



## Acta N° 7

En la ciudad de Montevideo, el día 19 de agosto del 2020, en avenida 18 de Julio 1360, piso 2, comparecen: POR PARTE PROPONENTE: Mirtha Moreira, C.I. 4.653.697-6 y POR INTENDENCIA DE MONTEVIDEO: Leonel Molinelli, coordinador ejecutivo de la Secretaría de las personas mayores.

A los efectos de dar cumplimiento con lo dispuesto en el reglamento de Montevideo Decide (en particular, artículos 5, 6 y 8, resolución 1792/2019 de 8/4/2019), se procede a: a) dar lectura a la idea del proponente «Un entorno natural mejora la calidad de vida de los adultos mayores»; b) dar respuesta en cuanto a su viabilidad; c) dar cuenta del reglamento aplicable en el proceso de la iniciativa.

**Idea:** «Un entorno natural mejora la calidad de vida de los adultos mayores»

**Código de la idea:** MVD-2020-06-1319

**Proponente:** Mirtha Moreira

### **Fundamentación (literal):**

Crear entornos naturales en residencias de adultos mayores, para fortalecer el bienestar físico y mental.

Equipo: Mariflor Avila, Daniela Iparraguirre, Lidice Alonso e Irene Moreira

### **PROYECTO**

Un entorno natural mejora la calidad de vida de los adultos mayores.



En el marco de la pandemia prestemos atención a los adultos mayores y busquemos alternativas de cuidado.

## INTRODUCCIÓN

Es una realidad, la falta de lugares públicos adaptados, con características inclusivas específicas, que contemplen las necesidades del adulto mayor. La importancia de la interacción con la naturaleza para mejorar su calidad de vida, está ampliamente comprobada.

Las personas que viven en barrios con más espacio verde muestran:

Menor riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares

Declive cognitivo más lento

Más satisfacción vital

Descenso más lento en la velocidad de caminar

Menos estrés

Regulación del sistema inmune

## OBJETIVO

Crear espacios naturales para mejorar el bienestar físico y mental del adulto mayor

Contempla entretenimientos adecuados a su situación: Paseos, contemplación, descanso, ejercicios corporales, actividades interactivas y trabajos.

Va dirigido principalmente a adultos mayores alojados en instituciones públicas y privadas que quieran sumarse.

Que los adultos mayores reciban energía, abracen árboles, huelan aromas, sientan la brisa, disfruten los trinos, compartan experiencias, saberes y actividades.



## DESARROLLO

Consiste en crear espacios naturales, principalmente de flora autóctona, promoviendo la existencia de fauna, también autóctona (pájaros y otras aves, mariposas, abejas etc.)

Además de la vegetación con lugares de sol y de sombra, se integran caminos (con diferentes pavimentos, incluso césped), bancos adecuados y fuentes o estanques.

Como cada Institución tiene estructuras edilicias y posibilidades de espacios diferentes, se proponen módulos apropiados para cada caso, con un mínimo de 4 árboles que incluyan frutales y unas 50 plantas de menor porte, entre las cuales se encuentren medicinales y aromáticas.

Módulos para espacios amplios: Canteros, caminos y bancos.

El mobiliario consiste en modelos concebidos para facilitar la movilidad de los usuarios. Ej: Diseños de bancos, que permiten ponerse de pie con facilidad gracias al respaldo, los reposabrazos y los apoya pies.

Módulos para espacios limitados:

Espacio medianos: Estructuras que incluyan jardineras de madera

Espacios pequeños: Maceteros y bancos

Espacios mínimos: Jardines verticales

Módulos para huertas

Estructuras elevadas, con posibilidad de trabajar parados a su alrededor o sentados sobre sus bordes.

Fuentes o Estanques y Cartelería informativa

Actividades previas

Charla con los residentes: Adultos mayores y responsables, para:



Ponerlos en conocimiento del proyecto

Preguntarles por sus especies preferidas: “Saberes previos”, Apunta a la afectividad.

Preguntarles si les gustaría participar en las actividades y pedirles su opinión para hacerlo. Valorar su capacidad y deseo de participación.

Relevamiento del espacio

Sugerencia de diseño y selección de especies

Cálculo de personal necesario

Planificación de seguimiento

Si bien los usuarios tendrán una activa participación en la evolución y mantenimiento de los espacios, se necesita contar también con personal especializado. Las plantas deben mantenerse en excelentes

**Respuesta de Montevideo Decide sobre su viabilidad:** viable parcial.

Realizado el estudio de la Idea «Un entorno natural, mejora la calidad de vida de los adultos mayores», por parte de Montevideo Decide junto con la Secretaría de las personas mayores y la División Espacios Públicos, se comprende el espíritu de la Idea y es de recibo la preocupación planteada sobre la población de personas mayores en Montevideo. En tal sentido, Montevideo Decide se compromete a partir de año 2021 a llevar adelante la propuesta **«Espacios de disfrute de personas mayores»**

**1- Acondicionar tres lugares de espacio público inclusivos y adaptados al disfrute de personas mayores.** Estos espacios contarán con equipamiento acorde a las necesidades y características de dicha población.



**2- Generar dos experiencias piloto, en un centro de larga estadía para personas mayores y en un complejo habitacional en Montevideo que incluya:**

1. Incorporar al proyecto «Huertas urbanas en espacios públicos» (Idea ganadora del ciclo 2018 de Montevideo Decide y llevada adelante por la Unidad de Montevideo Rural), una experiencia adaptada a personas mayores en algún centro que atienda dicha población en Montevideo. Las experiencias contarán con el seguimiento correspondiente a cargo de la Unidad de Montevideo Rural, con el apoyo de talleres que permitan transmitir los conceptos necesarios.
2. Acondicionar los espacios elegidos con jardinería, plantas aromáticas y bancos acordes a la población objetivo.

**En este acto se dio lectura de la respuesta de Montevideo Decide a la señora Mirtha Moreira, quien manifiesta estar de acuerdo. Por esta razón, la propuesta «Espacios de disfrute de personas mayores» pasará a la etapa de votación con las características mencionadas anteriormente.**