prefieren estar en la pérgola. La mayoría de las pegatinas se encuentran en zonas pegadas al edificio que están más protegidas que el resto del espacio exterior.

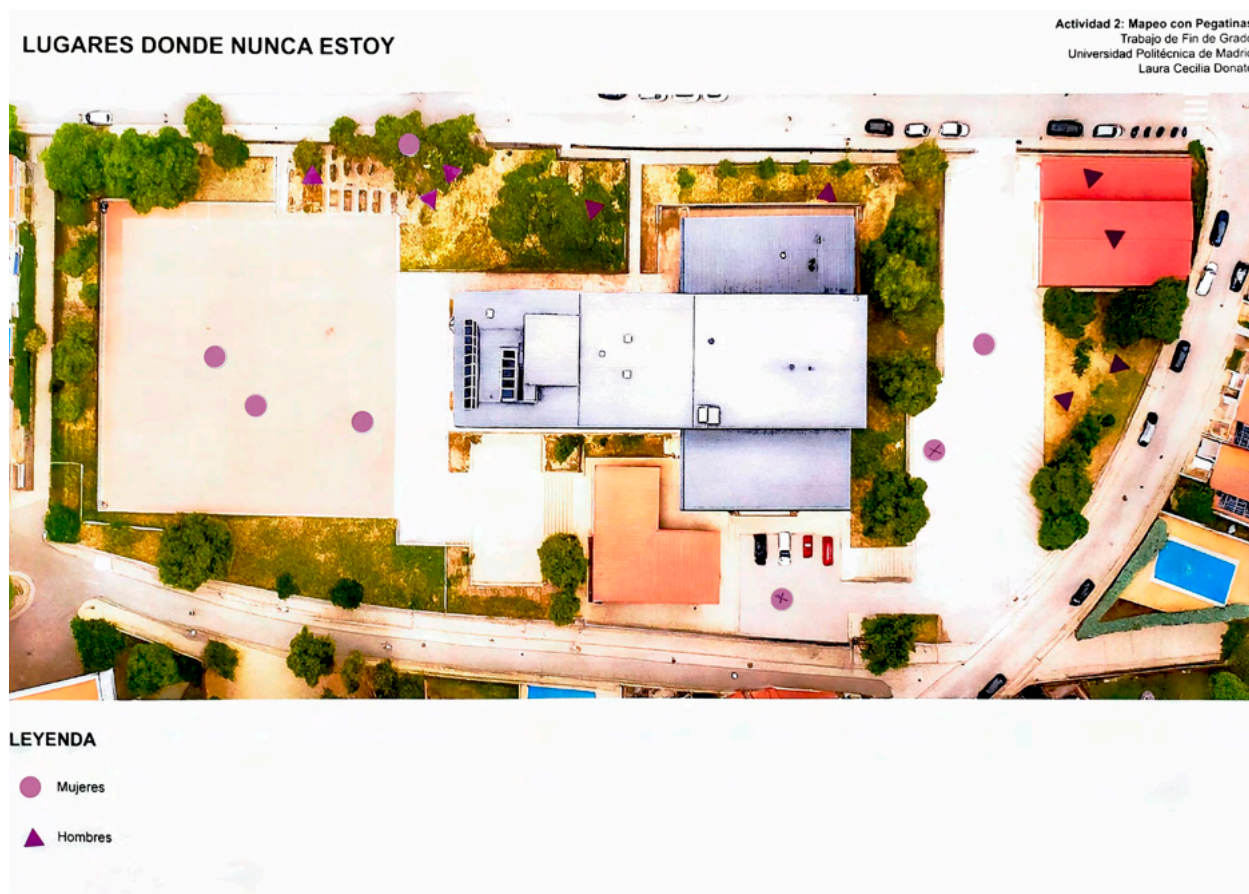
En el segundo panel los usuarios tenían que responder cuáles son las peores zonas cuando hace frío. Las repuestas son más variadas, pero podemos observar que la mayoría de las pegatinas, tanto de hombres como de mujeres, se colocan más alejadas del edificio y en zonas más descubiertas, sin protección frente a las condiciones climáticas.

Si comparamos ambos paneles podemos observar una relación directa entre confort térmico y proximidad al edificio. Las zonas mejor valoradas cuando hace frío se encuentran en espacios soleados, protegidos, cercanos al edificio y de acceso mientras que las áreas peor valoradas coinciden con los espacios abiertos, desprotegidos y alejados del edificio principal.

Los resultados indican que en días fríos los usuarios priorizan espacios que les aportan una sensación de resguardo y cercanía. Esta preferencia refleja la importancia de los elementos de protección, la orientación solar y el resguardo frente al viento. Algunas posibles soluciones para mejorar la situación serían crear zonas de estancia donde los usuarios pueden estar cómodos y reciban radiación solar directa en días fríos, pero que esas mismas zonas puedan ser también acomodadas para días calurosos para no crear zonas exteriores abandonadas dependiendo de la temporada del año.

Figura 10.16. Actividad de mapeo. Lugar preferido: Cuando hace frío. Fuente: Elaboración propia

Figura 10.17. Actividad de mapeo. Peor lugar: Cuando hace frío. Fuente: Elaboración propia



Lugares donde nunca estoy

En este último panel se les pregunta a los usuarios que colocasen una única pegatina en la zona exterior que nunca habitan o utilizan. A partir de los resultados obtenidos, podemos observar diferencias claras en la colocación de pegatinas entre hombres y mujeres. En el caso de las mujeres, tres de ellas deciden situar la pegatina en las pistas deportivas, explicando que nunca las han utilizado. En cambio, los hombres comentaron que hace un tiempo participaban en una liga y si daban uso a las pistas, pero en la actualidad no.

Por su parte, la mayoría de las pegatinas de los hombres se encuentran en zonas verdes del recinto, destacando la mayor concentración de ellos es en el huerto y en el extremo derecho de la parcela que, según los usuarios, es un espacio sin uso y que al estar separado por el aparcamiento se ignora.

Según estos resultados podemos observar que, aunque las zonas como el huerto o las pistas tengan un uso claro, puede no ser atractivo para los usuarios. Esto también ocurre con las zonas verdes, pero estas no tienen ningún uso o elementos que inviten a la permanencia por lo que no son utilizadas. Ante esta situación se pueden plantear soluciones, como son reducir la zona de pistas deportivas y sustituirla por zonas que permitan la participación de todos los usuarios. Además, se podrían habilitar las zonas verdes que no son utilizadas creando caminos accesibles y zonas de descanso, sustituyendo los caminos ya existentes por recorridos en las zonas verdes y creando espacios para los usuarios para la relajación o la estancia. Estas intervenciones ayudarían a ampliar el uso de los espacios exteriores y hacerlos más llamativos y accesibles para los usuarios.

Figura 10.18. Actividad de mapeo. Lugares donde nunca estoy. Fuente: Elaboración propia

II. Recomendaciones para el diseño de los espacios exteriores

Tras la investigación de las posibles variables que afectan a las personas con psicosis y la recopilación de información de las actividades del personal y de los usuarios se pueden crear unas recomendaciones a seguir para que diseñar o reformar los espacios exteriores en centros de salud centrados en la psicosis. Las recomendaciones no pretenden construir un proyecto cerrado, sino ser una herramienta flexible para el diseño de estos espacios.

II.I. Guía básica de recomendaciones

Para garantizar el bienestar de los usuarios en los espacios exteriores de los centros de salud destinados a personas con trastornos psicóticos, es fundamental seguir una serie de pautas de diseño que atiendan tanto a sus necesidades físicas como psicológicas. Estos espacios deben ser entornos terapéuticos, seguros y accesibles, capaces de fomentar la autonomía, la interacción social y la regulación emocional.

Organización de los espacios exteriores

Estos entornos deben contar con espacios para el cuerpo, para la socialización y para la mente permitiendo distintos niveles de estimulación y esfuerzo físico según las capacidades y preferencias de los usuarios del centro.

Las **zonas para el cuerpo** deben contar con actividades para el bienestar físico y deben incluir actividades deportivas adaptadas tanto para usuarios con alto rendimiento físico como para usuarios de bajo rendimiento físico. Estas zonas no deberían ocupar más del 20% de la parcela, aunque son necesarias, suelen ser menos atractivas para usuarios en general. Por ello es recomendable ofrecer variedad de opciones que permitan elegir el grado de participación y eviten la sobreexigencia, además estas zonas deben contar con espacios que permitan el descanso.

Las **zonas para la socialización** deben contar con actividades más sensoriales, de baja exigencia para los usuarios, que les permitan juntarse y socializar como huertos, recorridos de tránsito o jardines sensoriales. Estas áreas favorecen la participación la estimulación sensorial y la interacción social en entornos controlados sin generar un exceso de demanda física.

Las **zonas para la mente** deben destinarse a la relajación y al descanso. En ellas se deben disponer espacios de estancia con mobiliario cómodo que permita a los usuarios desconectar, reducir el estrés y encontrar momentos de calma. Estas zonas son esenciales para la regulación emocional y deberían estar colocadas en puntos estratégicos del centro para ayudar a los usuarios para proporcionarles un espacio seguro si lo necesitan.

Las tres zonas pueden interrelacionarse, generando espacios híbridos con actividades variadas. De este modo, se crean áreas inclusivas donde los usuarios puedan permanecer sin necesidad de realizar un gasto energético superior a sus posibilidades y aun así puedan disfrutar de los diferentes espacios.

Confort

El diseño estratégico para maximizar el confort en los espacios exteriores de los centros de salud para personas con trastornos psicóticos es determinante para garantizar su uso y favorecer el bienestar físico y psicológico de los usuarios. En estos espacios se deben abordar desde tres dimensiones: climática, acústica y visual.

Los espacios exteriores deben diseñarse teniendo en cuenta las condiciones climáticas del lugar donde se encuentran para ofrecer espacios confortables a lo largo de todo el año. Es fundamental disponer de áreas con luz solar directa, especialmente en las estaciones frías, así como zonas de sombra que protejan en los meses más calurosos. La incorporación de vegetación, pérgolas, toldos o elementos de sombra natural contribuye a regular la temperatura y crear oasis climáticos. Hay que evitar el uso de mobiliario que acumula calor como pueden ser pérgolas metálicas o toldos de colores oscuros ya que pueden incrementar la sensación térmica y crear espacios sofocantes. En su lugar se recomienda el uso de materiales con mayor capacidad de reflexión solar y menor conductividad térmica, como estructuras de madera, tejidos transpirables o elementos de sombreado con tonalidades claras

El control del ruido es especialmente relevante en entornos destinados a personas con psicosis, ya que los estímulos sonoros excesivos pueden generar estrés, ansiedad o desorientación. Además, la correcta ubicación de zonas más activas, alejándolas de áreas tranquilas, contribuye a una mejor organización acústica del conjunto. Se recomienda mantener niveles de ruido que no superen los 55 dB dentro del centro y, si es posible, alejar el centro de zonas con mucho tráfico o muy concurridas para evitar la contaminación acústica. Si no es posible situarlo en una zona con menos ruido se pueden emplear barreras naturales, como masas vegetales densas o arbolado perimetral para que actúe como filtro sonoro.

El confort visual se relaciona con la calidad de la iluminación, la elección de colores y la ausencia de visuales que puedan ser sobreestimulantes. Durante el día es prioritario aprovechar la luz natural, evitando deslumbramientos mediante la orientación adecuada de los espacios y el uso correcto de los elementos de sombra.

Para el uso nocturno, se recomienda una iluminación artificial suave, direccional y bien distribuida, que garantice la seguridad sin generar contrastes excesivos ni contaminación lumínica ya que estos centros pueden contar con residencias que no deberían estar iluminadas por la noche.

En cuanto a la elección de colores, se aconsejan tonos claros y brillantes, que pueden encontrarse en el mobiliario o parámetros exteriores como los muros. Estos colores transmiten sensaciones positivas, pueden favorecer el bienestar emocional y pueden ayudar a los usuarios a percibir el espacio como más amable y seguro.

Infraestructura verde y azul

La introducción de infraestructura verde y azul es un elemento clave en el diseño de estos entornos. La presencia de vegetación y los elementos relacionados con el agua contribuyen de manera significativa en la creación de refugios sensoriales y climáticos. Estos elementos ayudan a mitigar condiciones ambientales extremas, favoreciendo un mayor confort en el uso cotidiano de estos espacios.

Desde el punto de vista psicológico, la vegetación tiene un elemento calmante que ayuda con la reducción de estrés, mejora el estado de ánimo y ayuda con el bienestar general de los usuarios. De la misma manera los elementos de agua pueden generar estímulos sensoriales controlados, aportando sonidos y sensaciones agradables que favorecen la regulación emocional.

Materiales

Los materiales empleados para el mobiliario en los espacios exteriores deben transmitir calidez, seguridad y confort. Se recomienda el uso de texturas agradables al tacto y acabados lisos, como la madera, la piedra natural o las superficies vegetales. Deben evitarse materiales fríos, excesivamente duros y de carácter industrial como pueden ser el hormigón liso o el metal pulido, ya que resultan poco acogedores y pueden causar rechazo a estar en las zonas exteriores.

Para los pavimentos se recomienda utilizar materiales claros, ya que estos reflejan mejor la radiación solar y ayudan a reducir la acumulación de calor, además deben ser permeables para evitar la creación de charcos. Se sugiere un uso preferiblemente de materiales naturales, para contribuir a una solución más sostenible y respetuosa con el entorno.

Accesibilidad

Independientemente del necesario cumplimiento de las normas legales sobre accesibilidad, el diseño de estos espacios debe favorecer la accesibilidad cognitiva, emocional y sensorial, promoviendo la autonomía y el uso seguro del espacio. Para ello se deben evitar barreras físicas, garantizar recorridos claros y continuos, con pendientes suaves, así como facilitar la orientación mediante referencias visuales. Una organización clara del espacio y la reducción de estímulos excesivos contribuyen a la sensación de seguridad y comodidad de los usuarios.

Mantenimiento

El mantenimiento adecuado es fundamental para asegurar el uso continuado de los espacios exteriores. Un entorno cuidado transmite sensación de orden, seguridad y bienestar. La instalación de papeleras distribuidas y un mantenimiento regular de los exteriores permiten conservar estos entornos a lo largo del tiempo. Además hay que prestar atención al mantenimiento de las diferentes instalaciones si requieren cuidados especiales para asegurarse de que su uso es seguro para los usuarios.

II.2. Aplicación en caso estudio.

La idea es crear un espacio exterior con diferentes usos, sin que ninguna zona se quede abandonada para poder maximizar sus beneficios. Se pueden proponer algunos cambios dentro del centro siguiendo las recomendaciones de guía creada.

Zona del cuerpo

Primero tenemos que observar un plano de las zonas exteriores del centro para planificar la distribución de las diferentes zonas. Según los usuarios uno de los peores sitios para estar en verano o en invierno son las pistas deportivas, además comentaron que su uso es mínimo, pero aun así ocupan casi un cuarto de las zonas exteriores.

Un primer paso para adaptar mejor estas zonas es reducir el tamaño de las pistas deportivas, dejando la mitad del suelo que ocupan, y girando su orientación para que puedan recibir más sombra natural y colocar una grada que además de salvar la diferencia de alturas, crea un espacio donde estar sin tener que participar directamente en las actividades deportivas, los usuarios se puedan sentirse incluidos.

Si colocamos de esta manera la pista deportiva, quedaría espacio para añadir otras zonas deportivas de nivel de exigencia más bajo como podrían ser mesas de ping-pong o un parque biosaludable dando más posibilidades de actividades deportivas a los usuarios.

Con el espacio nuevo que han dejado las pistas deportivas aprovechando su topografía plana, se podría plantear zonas de socialización, que cuente con vegetación, bancos y espacios de relajación, creando una zona donde uno puede observar las pistas deportivas o estar charlando con otras personas. La idea sería crear una zona atractiva para que los usuarios salgan del centro, pero no les suponga un esfuerzo estar en el exterior.

Figura 11.1. Fotografía pistas deportivas de la Fundación Manantial, Fuenlabrada.
Fuente: Elaboración propia

Figura 11.2. Posible escenario aplicando las recomendaciones de la guía.
Fuente: Elaboración propia



Zona de la socialización

Se puede observar que el centro cuenta con varias zonas verdes que, en la actualidad, no cuentan con ningún uso definido ni tampoco son transitables para los usuarios. A pesar de su potencial, estas zonas que se encuentran infravalorados podrían ser ejemplo de una zona de socialización si se introducen las propuestas de la guía de recomendaciones.

Para hacer la zona más accesible se podrían crear caminos transitables hechos con materiales naturales y evitando pendientes grandes para garantizar la accesibilidad y seguridad. Así los usuarios podrían dar paseos agradables y terapéuticos sin necesidad de salir del centro.

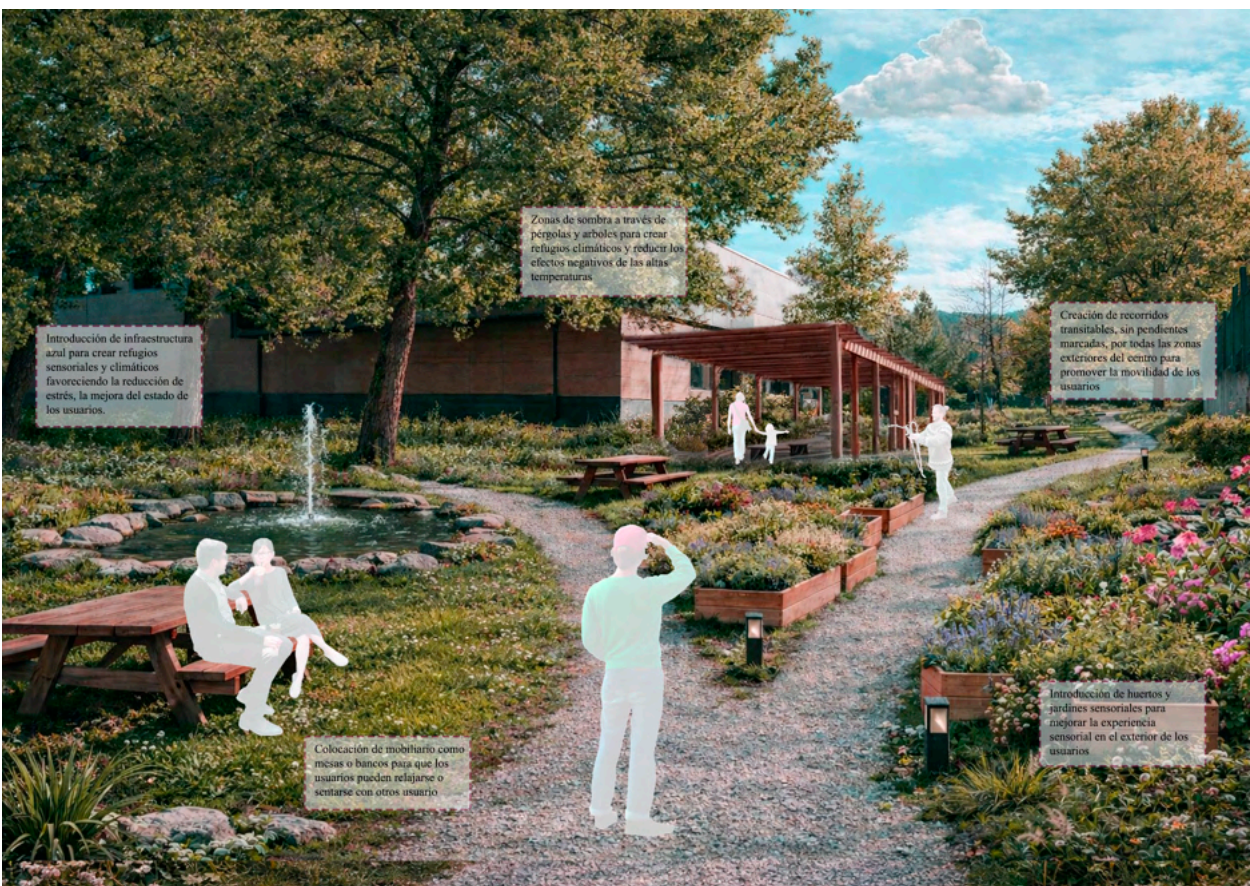
Además, se podría añadir mobiliario como mesas y bancos con el fin de generar zonas de descanso, relajación y encuentro. Estos elementos fomentarían la permanencia en los espacios y la interacción social convirtiendo estas áreas verdes en lugares funcionales y acogedores.

La inclusión de áreas interactivas como pueden ser los jardines sensoriales permite enriquecer la experiencia del usuario, estimulando a través de aromas, textura, colores y sonido.

En conjunto, este entorno se convierte en una zona multiusos que requiere un esfuerzo físico muy reducido, orientada a actividades más relajadas y terapéuticas. Por estas características estas zonas se consideran zonas de socialización.

Figura 11.3. Fotografía espacio exterior de Fundación Manantial, Fuenlabrada Fuente: Elaboración propia

Figura 11.4. Posible escenario aplicando las recomendaciones de la guía Fuente: Elaboración propia



Zona de la mente

Por último, en el plano se puede observar en la parte inferior un porche, que según los usuarios y el personal del centro es un espacio demasiado caluroso para estar durante los meses de verano. Esto se debe a que el suelo y la pérgola están hechos de materiales que retienen el calor, provocando un sobrecalentamiento del área y dificultando su estancia.

Según las recomendaciones recogidas en la guía para diseñar este tipo de espacios debemos utilizar materiales que no absorban calor como pueden ser pérgolas bioclimáticas. Estas estructuras están fabricadas con materiales más adecuados para el confort térmico como pueden ser madera y textiles.

Además se pueden sustituir las baldosas del suelo por un material que retenga menos el calor, con el fin de mejorar la experiencia en esta zona. Podría utilizarse un material claro y permeable para que resulte más amable con el entorno.

Estas zonas deben contar con mobiliario para el descanso de los usuarios, que sea cómodo y pensado para largas estancias, ya que esta zona es para la relajación, por lo que tiene que resultar tranquila y confortable.

Esta zona podría convertirse en un ejemplo idóneo de una zona de la mente ya que no cuenta con actividades definidas y da a los usuarios una sensación de seguridad y protección.

Figura 11.5. Fotografía de la pérgola metálica de Fundación Manantial, Fuenlabrada
Fuente: Elaboración propia










Figura 11.6. Posible escenario aplicando las recomendaciones de la guía
Fuente: Elaboración propia








C. de Colombia

LEYENDA

 Huertos	 Zonas azules
 Zonas verdes	 Mobiliario de estancia
 Edificios	 Zona deportiva
 Peatonal	 Cubiertas
 Caminos naturales	

ZONAS

-  Zonas para la mente
-  Zonas para la socialización
-  Zona para el cuerpo

C. Trinidad



0 5 10 20 30



11.3. Posibles vías de financiación del proyecto

La posible financiación del proyecto se plantea como un supuesto teórico, basado en la existencia de fondos de apoyo económico dirigidas a entidades del tercer sector que trabajan en el ámbito de la salud mental y la inclusión social, como es la Fundación Manantial. La adecuación de estos espacios exteriores del centro podría acogerse a varias convocatorias reales orientadas a la mejora de la calidad de vida y el bienestar de colectivos vulnerables.

Entre ellas podemos encontrar la Convocatoria de Proyectos Sociales de la Fundación “La Caixa” en la Comunidad de Madrid, se trata de una convocatoria que apoya proyectos dirigidos a colectivos en situación de vulnerabilidad y permite incluir reformas de adecuación de espacios cuando estas se justifican como un recurso necesario para el desarrollo de intervenciones terapéuticas y psicosociales (Fundación “La Caixa”).

Otra opción es la fundación ONCE a través de su Programa de Inclusión Social (PIN), que financia proyectos orientados a la inclusión social y la mejora de la autonomía de personas con discapacidad, incluyendo la discapacidad psicosocial. La adaptación de espacios exteriores accesibles y seguros puede encajar dentro de este programa como medida para favorecer la participación, el bienestar y la rehabilitación de los usuarios del centro (Fundación ONCE, 2024).

Por último, a escala municipal el Ayuntamiento de Fuenlabrada convoca subvenciones dirigidas a asociaciones y entidades sociales que desarrollan proyectos en el municipio. Estas ayudas se destinan a apoyar iniciativas de carácter social y comunitario, por lo que podría ayudar con la financiación de actuaciones vinculadas a la mejora de estos espacios exteriores (Ayuntamiento de Fuenlabrada).

Existen otras fuentes de financiación a nivel autonómico, estatal y europeo, pero los fondos mencionados son los más realistas y accesibles para este tipo de intervención.

Figura 11.5. Plano con los cambios de la guía de recomendaciones. Fuente: Elaboración propia

The image is a composite. The top half shows a tall, multi-story apartment building with a light-colored facade and prominent orange balconies. The bottom half shows a community garden with several raised wooden beds containing various plants. A few people, including children and an adult, are seen working in the garden. The text is overlaid on a semi-transparent white band across the middle of the image.

Capítulo IV

Conclusiones y futuras líneas de investigación

12. Conclusiones

La investigación desarrollada en este trabajo de fin de grado ha analizado la relación entre los terceros espacios exteriores y el bienestar mental, con especial atención a personas con trastornos psicóticos, desde una perspectiva arquitectónica, social y ambiental, partiendo de la idea de que los entornos en los que conviven dichas personas tienen potencial terapéutico. El trabajo ha puesto en manifiesto el potencial de los espacios exteriores como una herramienta de apoyo a la salud mental cuando son diseñado de manera consciente, inclusiva y adaptada a las necesidades de los usuarios.

A lo largo de la investigación, la revisión teórica ayuda a entender la progresión de los modelos de atención en la salud mental a lo largo de la historia, pasando de modelos cerrados a entornos comunitarios, además del imprescindible papel de la psicología ambiental y la neuroarquitectura en la relación del espacio con el comportamiento y el bienestar. Estos enfoques han ayudado a comprender como estudiar los espacios desde un punto de vista más técnico y a identificar variables clave para el diseño exterior que influyen directamente en la percepción, la autorregulación emocional y la interacción social de las personas con trastornos psicóticos.

Objetivos

El objetivo general y los objetivos específicos del trabajo pueden considerarse cumplidos, ya que se ha estudiado la influencia de los espacios exteriores en la salud mental y se ha creado una guía de recomendaciones analizando la relación entre el entorno físico y la experiencia subjetiva. Se han identificado variables espaciales relevantes para el bienestar mental y evaluado dichas relaciones a través de un diagnóstico participativo con actividades realizadas con el personal que trabaja directamente con los usuarios y con los propios usuarios del centro elegido para el caso de estudio.

Caso de estudio

El caso de estudio analizado, el centro de la Fundación Manantial en Fuenlabrada es un claro ejemplo de que aunque se cuente con una amplia superficie exterior, estos espacios suelen ser infravalorados y no están pensados para acomodar la necesidad terapéuticas de los usuarios. Los resultados del trabajo de campo muestran carencias relacionadas con el confort térmico, la falta de sombra, la materialidad y la diversidad de usos. Sin embargo, tras la recopilación de información ofrecida a través de las actividades, el personal y los usuarios coinciden en señalar los efectos positivos del contacto con la naturaleza y del uso de los espacios exteriores cuando estos resultan accesibles, confortables y seguros, lo que refuerza las hipótesis iniciales del trabajo.

Guía básica de recomendaciones de diseño

La principal aportación de este trabajo de fin de grado es la elaboración de una guía de recomendaciones para diseñar espacios exteriores que sintetiza los aprendizajes obtenidos durante el desarrollo de la investigación. Estas

recomendaciones no se plantean como una solución cerrada, sino como una herramienta flexible para apoyar proyectos de mejora de los espacios exteriores en centros de salud mental, que podría llevar a otros terceros espacios o a escalas urbanas, contribuyendo a generar entornos más amables, inclusivos y orientados al bienestar mental.

Limitaciones

A pesar de haber cumplido los objetivos del estudio, el trabajo presenta algunas limitaciones. Entre ellas las principales son el tiempo disponible para desarrollar el estudio, el número limitado de participantes en las actividades participativas, tanto en las de usuarios como en las del personal, y la imposibilidad de llevar a cabo las adaptaciones planteadas. Además, el análisis se centra en un único caso de estudio, ya que la fundación no cuenta con centros que tengan espacios exteriores amplios, lo que limita los resultados, aunque no invalida su valor como una investigación aplicada.

Futuras líneas de investigación

A partir de los resultados obtenidos se pueden abrir varias líneas futuras de investigación, como puede ser la aplicación de la guía de recomendaciones en otros centro u otros contexto urbanos. Otra línea de investigación podría ser la evaluación del impacto de las intervenciones reales a medio y largo plazo, o la ampliación del estudio en otro colectivo vulnerables. Estas líneas permitirían profundizar en el papel del diseño del espacio exterior como elemento de apoyo a la salud mental en el ámbito urbano.

Consideraciones finales

El trabajo pone de manifiesto que la arquitectura, y en particular el diseño de los espacios exteriores desempeña un papel importante en la promoción y la mejora del bienestar mental y la inclusión social. Una planificación cuidadosa de los terceros espacios exteriores atendiendo a las necesidades de las personas que van a habitar estos espacios y pensada para la diversidad de experiencias mentales promueve la inclusión de estas personas. Este enfoque no solo beneficia a las personas que conviven con psicosis, sino que contribuye a construir entornos urbanos más humanos, accesibles y comprometidos con el cuidado colectivo.



Capítulo V

Fuentes

13. Bibliografía

Libros y manuales

- American Psychiatric Association. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5.^a ed.). Editorial Médica Panamericana.
- Oldenburg, R. (1989). *The great good place*. Paragon House.
- Rapoport, A. (2003). *Cultura, arquitectura y diseño*. Edicions UPC.
- Stokols, D., & Altman, I. (Eds.). (1987). *Handbook of environmental psychology*. John Wiley & Sons.

Artículos académicos y publicaciones científicas

- Burns, A. C., et al. (2023). Day and night light exposure are associated with psychiatric disorders. *Nature Mental Health*, 1, 316–326. <https://doi.org/10.1038/s44220-023-00058-8>
- Ebisch, S. J. H. (2020). *The self and its nature: A psychopathological perspective on the risk-reducing effects of environmental green space for psychosis*. *Frontiers in Psychology*, 11, 531840. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.531840>
- Engemann, K., Svenning, J.-C., Arge, L., Brandt, J., Geels, C., Mortensen, P. B., & Pedersen, C. B. (2018). *Exposure to green spaces and schizophrenia: A systematic review*. *Psychological Medicine*, 48(12), 2031–2045. <https://doi.org/10.1017/S0033291717002991>
- Foot, J. (2014). Franco Basaglia and the radical psychiatry movement in Italy, 1961–78. *Critical and Radical Social Work*, 2(2), 235–249.
- Freudenreich, O., Brown, H. E., & Holt, D. J. (2018). Psicosis y esquizofrenia. En *Tratado de psiquiatría clínica del Massachusetts General Hospital* (cap. 28). Elsevier.
- Ghazaly, M., Badokhon, D., Alyamani, N., & Alnumani, S. (2022). Healing architecture. *Civil Engineering and Architecture*, 10(3A), 108–117. <https://doi.org/10.13189/cea.2022.101314>
- Ghazavi, Z., Davarinejad, O., Jasimi, F., Mohammadian, Y., & Sadeghi, K. (2023). Noise sensitivity in patients with schizophrenia. *Noise & Health*, 25(117), 76–82. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10301906/>

- Kirby, N. V., Tetzlaff, E. J., Kidd, S. A., Brown, E. E., Bezgrebelna, M., Yoon, L., Henderson, S. B., & Kenny, G. P. (2025). *Susceptibility of persons with schizophrenia to extreme heat: A critical review of physiological, behavioural, and social factors*. *Science of the Total Environment*, 995, 179965. <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2025.179965>
- Mazana, J. S., Pereira, J., & Cabrera, R. (2002). Cincuenta años de clorpromazina. *Revista Española de Sanidad Penitenciaria*, 4(3).
- Mercado, S., Urbina, J., & Ortega, P. (1987). Relaciones hombre-entorno: La incursión de la psicología en las ciencias ambientales y del diseño. *Omnia*, 3(6), 5–11. https://poseidon.posgrado.unam.mx/publicaciones/ant_omnia/06/02.pdf
- Mejía Flores, C. E., & Merma Soria, E. A. (2025). Neuroarquitectura: Una revisión de la influencia del entorno en el cerebro y el comportamiento humano. *Arquitek*, 27(2), 85–98. <https://revistas.upt.edu.pe/ojs/index.php/arquitek/article/view/1196/1072>
- Parra, A., & Müller, C. (2021). Materiales y su asociación con la salud: Arquitectura con tacto. Hospitecnia. https://hospitecnia.com/sites/default/files/inline-files/ParraMuller-materiales-asociacion-salud-arquitectura-tacto_0.pdf
- Rossa-Roccor, V., et al. (2020). Victimization of people with severe mental illness outside of psychiatric care settings: A review. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 563860. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.563860>
- Tao, B., Xu, S., Pan, X., Gao, Q., & Wang, W. (2015). Personality trait correlates of color preference in schizophrenia. *Translational Neuroscience*, 6(1), 174–178. <https://doi.org/10.1515/tnsci-2015-0018>
- Zhang, Y., Li, X., Wang, J., & Liu, Y. (2023). *Effects of visual perception of building materials on human emotional states and cognitive functioning in a physical learning environment*. *Buildings*, 15(7), 1163. <https://doi.org/10.3390/buildings15071163>

Informes institucionales y documentos oficiales

- Becerra Verdugo, L. (2017). *Arquitectura como herramienta terapéutica en el campo de la salud mental: Nuevas configuraciones arquitectónicas para el paradigma actual de integración en psiquiatría* (Tesis de pregrado, Universidad de Chile). Universidad de Chile, Facultad de Arquitectura y Urbanismo.
- Ayuntamiento de Fuenlabrada. (2024). *Ayudas y subvenciones municipales a asociaciones y entidades sociales*. <https://www.ayto-fuenlabrada.es/tramites/ayudas-y-subvenciones>

Fundación “la Caixa”. (2024). *Convocatoria de proyectos sociales en la Comunidad de Madrid*. <https://fundacionlacaixa.org/es/convocatorias-sociales-madrid>

Fundación ONCE. (2024). *Programa de Inclusión Social (PIN)*. <https://www.fundaciononce.es/es/convocatorias-de-ayudas>

Ministerio de Sanidad. (2020). *Salud mental en datos: Prevalencia de los problemas de salud y consumo de psicofármacos y fármacos relacionados a partir de los registros clínicos de atención primaria (BDCAP-series 2)*. https://www.sanidad.gob.es/estadEstudios/estadisticas/estadisticas/estMinisterio/SIAP/Salud_mental_datos.pdf

Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico. (2025, 22 de mayo). *2024, un año marcado en España por las altas temperaturas*. <https://www.miteco.gob.es/es/prensa/ultimas-noticias/2025/mayo/2024---un-ano-marcado-en-espana-por-las-altas-temperaturas-y-la.html>

National Institute of Mental Health. (2023). *Cómo comprender qué es la psicosis* (NIH Publication No. 23-MH-8110S). <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/como-comprender-que-es-la-psicosis>

Organización Mundial de la Salud. (2013). *Plan de acción integral sobre salud mental 2013–2020*. Organización Mundial de la Salud.

Páginas web

History of Hanwell Asylum (later St. Bernard’s Hospital). (s. f.). Recuperado en noviembre de 2025. *AIM25: Archives in London and the M25 area*. <https://atom.aim25.com/index.php/hanwell-asylum-later-saint-bernards-hospital>

SOM Salud Mental 360. (2025). Recuperado en noviembre de 2025. *¿Qué puedo hacer para prevenir una recaída?* <https://psicosis.som360.org/es/pregunta/puedo-hacer-prevenir-recaida>

Psychiatric Hospital Slagelse. (s. f.). Recuperado en noviembre de 2025. *Vilhelm Lauritzen Architects*. <https://vilhelmlauritzen.com/collection-of-projects/psychiatric-hospital-slagelse/>

Tampere Psychiatric Clinic. (s. f.). Recuperado en noviembre de 2025. *C.F. Møller Architects*. <https://www.cfmoller.com/p/Tampere-Psychiatric-Clinic-i3509.html>

1.4. Índice de figuras

Figuras

Figura 1.1. Fundación Manantial
 Figura 1.2. Paris Tourist Office, Marc Bertrand.
 Figura 3.1. Elaboración propia
 Figura 4.1. Elaboración propia
 Figura 4.2. Elaboración propia
 Figura 4.3. Psicología y mente
 Figura 5.1. The Great Good Places
 Figura 5.2 UNESCO Courtier
 Figura 5.3. Heatherwick Studio
 Figura 6.1. English Heritage
 Figura 6.2. Movimiento de Psiquiatría Democrática italiana
 Figura 6.3. Heart Foward
 Figura 6.4. Vilhelm Lauritzen Architects
 Figura 6.5. C.F. Møller Architects
 Figura 6.6.C.F. Møller Architects
 Figura 6.7. Elaboración propia
 Figura 6.8. Cultura, arquitectura y diseño
 Figura 6.9. Cultura, arquitectura y diseño
 Figura 6.10. Neuroarquitectura.
 Aprendiendo a través del espacio.
 Figura 6.11. F45I Arquitectes
 Figura 6.12. Europea de trabajos forestales
 Figura 6.13. Europea de trabajos forestales
 Figura 6.14. Madrid Nuevo Norte
 Figura 6.15.Turenscape
 Figura 7.1. Elaboración propia
 Figura 7.2. Elaboración propia
 Figura 8.1. Elaboración propia
 Figura 8.2. Elaboración propia
 Figura 8.3. Elaboración propia
 Figura 8.4. Elaboración propia
 Figura 8.5. Elaboración propia
 Figura 8.6. Elaboración propia

Figura 8.7. Elaboración propia
 Figura 8.8. Elaboración propia
 Figura 10.1. Elaboración propia
 Figura 10.2. Elaboración propia
 Figura 10.3. Elaboración propia
 Figura 10.4. Elaboración propia
 Figura 10.5. Elaboración propia
 Figura 10.6. Elaboración propia
 Figura 10.7. Elaboración propia
 Figura 10.8. Elaboración propia
 Figura 10.9. Elaboración propia
 Figura 10.10. Elaboración propia
 Figura 10.11. Elaboración propia
 Figura 10.12. Elaboración propia
 Figura 10.13. Elaboración propia
 Figura 10.14. Elaboración propia
 Figura 10.15. Elaboración propia
 Figura 10.16. Elaboración propia
 Figura 10.17. Elaboración propia
 Figura 10.18. Elaboración propia
 Figura 11.1. Elaboración propia
 Figura 11.2. Elaboración propia
 Figura 11.3. Elaboración propia
 Figura 11.4. Elaboración propia
 Figura 11.5. Elaboración propia
 Figura 11.6. Elaboración propia
 Figura 11.7. Elaboración propia

Portadas

Capítulo I. Darling Square, ASPECT studio
 Capítulo II. Universidad de California,
 Ehrlich Architects.
 Capítulo III. Elaboración propia
 Capítulo IV. Grüne Blase Community Garden
 Capítulo V. One Darling Island, Architizer.

15. Anexos

Anexo de paneles

Paneles de espacios referenciales

1. Espacios exteriores
2. Tranquilidad/Ruido
3. Confort térmico
4. Espacios verdes
5. Densidad de vegetación

Paneles mapeo

1. Lugar preferido: Cuando hace calor
2. Peor lugar: Cuando hace calor
3. Lugar preferido: Cuando hace frío
4. Peor lugar: Cuando hace frío
5. Lugar donde nunca estoy

Anexo de cuestionarios

En este apartado se encuentran los cuestionarios rellenos por el personal. Los cuestionarios han sido rellenos por educadores sociales (ES), terapeutas ocupacionales (TO), monitores (M) y directoras (D). La encuesta D1 se encuentra en el cuerpo del trabajo.

1. ES 1
2. ES 2
3. ES 3
4. ES 4
5. ES 5
6. ES 6
7. ES 7
8. ES 8
9. ES 9
10. TO 1
11. M 1
12. D 2

Actividad 1: Post-its
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cécilia Donate

ESPACIOS EXTERIORES

1



2



3

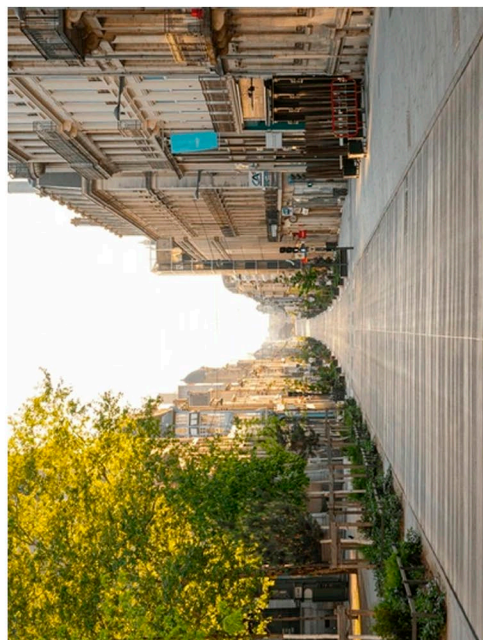


4



TRANQUILIDAD / RUIDO

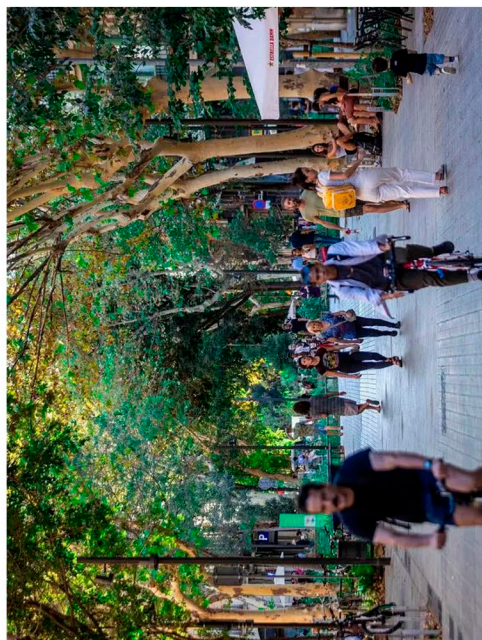
Actividad 1: Post-its
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate



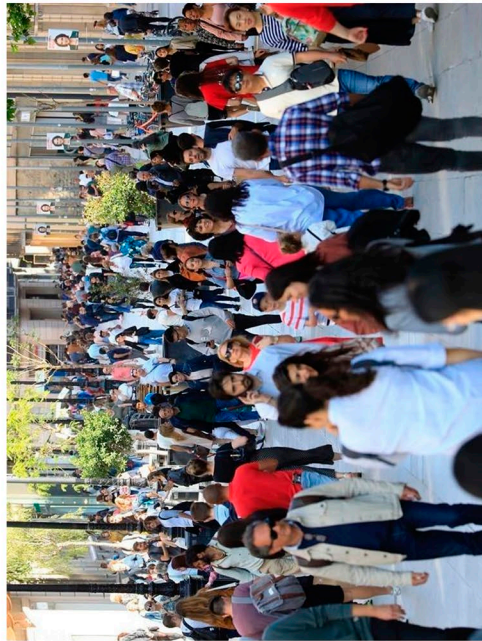
1



2



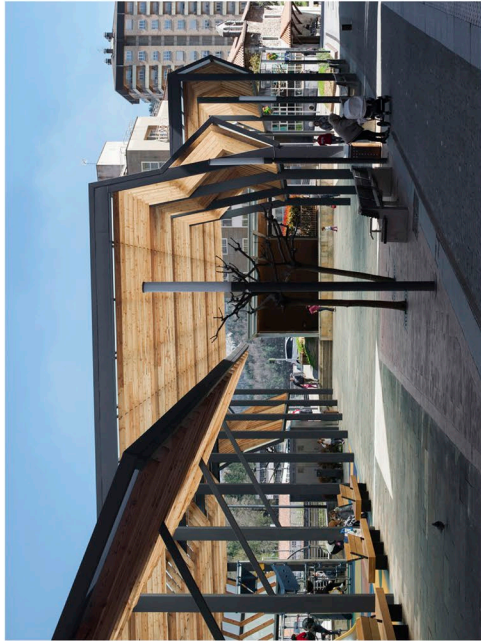
3



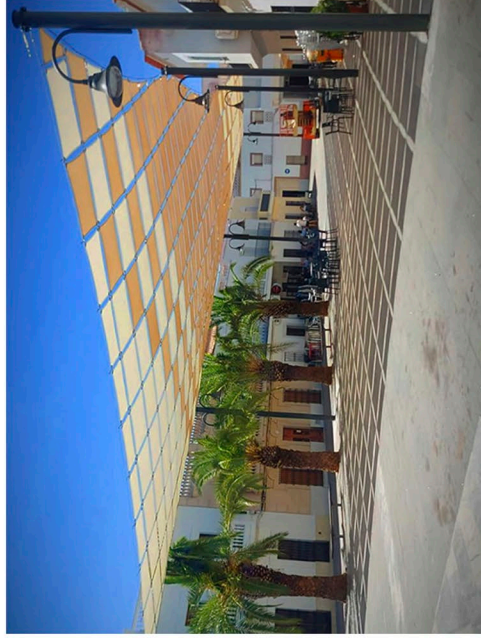
4

Actividad 1: Post-its
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cécilia Donate

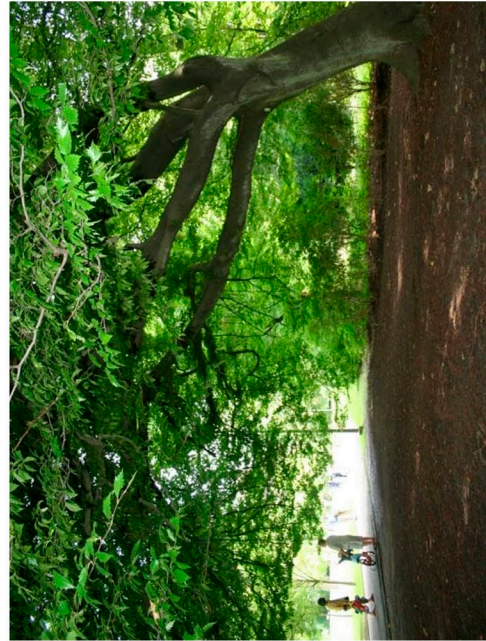
CONFORT TÉRMICO



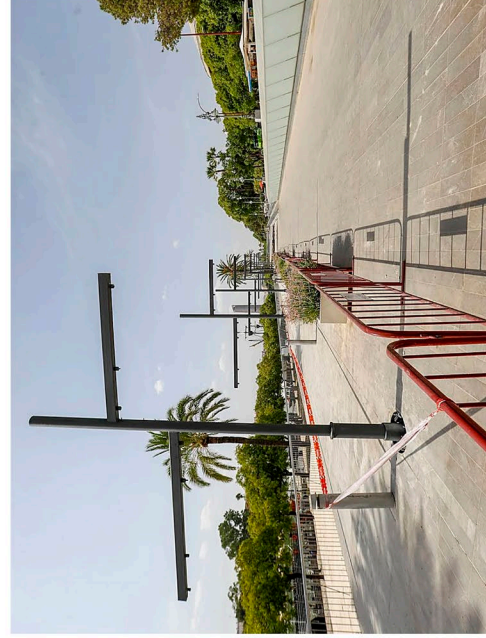
1



2



3



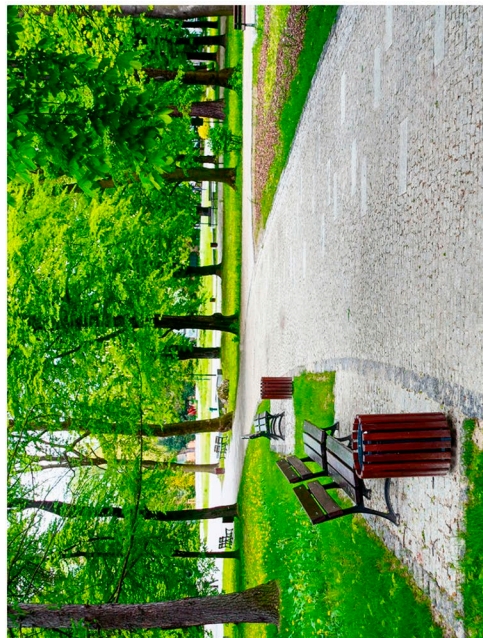
4

ESPACIOS VERDES

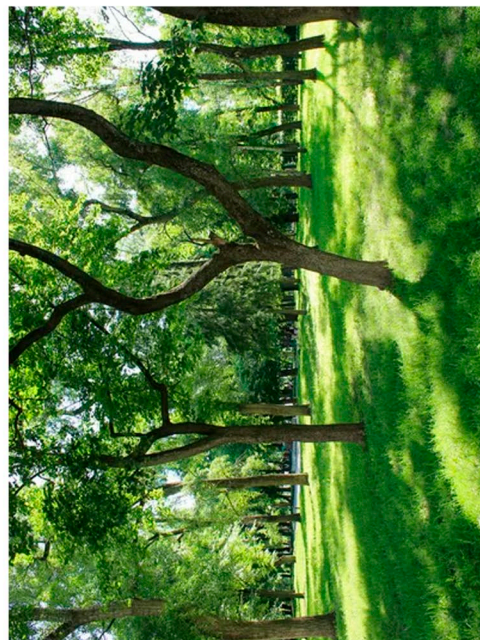
Actividad 1: Post-its
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate



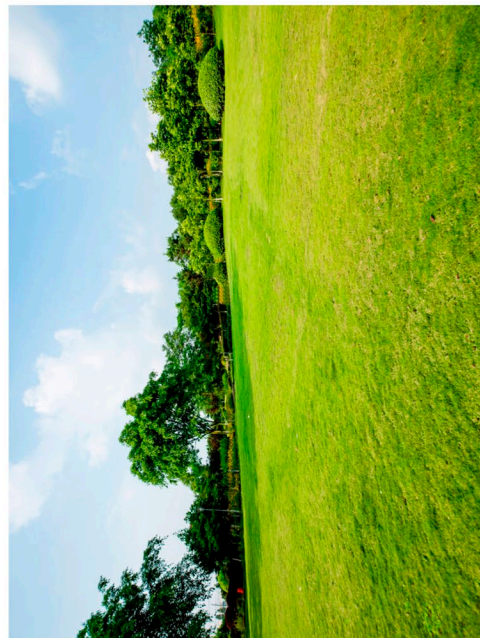
1



2



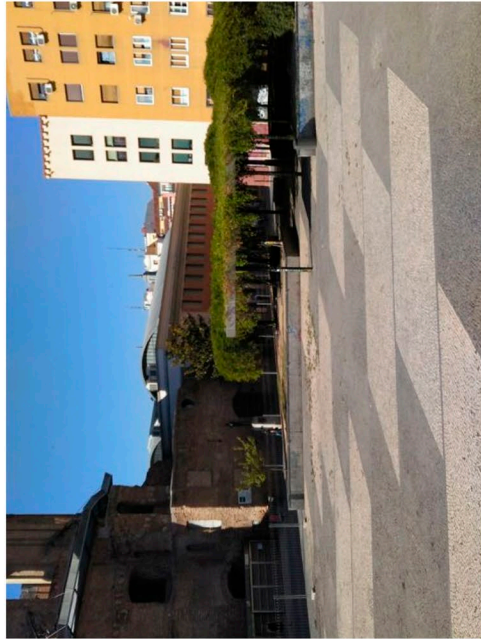
3



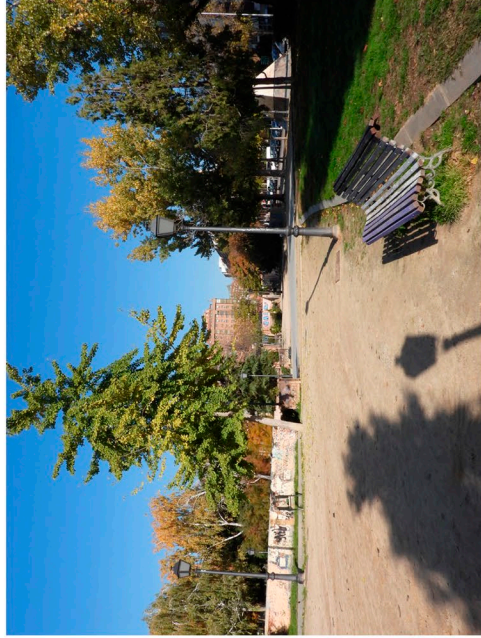
4

Actividad 1: Post-its
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate

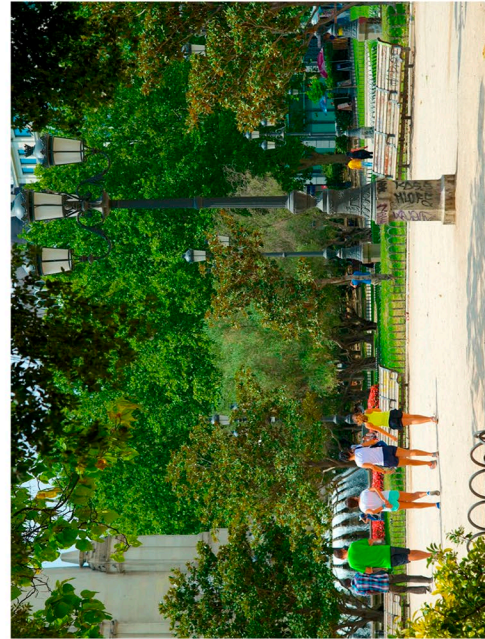
DENSIDAD VEGETACIÓN



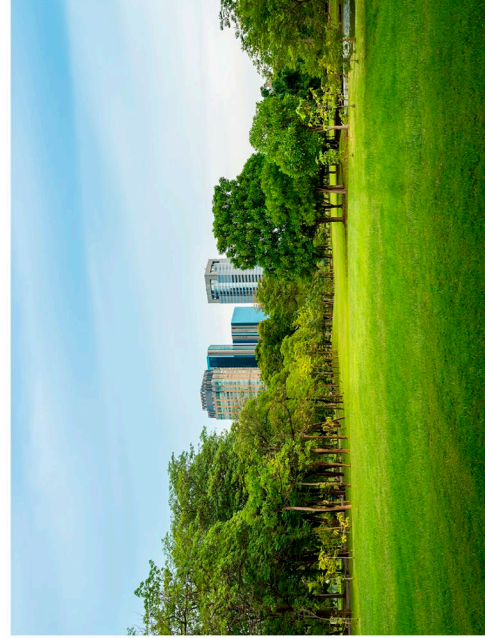
1



2



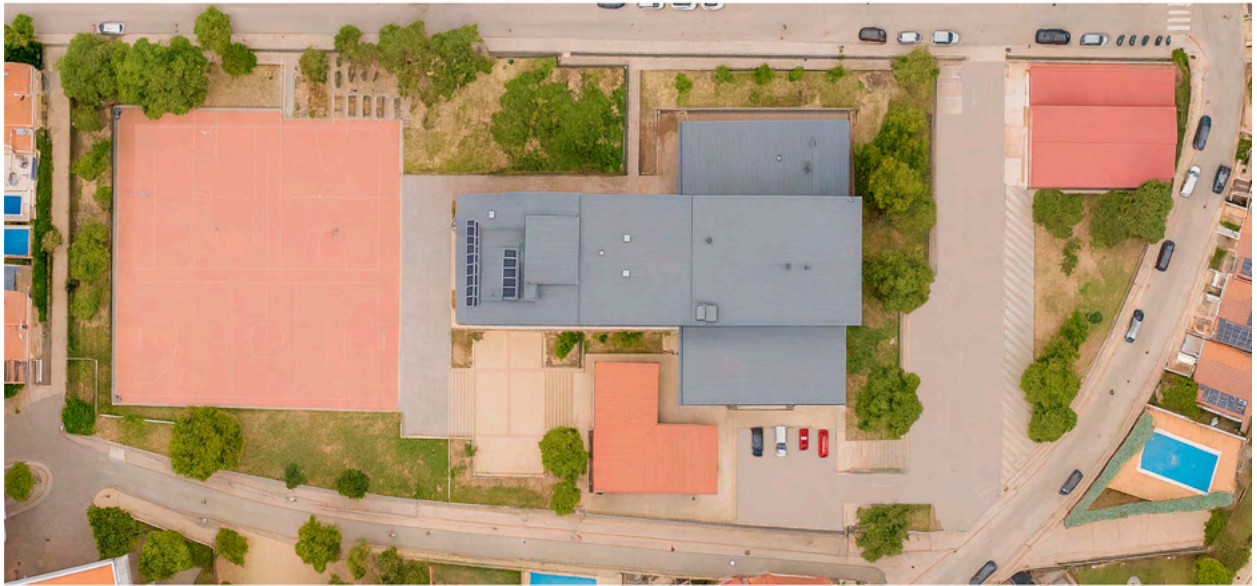
3



4

LUGAR PREFERIDO: CUANDO HACE CALOR

Actividad 2: Mapeo con Pegatinas
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate

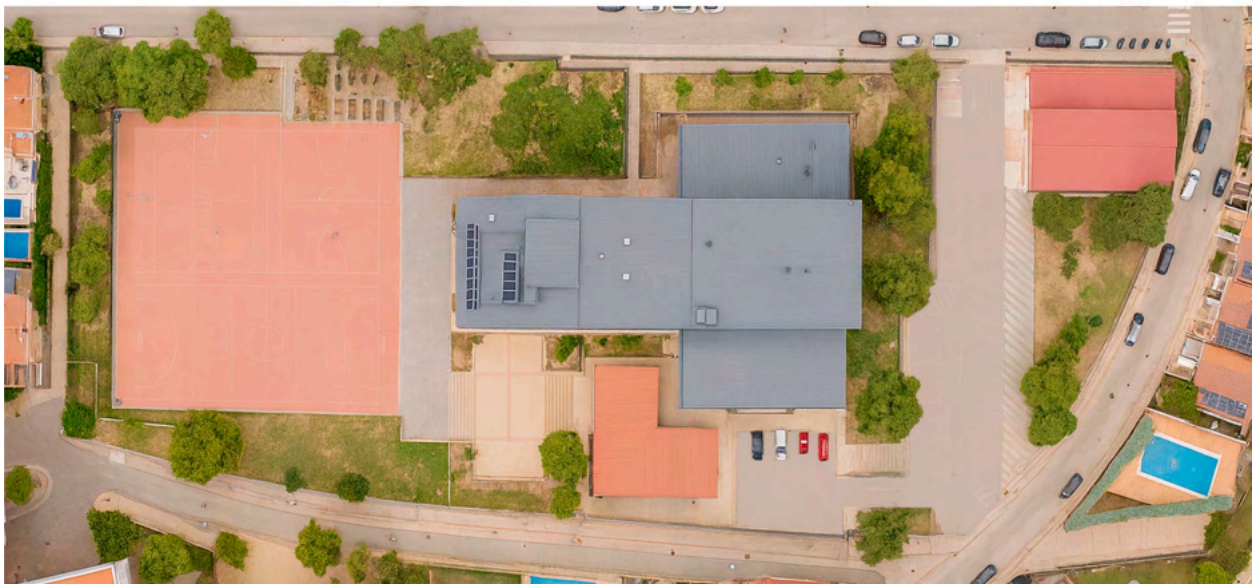


LEYENDA

- | | |
|-----------------------|----------------------|
| Mujeres por la mañana | Mujeres por la tarde |
| Hombres por la mañana | Hombres por la tarde |

PEOR LUGAR: CUANDO HACE CALOR

Actividad 2: Mapeo con Pegatinas
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate

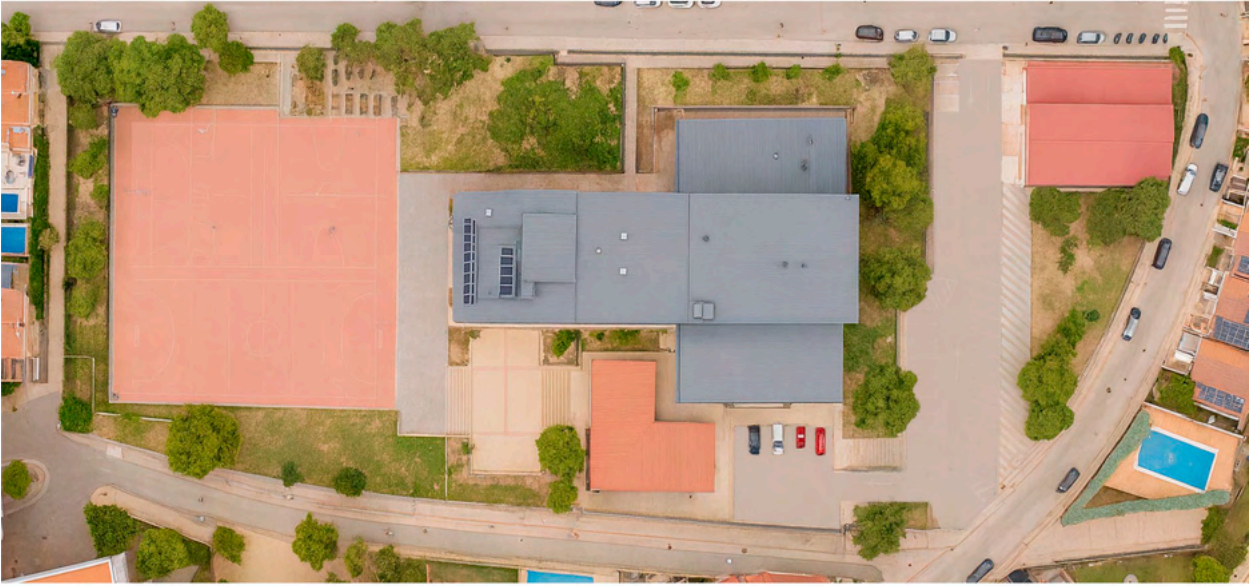


LEYENDA

- | | |
|-----------------------|----------------------|
| Mujeres por la mañana | Mujeres por la tarde |
| Hombres por la mañana | Hombres por la tarde |

LUGAR PREFERIDO: CUANDO HACE FRÍO

Actividad 2: Mapeo con Pegatinas
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate

**LEYENDA**

Mujeres por la mañana

Mujeres por la tarde

Hombres por la mañana

Hombres por la tarde

PEOR LUGAR: CUANDO HACE FRÍO

Actividad 2: Mapeo con Pegatinas
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate

**LEYENDA**

Mujeres por la mañana

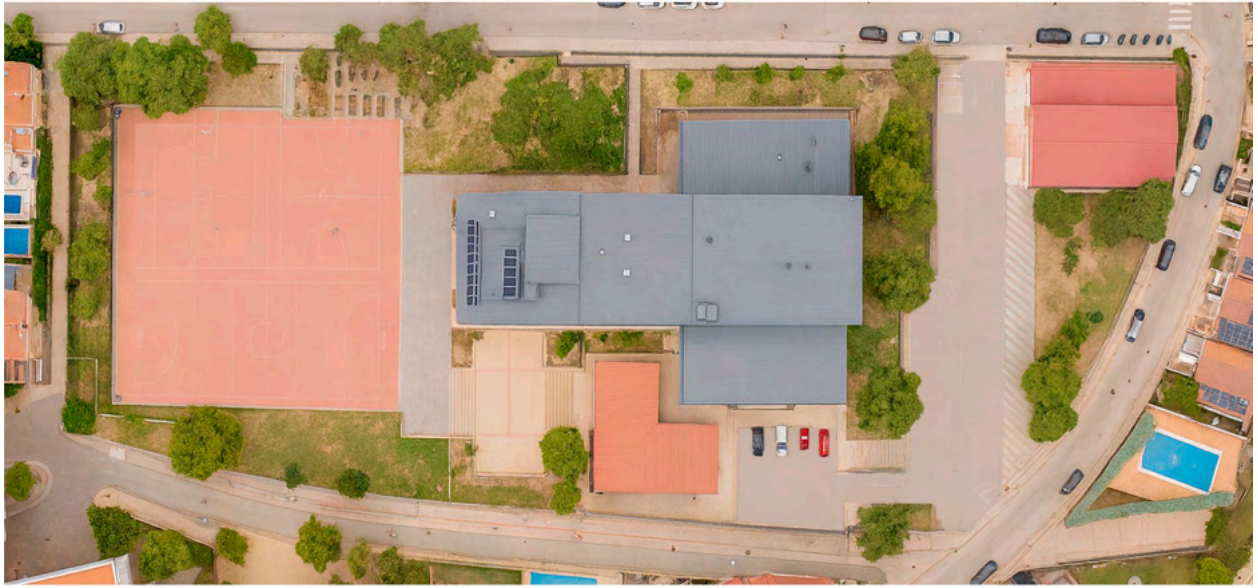
Mujeres por la tarde

Hombres por la mañana

Hombres por la tarde

LUGARES DONDE NUNCA ESTOY

Actividad 2: Mapeo con Pegatinas
Trabajo de Fin de Grado
Universidad Politécnica de Madrid
Laura Cecilia Donate



LEYENDA

Mujeres

Hombres

CUESTIONARIOS INDIVIDUALES PARA EL PERSONAL

Nombre y apellidos: JADE SÁNCHEZ PÉREZ

Cargo o función en el centro: EDUCADORA SOCIAL

Este cuestionario forma parte de un proyecto de fin de grado cuyo objetivo es analizar cómo los espacios exteriores pueden convertirse en zonas terapéuticas mediante un diseño adecuado. El trabajo, titulado "La salud mental a través de los terceros espacios exteriores", estudia de qué manera los entornos al aire libre pueden funcionar como terceros espacios: lugares donde se desarrollan actividades que fomentan la socialización, el bienestar y la interacción comunitaria.

Los objetivos de esta encuesta son determinar como estos espacios afectan a los usuario y como podrían beneficiarse de espacios diseñados específicamente para ellos. Las respuestas de este cuestionario son del 1-5 de la siguiente manera:

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Al final de cada cuestionario hay un apartado para añadir mas información como pueden ser respuesta explicadas o recomendaciones.

1.ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR

Cómo los espacios exteriores generales (no necesariamente del centro) influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios.

1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

Respecto a la pregunta 6, creo que hay personas que sí podrían utilizarlos más y lo de otra manera, pero creo que otras personas no saben más digitalizados, Salta de tab, B.D.D.D.D. intercomunicología, etc.

2. ESPACIOS EXTERIORES EN EL CENTRO

Valoración de la calidad, tamaño y funcionalidad del espacio exterior disponible.

1. Considero que los espacios exteriores actuales son adecuados para las necesidades del centro.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

2. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en distribución y variedad de usos.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

3. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en tamaño.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

4. El mobiliario exterior (banco, sombra, mesas, zonas de descanso...) es adecuado para las actividades del centro.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

5. La accesibilidad del espacio exterior es correcta para todos los perfiles de usuarios.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

6. Percibo que los usuarios utilizan los espacios exteriores con interés cuando están disponibles.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

Anotaciones extras:

En relación a la pregunta 6 cabe destacar que hay personas que no discriminan de dichos espacios por sus particularidades, siendo característico en este colectivo cierta desconexión con la realidad y/o el entorno que les rodea.

3. CONFORT, SENSORIALIDAD Y ENTORNO

Cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior

1. El nivel de iluminación natural es adecuado.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobre estimulante para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
7. La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

8. Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios.

- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |

9. Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios.

- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |

10. Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frío y calor)

- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |

11. Si estás en desacuerdo, ¿en qué momentos del día o del año observas mayor incomodidad térmica en los pacientes?

Cuando las temperaturas disminuyen o aumentan de forma más extrema (invierno y verano) a determinados horas (con o sin sol, amanecer)

13. Otros estímulos que podrían ser positivo y negativos de forma significativa:

Cuando vienen chavalos e incompan a insultar a los pacientes residentes.

4.FUNCIÓN TERAPÉUTICA

Capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación

1. Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

5.RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR

Conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas

1. La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

CUESTIONARIOS INDIVIDUALES PARA EL PERSONAL

Nombre y apellidos: MARIA NAETI
 Cargo o función en el centro: EDUCADORA SOCIAL

Este cuestionario forma parte de un proyecto de fin de grado cuyo objetivo es analizar cómo los espacios exteriores pueden convertirse en zonas terapéuticas mediante un diseño adecuado. El trabajo, titulado "La salud mental a través de los terceros espacios exteriores", estudia de qué manera los entornos al aire libre pueden funcionar como *terceros espacios*: lugares donde se desarrollan actividades que fomentan la socialización, el bienestar y la interacción comunitaria.

Los objetivos de esta encuesta son determinar como estos espacios afectan a los usuario y como podrían beneficiarse de espacios diseñados específicamente para ellos. Las respuestas de este cuestionario son del 1-5 de la siguiente manera:

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Al final de cada cuestionario hay un apartado para añadir mas información como pueden ser respuesta explicadas o recomendaciones.

1. ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR

Cómo los espacios exteriores generales (no necesariamente del centro) influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios.

1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

Para que sean espacios exteriores sean beneficiosos es necesario que los usuarios los consideren seguros.

2. ESPACIOS EXTERIORES EN EL CENTRO

Valoración de la calidad, tamaño y funcionalidad del espacio exterior disponible.

1. Considero que los espacios exteriores actuales son adecuados para las necesidades del centro.

1	(2)	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en distribución y variedad de usos.

1	2	(3)	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en tamaño.

1	2	3	(4)	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. El mobiliario exterior (bancos, sombra, mesas, zonas de descanso...) es adecuado para las actividades del centro.

1	(2)	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. La accesibilidad del espacio exterior es correcta para todos los perfiles de usuarios.

1	2	3	(4)	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. Percibo que los usuarios utilizan los espacios exteriores con interés cuando están disponibles.

1	2	(3)	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. CONFORT, SENSORIALIDAD Y ENTORNO

Cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior

1. El nivel de iluminación natural es adecuado.

1	2	3	(4)	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado.

1	2	3	(4)	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios.

1	2	3	(4)	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios.

1	2	(3)	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada.

1	(2)	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobre estimulante para los usuarios.

1	2	3	(4)	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
7. La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios.

1	2	3	(4)	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4.FUNCIÓN TERAPÉUTICA

Capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación

- 1. Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
- 2. El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
- 3. Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
- 4. Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
- 5. Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

8. Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios.

- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |

9. Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios.

- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |

10. Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frío y calor)

- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |

11. Si estás en desacuerdo, ¿en qué momentos del día o del año observas mayor incomodidad térmica en los pacientes?

Epocas de mucho calor, la sombra la proporcione un tejado de chapa por lo que hace "efecto horno".

13. Otros estímulos que podrían ser positivo y negativos de forma significativa:

5.RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR

Conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas

1. La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

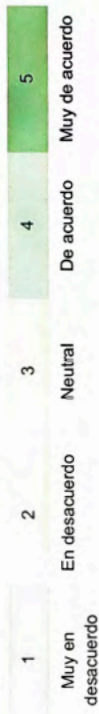
Anotaciones extras:

CUESTIONARIOS INDIVIDUALES PARA EL PERSONAL

Nombre y apellidos: Rafael Rubio Cabero
 Cargo o función en el centro: Educador Social

Este cuestionario forma parte de un proyecto de fin de grado cuyo objetivo es analizar cómo los espacios exteriores pueden convertirse en zonas terapéuticas mediante un diseño adecuado. El trabajo, titulado "La salud mental a través de los terceros espacios exteriores", estudia de qué manera los entornos al aire libre pueden funcionar como terceros espacios: lugares donde se desarrollan actividades que fomentan la socialización, el bienestar y la interacción comunitaria.

Los objetivos de esta encuesta son determinar como estos espacios afectan a los usuarios y como podrían beneficiarse de espacios diseñados específicamente para ellos. Las respuestas de este cuestionario son del 1-5 de la siguiente manera.

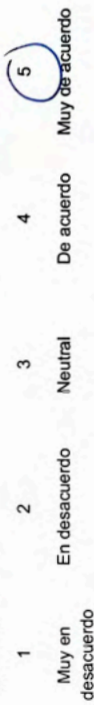


Al final de cada cuestionario hay un apartado para añadir mas información como pueden ser respuesta explicadas o recomendaciones.

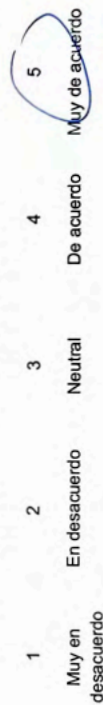
1. ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR

Cómo los espacios exteriores generales (no necesariamente del centro) influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios.

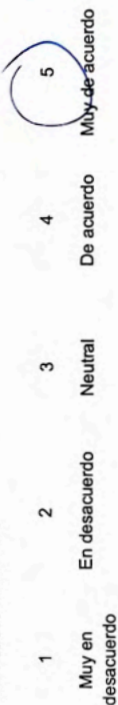
1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.



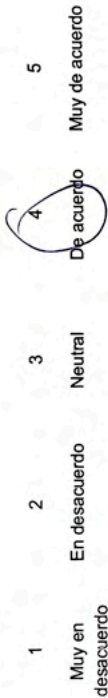
2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.



3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre



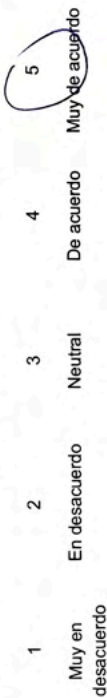
4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.



5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.



6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.



7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.



Anotaciones extras:

2. ESPACIOS EXTERIORES EN EL CENTRO

Valoración de la calidad, tamaño y funcionalidad del espacio exterior disponible.

1. Considero que los espacios exteriores actuales son adecuados para las necesidades del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en distribución y variedad de usos.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en tamaño.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. El mobiliario exterior (bancos, sombra, mesas, zonas de descanso...) es adecuado para las actividades del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. La accesibilidad del espacio exterior es correcta para todos los perfiles de usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. Percibo que los usuarios utilizan los espacios exteriores con interés cuando están disponibles.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. CONFORT, SENSORIALIDAD Y ENTORNO

Cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior

1. El nivel de iluminación natural es adecuado.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobre estimulante para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
7. La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4.FUNCIÓN TERAPÉUTICA

- Capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación
- Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
 - El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
 - Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
 - Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
 - Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

- Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
- Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
- Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frío y calor)

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
- Si estás en desacuerdo, ¿en qué momentos del día o del año observas mayor incomodidad térmica en los pacientes?

13. Otros estímulos que podrían ser positivo y negativos de forma significativa:

S

5. RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR

Conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas

1. La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.

1
Muy en desacuerdo 2 3 4 5
De desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

2. Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva.

1
Muy en desacuerdo 2 3 4 5
De desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

3. Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.

1 2 3 4 5
Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

4. Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.

1 2 3 4 5
Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

5. Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.

1 2 3 4 5
Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

CUESTIONARIOS INDIVIDUALES PARA EL PERSONAL

Nombre y apellidos: Rita Garcia del Castillo

Cargo o función en el centro: Educadora social

Este cuestionario forma parte de un proyecto de fin de grado cuyo objetivo es analizar cómo los espacios exteriores pueden convertirse en zonas terapéuticas mediante un diseño adecuado. El trabajo, titulado "La salud mental a través de los terceros espacios exteriores", estudia de qué manera los entornos al aire libre pueden funcionar como terceros espacios: lugares donde se desarrollan actividades que fomentan la socialización, el bienestar y la interacción comunitaria.

Los objetivos de esta encuesta son determinar como estos espacios afectan a los usuario y como podrian beneficiarse de espacios diseñados específicamente para ellos. Las respuestas de este cuestionario son del 1-5 de la siguiente manera:

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Al final de cada cuestionario hay un apartado para añadir mas información como pueden ser respuesta explicadas o recomendaciones.

1.ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR

Cómo los espacios exteriores generales (no necesariamente del centro) influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios.

1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones o extras:

2. ESPACIOS EXTERIORES EN EL CENTRO

Valoración de la calidad, tamaño y funcionalidad del espacio exterior disponible.

1. Considero que los espacios exteriores actuales son adecuados para las necesidades del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en distribución y variedad de usos.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en tamaño.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. El mobiliario exterior (bancos, sombra, mesas, zonas de descanso...) es adecuado para las actividades del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. La accesibilidad del espacio exterior es correcta para todos los perfiles de usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. Percibo que los usuarios utilizan los espacios exteriores con interés cuando están disponibles.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. CONFORT, SENSORIALIDAD Y ENTORNO

Cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior

1. El nivel de iluminación natural es adecuado.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobre estimulante para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
7. La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. FUNCIÓN TERAPÉUTICA

Capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación

1. Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

8. Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios.

- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |

9. Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios.

- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |

10. Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frío y calor)

- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |

11. Si estás en desacuerdo, ¿en qué momentos del día o del año observas mayor incomodidad térmica en los pacientes?

VERANO

13. Otros estímulos que podrían ser positivo y negativos de forma significativa:

5.RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR

Conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas

1. La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

CUESTIONARIOS INDIVIDUALES PARA EL PERSONAL

Nombre y apellidos: NOEZA MARTIN MOLINA

Cargo o función en el centro: EDUCADORA SOCIAL

Este cuestionario forma parte de un proyecto de fin de grado cuyo objetivo es analizar cómo los espacios exteriores pueden convertirse en zonas terapéuticas mediante un diseño adecuado. El trabajo, titulado "La salud mental a través de los terceros espacios exteriores", estudia de qué manera los entornos al aire libre pueden funcionar como *terceros espacios*: lugares donde se desarrollan actividades que fomentan la socialización, el bienestar y la interacción comunitaria.

Los objetivos de esta encuesta son determinar como estos espacios afectan a los usuarios y como podrían beneficiarse de espacios diseñados específicamente para ellos. Las respuestas de este cuestionario son del 1-5 de la siguiente manera:

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Al final de cada cuestionario hay un apartado para añadir mas información como pueden ser respuesta explicadas o recomendaciones.

1.ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR

Cómo los espacios exteriores generales (no necesariamente del centro) influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios.

1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

3. CONFORT, SENSORIALIDAD Y ENTORNO

Cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior

1. El nivel de iluminación natural es adecuado.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
2. El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
3. El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
4. Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
5. Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
6. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobre estimulante para los usuarios.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
7. La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |

8. Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

9. Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

10. Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frío y calor)

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

11. Si estás en desacuerdo, ¿en qué momentos del día o del año observas mayor incomodidad térmica en los pacientes?

Verano - Invierno.
Temperaturas extremas.

13. Otros estímulos que podrían ser positivo y negativos de forma significativa:

4. FUNCIÓN TERAPÉUTICA

Capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación

1. Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

5. RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR

Conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas

1. La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

CUESTIONARIOS INDIVIDUALES PARA EL PERSONAL

Nombre y apellidos: Isara Ponce Abella

Cargo o función en el centro: Técnica Educación social

Este cuestionario forma parte de un proyecto de fin de grado cuyo objetivo es analizar cómo los espacios exteriores pueden convertirse en zonas terapéuticas mediante un diseño adecuado. El trabajo, titulado "La salud mental a través de los terceros espacios exteriores", estudia de qué manera los entornos al aire libre pueden funcionar como terceros espacios: lugares donde se desarrollan actividades que fomentan la socialización, el bienestar y la interacción comunitaria.

Los objetivos de esta encuesta son determinar como estos espacios afectan a los usuarios y como podrían beneficiarse de espacios diseñados específicamente para ellos. Las respuestas de este cuestionario son del 1-5 de la siguiente manera:

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Al final de cada cuestionario hay un apartado para añadir mas información como pueden ser respuesta explicadas o recomendaciones.

1. ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR

Cómo los espacios exteriores generales (no necesariamente del centro) influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios.

1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

-Es una res parte genérica, aunque hay personas que dependiendo de su sintomatología los espacios ex tienen les estresan. así más.

2. ESPACIOS EXTERIORES EN EL CENTRO

Valoración de la calidad, tamaño y funcionalidad del espacio exterior disponible.

1. Considero que los espacios exteriores actuales son adecuados para las necesidades del centro.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

2. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en distribución y variedad de usos.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

3. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en tamaño.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

4. El mobiliario exterior (bancos, sombra, mesas, zonas de descanso...) es adecuado para las actividades del centro.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

5. La accesibilidad del espacio exterior es correcta para todos los perfiles de usuarios.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

6. Percibo que los usuarios utilizan los espacios exteriores con interés cuando están disponibles.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

3. CONFORT, SENSORIALIDAD Y ENTORNO

Cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior

1. El nivel de iluminación natural es adecuado.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

2. El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

3. El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

4. Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

5. Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

6. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobre estimulante para los usuarios.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

7. La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

4. FUNCIÓN TERAPÉUTICA

Capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación

1. Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

2. El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

3. Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

4. Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

5. Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

Las personas usuarias a veces cambian sus respuestas dependiendo del entorno en el que se encuentran.

8. Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

9. Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

10. Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frío y calor)

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

11. Si estás en desacuerdo, ¿en qué momentos del día o del año observas mayor incomodidad térmica en los pacientes?

Verano con ole de calor

13. Otros estímulos que podrían ser positivo y negativos de forma significativa:

5.RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR

Conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas

1. La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

2. Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

3. Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

4. Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

5. Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

CUESTIONARIOS INDIVIDUALES PARA EL PERSONAL

Nombre y apellidos: MARÍA GALLUGO MORENO

Cargo o función en el centro: ENCUADRO SOCIAL

Este cuestionario forma parte de un proyecto de fin de grado cuyo objetivo es analizar cómo los espacios exteriores pueden convertirse en zonas terapéuticas mediante un diseño adecuado. El trabajo, titulado "La salud mental a través de los terceros espacios exteriores", estudia de qué manera los entornos al aire libre pueden funcionar como terceros espacios: lugares donde se desarrollan actividades que fomentan la socialización, el bienestar y la interacción comunitaria.

Los objetivos de esta encuesta son determinar como estos espacios afectan a los usuarios y como podrían beneficiarse de espacios diseñados específicamente para ellos. Las respuestas de este cuestionario son del 1-5 de la siguiente manera:

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Al final de cada cuestionario hay un apartado para añadir mas información como pueden ser respuesta explicadas o recomendaciones.

1. ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR

Cómo los espacios exteriores generales (no necesariamente del centro) influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios.

1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

2. ESPACIOS EXTERIORES EN EL CENTRO

Valoración de la calidad, tamaño y funcionalidad del espacio exterior disponible.

1. Considero que los espacios exteriores actuales son adecuados para las necesidades del centro.

1		2	3	4	5
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en distribución y variedad de usos.

1		2	3	4	5
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en tamaño.

1		2	3	4	5
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. El mobiliario exterior (bancos, sombra, mesas, zonas de descanso...) es adecuado para las actividades del centro.

1		2	3	4	5
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. La accesibilidad del espacio exterior es correcta para todos los perfiles de usuarios.

1		2	3	4	5
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. Percibo que los usuarios utilizan los espacios exteriores con interés cuando están disponibles.

1		2	3	4	5
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior

1. El nivel de iluminación natural es adecuado.

1		2	3	4	5
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado.

1		2	3	4	5
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios.

1		2	3	4	5
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios.

1		2	3	4	5
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada.

1		2	3	4	5
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobre estimulante para los usuarios.

1		2	3	4	5
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
7. La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios.

1		2	3	4	5
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4.FUNCIÓN TERAPÉUTICA

Capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación

1. Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.

1 Muy en desacuerdo 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

2. El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.

1 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

3. Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios.

1 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

4. Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.

1 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

5. Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro.

1 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

8. Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios.

1 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

9. Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios.

1 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

10. Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frío y calor)

1 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

11. Si estás en desacuerdo, ¿en qué momentos del día o del año observas mayor incomodidad térmica en los pacientes?

En verano, ya que el porche hace efecto invernadero.

13. Otros estímulos que podrían ser positivo y negativos de forma significativa:

5. RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR

Conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas

1. La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

CUESTIONARIOS INDIVIDUALES PARA EL PERSONAL

Nombre y apellidos: Jaura de la Vega

Cargo o función en el centro: Educadora Social

Este cuestionario forma parte de un proyecto de fin de grado cuyo objetivo es analizar cómo los espacios exteriores pueden convertirse en zonas terapéuticas mediante un diseño adecuado. El trabajo, titulado "La salud mental a través de los terceros espacios exteriores", estudia de qué manera los entornos al aire libre pueden funcionar como **terceros espacios**: lugares donde se desarrollan actividades que fomentan la socialización, el bienestar y la interacción comunitaria.

Los objetivos de esta encuesta son determinar como estos espacios afectan a los usuario y como podrian beneficiarse de espacios diseñados específicamente para ellos. Las respuestas de este cuestionario son del 1-5 de la siguiente manera:

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Al final de cada cuestionario hay un apartado para añadir mas información como pueden ser respuesta explicadas o recomendaciones.

1. ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR

Cómo los espacios exteriores generales (no necesariamente del centro) influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios.

1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

2. ESPACIOS EXTERIORES EN EL CENTRO

Valoración de la calidad, tamaño y funcionalidad del espacio exterior disponible.

1. Considero que los espacios exteriores actuales son adecuados para las necesidades del centro.

1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en distribución y variedad de usos.

1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en tamaño.

1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. El mobiliario exterior (bancos, sombra, mesas, zonas de descanso...) es adecuado para las actividades del centro.

1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. La accesibilidad del espacio exterior es correcta para todos los perfiles de usuarios.

1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. Percibo que los usuarios utilizan los espacios exteriores con interés cuando están disponibles.

1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. CONFORT, SENSORIALIDAD Y ENTORNO

Cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior

1. El nivel de iluminación natural es adecuado.

1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado.

1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios.

1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios.

1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada.

1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobre estimulante para los usuarios.

1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
7. La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios

1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4.FUNCIÓN TERAPÉUTICA

Capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación

1. Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

8. Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

X

9. Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

X

10. Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frío y calor)

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

X

11. Si estás en desacuerdo, ¿en qué momentos del día o del año observas mayor incomodidad térmica en los pacientes?

En verano se alcanzan altas temperaturas en las habitas (32º) y en invierno hace frío por las rochas. En el parque al ser de metal se calienta mucho y hace que no se pueda estar abajo.

13. Otros estímulos que podrían ser positivo y negativos de forma significativa:

Más color en las paredes.

5. RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR

Conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas

1. La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

CUESTIONARIOS INDIVIDUALES PARA EL PERSONAL

Nombre y apellidos: JULIO JAMES CORTÉS
 Cargo o función en el centro: EDUCADOR SOCIAL

Este cuestionario forma parte de un proyecto de fin de grado cuyo objetivo es analizar cómo los espacios exteriores pueden convertirse en zonas terapéuticas mediante un diseño adecuado. El trabajo, titulado "La salud mental a través de los terceros espacios exteriores", estudia de qué manera los entornos al aire libre pueden funcionar como *terceros espacios*: lugares donde se desarrollan actividades que fomentan la socialización, el bienestar y la interacción comunitaria.

Los objetivos de esta encuesta son determinar como estos espacios afectan a los usuarios y como podrían beneficiarse de espacios diseñados específicamente para ellos. Las respuestas de este cuestionario son del 1-5 de la siguiente manera:

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Al final de cada cuestionario hay un apartado para añadir mas información como pueden ser respuesta explicadas o recomendaciones.

1. ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR

Cómo los espacios exteriores generales (no necesariamente del centro) influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios.

1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

LOS USUARIOS TIENEN UN CAMBIO MUY IMPORTANTE AL SALIR FUERA DEL RECURSO, SOBRE TODO EN LA NATURALEZA. EXPRESAN 7 SENTIMIENTOS EMOCIONALES Y SENTIMIENTOS QUE CUANDO ESTÁN DENTRO.

2. ESPACIOS EXTERIORES EN EL CENTRO

Valoración de la calidad, tamaño y funcionalidad del espacio exterior disponible.

1. Considero que los espacios exteriores actuales son adecuados para las necesidades del centro.

1 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

2. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en distribución y variedad de usos.

1 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

3. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en tamaño.

1 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

4. El mobiliario exterior (bancos, sombra, mesas, zonas de descanso...) es adecuado para las actividades del centro.

1 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

5. La accesibilidad del espacio exterior es correcta para todos los perfiles de usuarios.

1 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

6. Percibo que los usuarios utilizan los espacios exteriores con interés cuando están disponibles.

1 2 3 4 5
 Muy en desacuerdo En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

VALI05 DE LAS VARIACIONES NO UTILIZAN LOS ESPACIOS EXTERIORES DEL CENTRO

3. CONFORT, SENSORIALIDAD Y ENTORNO

Cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior

- | | | | | | |
|---|---------------|---------|------------|----------------|---|
| 1. El nivel de iluminación natural es adecuado. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo | |
| 2. El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo | |
| 3. El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo | |
| 4. Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo | |
| 5. Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo | |
| 6. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobre estimulante para los usuarios. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo | |
| 7. La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo | |
| 8. Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo | |
| 9. Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo | |
| 10. Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frío y calor) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo | |
| 11. Si estás en desacuerdo, ¿en qué momentos del día o del año observas mayor incomodidad térmica en los pacientes? | | | | | |
| 13. Otros estímulos que podrían ser positivo y negativos de forma significativa: | | | | | |

4. FUNCIÓN TERAPÉUTICA

Capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación

1. Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.

1 2 3 4 5
Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
desacuerdo

2. El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.

1 2 3 4 5
Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
desacuerdo

3. Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios.

1 2 3 4 5
Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
desacuerdo

4. Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.

1 2 3 4 5
Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
desacuerdo

5. Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro.

1 2 3 4 5
Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
desacuerdo

Anotaciones extras:

TEMEROS QUE AFROGUEAR LOS ESPACIOS EXTERIORES MÁS EL TIEMPO LO PERCIBITE .
MÁS SON LOGRALE Y COMENTAR DIFERENTES QUE DEBEMOS APRENDER JUNTOS
A LOS ACTIVOS DE SALUD.

5. RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR

Conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas

1. La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.

1 2 3 4 5
Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
desacuerdo

2. Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva.

1 2 3 4 5
Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
desacuerdo

3. Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.

1 2 3 4 5
Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
desacuerdo

4. Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.

1 2 3 4 5
Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
desacuerdo

5. Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.

1 2 3 4 5
Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
desacuerdo

Anotaciones extras:

CUESTIONARIOS INDIVIDUALES PARA EL PERSONAL

Nombre y apellidos: CANDELA SOLEDAD RUIZ

Cargo o función en el centro: TECNICARIA COOPERACIONAL

Este cuestionario forma parte de un proyecto de fin de grado cuyo objetivo es analizar cómo los espacios exteriores pueden convertirse en zonas terapéuticas mediante un diseño adecuado. El trabajo, titulado "La salud mental a través de los terceros espacios exteriores", estudia de qué manera los entornos al aire libre pueden funcionar como *terceros espacios*: lugares donde se desarrollan actividades que fomentan la socialización, el bienestar y la interacción comunitaria.

Los objetivos de esta encuesta son determinar como estos espacios afectan a los usuarios y como podrían beneficiarse de espacios diseñados específicamente para ellos. Las respuestas de este cuestionario son del 1-5 de la siguiente manera:

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Al final de cada cuestionario hay un apartado para añadir mas información como pueden ser respuesta explicadas o recomendaciones.

1. ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR

Cómo los espacios exteriores generales (no necesariamente del centro) influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios.

1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

SEGUNDA ENCUESTA

2. ESPACIOS EXTERIORES EN EL CENTRO

Valoración de la calidad, tamaño y funcionalidad del espacio exterior disponible.

1. Considero que los espacios exteriores actuales son adecuados para las necesidades del centro.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

2. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en distribución y variedad de usos.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

3. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en tamaño.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

4. El mobiliario exterior (banco, sombra, mesas, zonas de descanso...) es adecuado para las actividades del centro.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

5. La accesibilidad del espacio exterior es correcta para todos los perfiles de usuarios.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

6. Percibo que los usuarios utilizan los espacios exteriores con interés cuando están disponibles.

1 Muy en desacuerdo 2 En desacuerdo 3 Neutral 4 De acuerdo 5 Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

USUARIOS CON DISCAPACIDADES DE OTROS TIPOS (CEGAS, LISVALES, ETC.) TIENEN MÁS DIFICULTAD PARA EL USO DE ESPACIOS.

3. CONFORT, SENSORIALIDAD Y ENTORNO

Cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior

- 1. El nivel de iluminación natural es adecuado.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
- 2. El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
- 3. El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
- 4. Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
- 5. Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
- 6. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobre estimulante para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
- 7. La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

8. Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios.

- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |

9. Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios.

- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |

10. Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frio y calor)

- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |

11. Si estás en desacuerdo, ¿en qué momentos del día o del año observas mayor incomodidad térmica en los pacientes?

EN VERANO 1 SE ACUMULA MUCHO CALOR EN ZONAS EXTERIORES, SOBRE TODO POR EL TRÁFICO. Y LA ZONA DE TRÁFICO METRICO.

13. Otros estímulos que podrían ser positivo y negativos de forma significativa:

4. FUNCIÓN TERAPÉUTICA

Capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación

1. Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

5. RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR

Conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas

1. La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

CUESTIONARIOS INDIVIDUALES PARA EL PERSONAL

Nombre y apellidos: ZARINA ESTEBAN PEREIRA

Cargo o función en el centro: MONITORA

Este cuestionario forma parte de un proyecto de fin de grado cuyo objetivo es analizar cómo los espacios exteriores pueden convertirse en zonas terapéuticas mediante un diseño adecuado. El trabajo, titulado "La salud mental a través de los terceros espacios exteriores", estudia de qué manera los entornos al aire libre pueden funcionar como **terceros espacios**: lugares donde se desarrollan actividades que fomentan la socialización, el bienestar y la interacción comunitaria.

Los objetivos de esta encuesta son determinar como estos espacios afectan a los usuario y como podrian beneficiarse de espacios diseñados específicamente para ellos. Las respuestas de este cuestionario son del 1-5 de la siguiente manera:

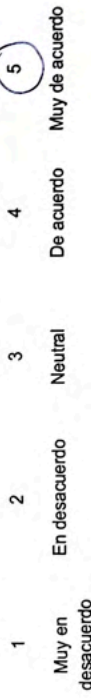


Al final de cada cuestionario hay un apartado para añadir mas información como pueden ser respuesta explicadas o recomendaciones.

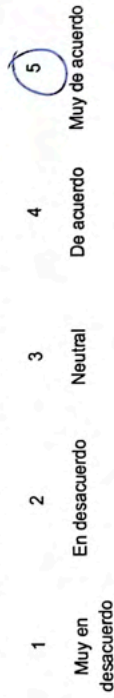
1.ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR

Cómo los espacios exteriores generales (no necesariamente del centro) influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios.

1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.



2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.



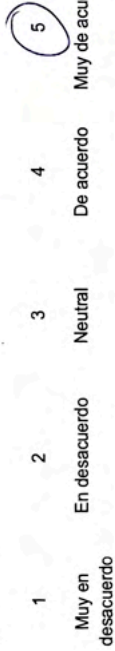
3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre



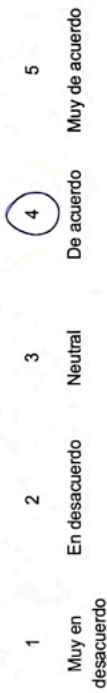
4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.



5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.



6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.



7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.



Anotaciones extras:

2. ESPACIOS EXTERIORES EN EL CENTRO

Valoración de la calidad, tamaño y funcionalidad del espacio exterior disponible.

1. Considero que los espacios exteriores actuales son adecuados para las necesidades del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en distribución y variedad de usos.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Me parece que los espacios exteriores son suficientes en tamaño.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. El mobiliario exterior (bancos, sombra, mesas, zonas de descanso...) es adecuado para las actividades del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. La accesibilidad del espacio exterior es correcta para todos los perfiles de usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. Percibo que los usuarios utilizan los espacios exteriores con interés cuando están disponibles.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. CONFORT, SENSORIALIDAD Y ENTORNO

Cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior

1. El nivel de iluminación natural es adecuado.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
6. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobre estimulante para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
7. La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4.FUNCIÓN TERAPÉUTICA

8. Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

9. Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

10. Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frío y calor)

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

11. Si estás en desacuerdo, ¿en qué momentos del día o del año observas mayor incomodidad térmica en los pacientes?

VERANO → EXCESIVO CALOR Y POCO APROVECHAMIENTO DE LAS
 TECHOS
 INVIERNO → FALTA DE LUGARES EXTERIORES ALGO MENOS
 EXPUESTOS.

12. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobreesimulante para los usuarios.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

13. Otros estímulos que podrían ser positivo y negativos de forma significativa:

Mejor cuidado de exteriores mejoraría el ánimo

Capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación

1. Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

2. El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

3. Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

4. Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

5. Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro.

1 2 3 4 5
 Muy en En desacuerdo Neutral De acuerdo Muy de acuerdo
 desacuerdo

Anotaciones extras:

5. RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR

Conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas

1. La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

CUESTIONARIOS INDIVIDUALES PARA EL PERSONAL

Nombre y apellidos: VAR CARULLO RUIZ
 Cargo o función en el centro: Dirección CRPS Frenobabe

Este cuestionario forma parte de un proyecto de fin de grado cuyo objetivo es analizar cómo los espacios exteriores pueden convertirse en zonas terapéuticas mediante un diseño adecuado. El trabajo, titulado "La salud mental a través de los terceros espacios exteriores", estudia de qué manera los entornos al aire libre pueden funcionar como terceros espacios: lugares donde se desarrollan actividades que fomentan la socialización, el bienestar y la interacción comunitaria.

Los objetivos de esta encuesta son determinar como estos espacios afectan a los usuario y como podrían beneficiarse de espacios diseñados específicamente para ellos. Las respuestas de este cuestionario son del 1-5 de la siguiente manera:

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Al final de cada cuestionario hay un apartado para añadir mas información como pueden ser respuesta explicadas o recomendaciones.

1. ESPACIOS EXTERIORES Y BIENESTAR

Cómo los espacios exteriores generales (no necesariamente del centro) influyen en el estado emocional y psicológico de los usuarios.

1. Considero que los espacios exteriores son importantes para el bienestar mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

2. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo al aire libre.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

3. Observo cambios positivos en el ánimo de los usuarios cuando pasan tiempo haciendo actividades al aire libre

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

4. Creo que el contacto con la naturaleza o el entorno exterior ayuda a reducir estrés, inquietud o agitación.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

5. Percibo que los espacios exteriores favorecen la relajación y la autorregulación emocional de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

6. Considero que los usuarios utilizan menos los espacios exteriores de lo que podrían.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

7. Considero que una adaptación a los espacios exteriores tendría un impacto positivo en la salud mental de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

3. CONFORT, SENSORIALIDAD Y ENTORNO

Cómo se percibe la calidad sensorial y física del exterior

1. El nivel de iluminación natural es adecuado.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
2. El nivel de sombra en los espacios exteriores es adecuado.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
3. El ruido en el espacio exterior es incómodo para los usuarios.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
4. Los olores en el espacio exterior son cómodos para los usuarios.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
5. Considero que el mantenimiento y la limpieza de los espacios exteriores es adecuada.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
6. El entorno exterior ofrece una experiencia sensorial calmada y no sobre estimulante para los usuarios.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
7. La vegetación y los elementos naturales presentes contribuyen positivamente al bienestar de los usuarios
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
8. Los colores (pista, muros, vallas...) son incómodos o podrían ser mejores para los usuarios.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
9. Los materiales utilizados en los espacios exteriores (suelo, mobiliario, pavimentos) son adecuados y confortables para los usuarios.
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
10. Las temperaturas son térmicamente confortables en los espacios exteriores (frío y calor)
- | | | | | |
|-------------------|---------------|---------|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Muy de acuerdo |
11. Si estás en desacuerdo, ¿en qué momentos del día o del año observas mayor incomodidad térmica en los pacientes?
Falta resguardo para el frío y sombra para la temperatura de mayor calor.
13. Otros estímulos que podrían ser positivo y negativos de forma significativa:
Querer una zona de sombra y más vegetación y cubrir espacios exteriores que resguarden del...

4. FUNCIÓN TERAPÉUTICA

Capacidad del exterior del centro para acoger actividades y apoyar procesos de recuperación

1. Los espacios exteriores permiten realizar actividades terapéuticas de manera adecuada.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. El diseño del exterior favorece dinámicas de grupo, ocupacionales o de movimiento.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Considero que los espacios exteriores fomentan la autonomía de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Percibo que los espacios exteriores facilitan interacciones sociales positivas.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Creo que los espacios exteriores deberían desarrollarse más como una herramienta terapéutica del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:

5. RELACIÓN INTERIOR-EXTERIOR

Conexiones físicas, visuales y funcionales entre ambas zonas

1. La transición entre los espacios interiores y exteriores es cómoda y accesible para los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
2. Desde el interior se perciben visualmente los espacios exteriores de manera positiva.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
3. Creo que una mejor integración entre interior y exterior mejoraría la experiencia de los usuarios.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
4. Los usuarios pueden acceder al exterior sin dificultad desde las diferentes áreas del centro.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
5. Considero que los espacios interiores y exteriores del centro funcionan de manera coherente entre sí.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

Anotaciones extras:



TRABAJO FIN DE GRADO
Laura Cecilia Donate