

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Arquitectura y Diseño de Interior

Club Power Women

Salud y Bienestar

María Gracia Bucheli Dávalos

Diseño de Interiores

Trabajo de fin de carrera presentado como requisito para la obtención título de
Licenciada en Diseño de Interiores

Quito, 20 de mayo de 2021

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Arquitectura y Diseño de Interiores

HOJA DE CALIFICACIÓN DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA

Wellness Power Women

María Gracia Bucheli Dávalos

Nombre del profesor, Título académico

Andrea Pinto, MFA

Quito, 20 de mayo de 2021

© DERECHOS DE AUTOR

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en la Ley Orgánica de Educación Superior del Ecuador.

Nombres y apellidos: María Gracia Bucheli Dávalos

Código: 00124573

Cédula de identidad: 1715785554

Lugar y fecha: Quito, 20 de mayo de 2021

ACLARACIÓN PARA PUBLICACIÓN

Nota: El presente trabajo, en su totalidad o cualquiera de sus partes, no debe ser considerado como una publicación, incluso a pesar de estar disponible sin restricciones a través de un repositorio institucional. Esta declaración se alinea con las prácticas y recomendaciones presentadas por el Committee on Publication Ethics COPE descritas por Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing, disponible en <http://bit.ly/COPETHeses>.

UNPUBLISHED DOCUMENT

Note: The following capstone project is available through Universidad San Francisco de Quito USFQ institutional repository. Nonetheless, this project – in whole or in part – should not be considered a publication. This statement follows the recommendations presented by the Committee on Publication Ethics COPE described by Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing available on <http://bit.ly/COPETHeses>.

RESUMEN

Club Power Women está orientado a ser un espacio específico para todas las mujeres, pensando sobre todo en el público femenino de la ciudad de Quito. En este lugar se podrá acceder a distintas membresías las cuales incluyen servicios de talleres y gimnasio, además contará con servicios de spa y peluquería que ofrecerán distintos descuentos. Por otro lado, contará con dos cafeterías, una de ellas privada que será para el uso exclusivo de socias y una segunda cafetería pública considerada un coffepoint donde se brindará espacios de trabajo para el público femenino que aún no cuenta con alguna membresía, el objetivo de esto es poder enganchar a todas mujeres que buscan un espacio único y renovador para ellas.

Hoy en día en Quito no existen clubes exclusivos para mujeres que ofrezcan un entorno atractivo, cómodo y seguro. Es por eso, que es necesario ofrecer espacios donde ellas puedan sentirse renovadas y puedan reconectarse consigo mismas, reduciendo niveles de estrés y así lograr proyectarse como mujeres seguras y empoderadas.

Palabras Clave: Salud, Bienestar, Mujeres, Wellness Club, Relajación

ABSTRACT

Club Power Women is oriented to be a specific space for all women, more specifically for the female public of the city of Quito. In this place, you will be able to access different memberships which include workshop and gym services, in addition to having spa and hairdressing services that will offer a variety of discounts. On the other hand, it will have two cafes, one private that will be for the exclusive use of members and a second public cafeteria considered a coffee point where workspaces will be provided for the female public that does not have any membership yet, to hook all those women who are looking for a unique and renovating space for them.

Today in the city of Quito there are no exclusive clubs for women that offer an attractive, comfortable and safe environment. It would be interesting to offer spaces where they can feel renewed and can reconnect with themselves, reducing stress levels and thus projecting themselves as safe and empowered women.

Key Words: Health, Wellbeing, Women, Wellness Club, Relaxation

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	9
Alcance del proyecto.....	9
Análisis del Sector	9
Accesos UTPL	10
Asoleamiento	10
Población en el Ecuador.....	10
Propuesta.....	11
Justificación	11
DESARROLLO DEL TEMA.....	12
I. ZONIFICACIÓN	12
DIAGRAMA DE BURBUJA	12
II. CONCEPTO	13
Komorebi:	13
- Diseño de Biophilía	13
III. OBJETIVOS DE DISEÑO	14
IV. SPA	14
V. GIMNASIOS	15
VI. PELUQUERÍA	16
VII. CAFETERÍAS	17
VIII. JARDINES INTERIORES	17
CONCLUSIONES	19
PERSPECTIVAS.....	20
RECEPCIÓN W.P.W.....	20
CAFETERÍA PÚBLICA.....	20
CAFETERÍA PRIVADA	21
JARDÍN INTERIOR.....	21
ZONA DE HIDRATACIÓN.....	22
ASCENSOR.....	22
FRIGIDARIUM.....	23
MASAJES HIDRATANTES	23
PELUQUERÍA.....	24
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	25

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Ubicación UTPL sede Quito norte. Google maps. 22 de febrero de 2021.....	9
Figura 2. UTPL Asoleamiento elaboración personal 20 de febrero de 2021	10
Figura 3. Población femenina y masculina en Ecuador, INEC. Elaboración personal	10
Figura 4. Población femenina y masculina en Quito, INEC. Elaboración personal.....	11
Figura 5. Zonificación planta baja y planta alta, Wellness Power Women. Elaboración Personal.....	12
Figura 6. Diagrama de burbujas planta baja y planta alta. Wellness Power Women.	12
Figura 7. "Man Made- Road"	13
Figura 8. Los Cabos, México, 2019	13
Figura 9. The Jetex Lounge por BHG	13

INTRODUCCIÓN

El objetivo del proyecto es diseñar un espacio orientado para el público femenino, pensando en especial en la salud y bienestar de las mujeres que buscan un espacio de relajación, ya que es importante crear espacios innovadores donde las mujeres se sientan seguras. Esto debido a que en la ciudad de Quito no ofrecen este tipo de espacios destinados solo a mujeres en los que puedan adquirir distintas terapias y servicios. Mi propósito como diseñadora a lo largo de este proyecto es brindar espacios que puedan beneficiar a las mujeres de una manera vanguardista, dando la posibilidad de ofrecer un diseño pensado en ellas y para ellas. A continuación, se hará un desglose de la investigación adquirida para desarrollar mi propuesta.

Alcance del proyecto

El alcance del Club Power Women será el diseño de todas las áreas comunales como son: recepción principal, salas de espera, corredores y jardines, además de esto se diseñará las áreas más destacadas del sitio como es la zona de spa con sus respectivas terapias, gimnasio y peluquería.

Análisis del Sector

UTPL - Universidad Técnica Particular De Loja situado en Av. 6 de Diciembre N31-50. Ubicado en el sector La Carolina y esto quiere decir que en sus alrededores podemos encontrar distintos lugares, como hoteles, bancos y servicios de pago. Cabe recalcar que en todo este sector también se puede acceder a distintos parqueaderos y zona azul.

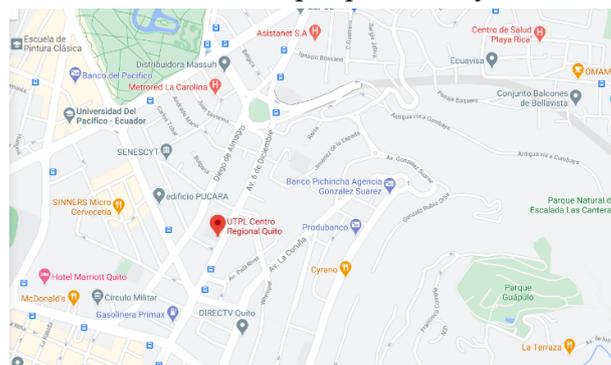


Figura 1. Ubicación UTPL sede Quito norte. Google maps. 22 de febrero de 2021

Accesos UTPL

Los accesos vehiculares de este sitio es una entrada y una salida en forma de U, de norte a sur. El acceso peatonal es desde la acera, la cual tiene una entrada directa a su hall principal. Otro tema a considerar es el tráfico, durante toda la semana refleja que las vías aledañas tienen un flujo constante y ligero, el cual permite que este lugar sea de fácil accesibilidad.

Asoleamiento

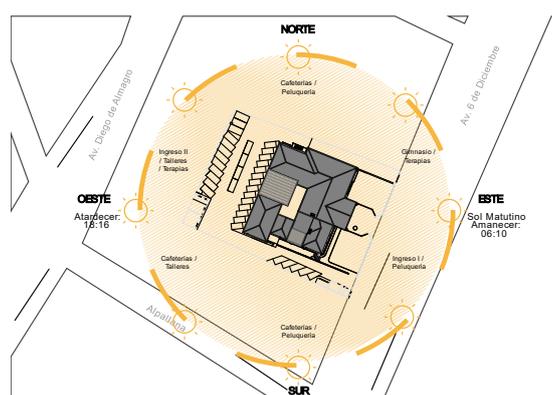


Figura 2. UTPL Asoleamiento elaboración personal 20 de febrero de 2021

El asoleamiento como se sabe es de este a oeste, esto quiere decir que inicia desde su fachada principal hasta la parte posterior. Durante el transcurso del día, la temperatura generalmente varía de 13 °C a 19 °C. Para esta propuesta es importante tomar en cuenta el asoleamiento debido al planteamiento del concepto y todas las distribuciones de las áreas.

Población en el Ecuador

- De acuerdo a la base de datos del INEC, en el año 2017 hubo 8'470.420 mujeres y 8'306.557 hombres. Es decir, la población femenina es superior con 163.863 ciudadanas.



Figura 3. Población femenina y masculina en Ecuador, INEC. Elaboración personal

- En la ciudad de Quito según la misma entidad y mismo año, la población es de 1'911.966 personas, la cifra de mujeres representa el 51,7% mientras que los hombres es 48,3%



Figura 4. Población femenina y masculina en Quito, INEC. Elaboración personal

Propuesta

Gracias a que hoy en día las mujeres se preocupan más por su bienestar tanto físico como mental se dedican más tiempo a su cuidado, Wellness Power Women es un espacio pensado para el público femenino, el cual ofrecerá distintas áreas cuyo propósito será mejorar la salud y bienestar de ellas en un ambiente privado y seguro.

Justificación

Actualmente en la ciudad de Quito no hay clubes exclusivos para mujeres que ofrezcan un entorno atractivo, cómodo y seguro. Es por esto que es importante ofrecer espacios donde ellas puedan sentirse cómodas y serenas.

DESARROLLO DEL TEMA

I. ZONIFICACIÓN



Figura 5. Zonificación planta baja y planta alta, Wellness Power Women. Elaboración Personal

DIAGRAMA DE BURBUJA

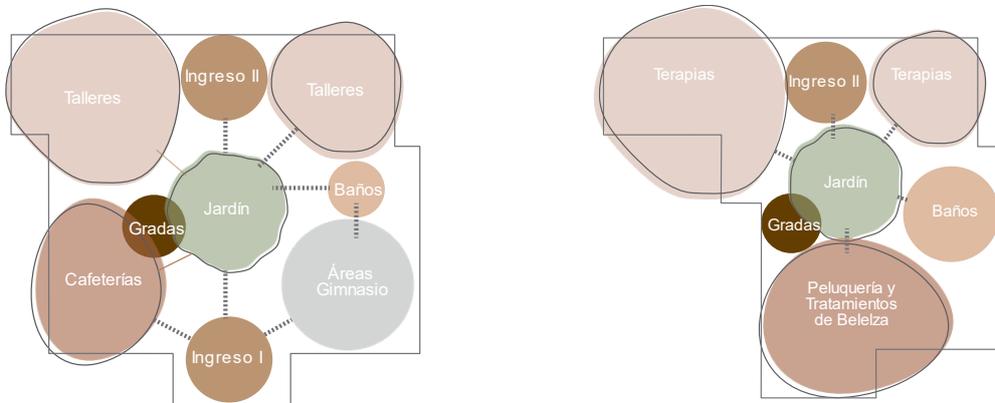


Figura 6. Diagrama de burbujas planta baja y planta alta. Wellness Power Women.

II. CONCEPTO

Komorebi: Palabra de origen japones que significa “los rayos de sol que se filtran a través de las hojas de los árboles”. Hace referencia a un efecto de la naturaleza, en un momento dado: el paso de la luz a través de los árboles y sus hojas, así como el reflejo que produce, y sus sombras proyectadas. Luz y oscuridad entremezcladas.



Figura 9. Alfombra Komorebi. Ken Okuyama

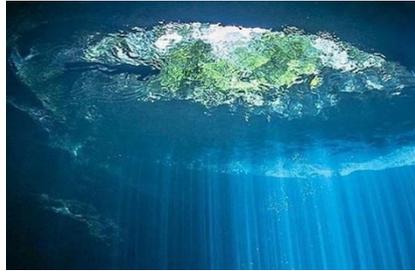


Figura 8. Los Cabos, México, 2019



Figura 7. "Man Made- Road"

Diseño de Biophilía: Se define el diseño biofílico en incorporar elementos de la naturaleza en espacios urbanos o interiores para evocar de esta forma a la naturaleza con el objetivo de ayudar a que las personas se sientan mejor y conecten nuevamente con el espacio, una forma de mejorar eficazmente la salud y el bienestar de los individuos y la sociedad, tanto en espacios individuales o cerrados como en abiertos.

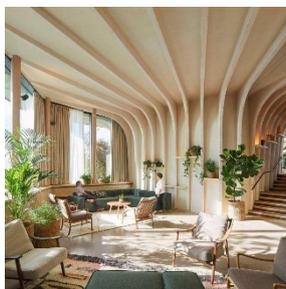


Figura 2. Cafetería Duke of York. Fotografía James Brittain, 2019



Figura 9. The Jetex Lounge por BHG

El proyecto quiere generar espacios orientados en la re-conexión con la naturaleza , y también tratando de mantener todas sus formas puras y orgánicas.

III. OBJETIVOS DE DISEÑO

¿QUÉ?

Un club destinado a bienestar y salud que da prioridad a las mujeres

¿QUIÉN?

Este lugar es un espacio pensando para las mujeres que desean relajarse, sentirse seguras y explorar nuevas habilidades.

¿CÓMO?

Brindando espacios que ayuden a reconectarnos con nosotras, empezando desde su parte espiritual para así reflejarlo en su exterior.

Este club está pensado como un conjunto de espacios destinados únicamente de y para mujeres, en los que prime la seguridad, la confianza y la tranquilidad, sin tensiones y/o violencias. Dónde se sientan respetadas, no juzgadas y comprendidas.

IV. SPA

Club Power Women contará con un espacio de spa el cual será de acceso privado, este servicio ofrecerá distintas promociones y descuentos. El spa está destinado a la parte de relajación y reconexión, por lo tanto, se diseñará gran parte de él ya que se ofrecerá distintas terapias.

Terapias Innovadoras:

Haloterapia

Se trata de una terapia natural complementaria que consiste en reproducir el clima que hay dentro de las minas de sal mediante un dispositivo llamado halogenerador, el cual es el encargado de generar micropartículas cuyos beneficios son múltiples, uno de ellos ayuda al sistema respiratorio y a personas que sufren de asma.

Cromoterapia

En cromoterapia, cada color tiene un significado determinado y definido. El tono que se utiliza es importante, pero también lo es dónde se utiliza. Se relaciona principalmente con el mundo emocional, los deseos y las necesidades.

Musicoterapia:

La musicoterapia es una terapia que utiliza la música para mejorar la salud y el bienestar de los pacientes. Estimular los pensamientos es muy importante, porque este es el centro de operación, todos los sentimientos y emociones que los humanos percibimos y expresamos son procesados, comprendidos e integrados. La música es una experiencia sensorial que puede activar todas las áreas del cerebro al mismo tiempo.

Aroma terapia:

La aroma terapia es un tipo de tratamiento alternativo que emplea aceites esenciales o líquidos aromáticos de plantas, cortezas, hierbas y flores los cuales se frotan en la piel, se inhalan, se ingieren o se añaden al baño con el fin de promover tanto el bienestar físico como psicológico.

Frigidarium:

Terapia popular que se remonta a la Roma antigua, se basa en una terapia de pasar de una temperatura cálida a una fría, esta ayuda a aliviar contracturas musculares y nudos en la espalda además de cerrar los poros abiertos previamente en las termas o jacuzzis.

V. GIMNASIOS

El gimnasio será un lugar destinado al ejercicio físico exclusivo para las mujeres. Este gimnasio dispondrá de varios elementos con el fin de realizar actividad física, por lo que se tomará en cuenta que sea un gimnasio completamente equipado, es decir que tendrá:

contrapesos, poleas, cintas de correr, maquinas, etc. Contará con salas de cardio y entrenadores certificados en cada área.

Requerimientos

Recepción, sala de espera, centro de administración, gimnasio armario, almacenamiento del conserje, oficina del gerente, programa de deportes, baños.

Iluminación: Optar por las luminarias y luces LED, debido a temas de ahorro de energía. Gracias al empleo de la tecnología LED, estas luminarias tienen un rendimiento 10 veces mayor que las luminarias convencionales y permiten ahorrar cerca de un 20% en la factura de la luz.

VI. PELUQUERÍA

La peluquería de Club Power Women será también un espacio privado y será complemento del spa, este lugar brindará los servicios de una peluquería completa como es: Cepillados, Manicura, Pedicura, Depilación y Bronceado.

Distribución espacial

Es prioritaria, se debe determinar de forma óptima las diferentes áreas de trabajo en las que se divide la peluquería, para que el bucle generado se pueda generar de forma eficaz y correcta. Por ello, es necesario reflexionar sobre las necesidades que debe cubrir la sala para todos los usuarios. Las áreas de agua y tratamiento son críticas y dependen de la ubicación de las conexiones generales que conformarán todo el sistema de trabajo de la sala. No debemos olvidar la disposición del tocador, el modo de trabajo y la distancia entre ellos y la zona auxiliar o la zona de venta de producto.

Instalación técnica

La iluminación es la clave de todo trabajo de diseño comercial y una de las áreas más importantes en el diseño o renovación sobre todo en peluquerías es esta. Una buena elección de equipos y lámparas garantizará una buena reproducibilidad del color del cabello y hará

que el trabajo sea más realista y satisfactorio. La posición y ángulo de incidencia del equipo de iluminación debe asegurar que el número de sombras no distorsione la percepción visual.

Materiales y mobiliario

En la parte de color, técnicamente hablando, se recomienda utilizar una gran cantidad de acabado blanco, ya que este será el mejor fondo para visualizar cabellos teñidos de mayor intensidad.

El tocador es el elemento que mayor impacto tiene en la imagen y concepto de la estancia, por tratarse de un mueble específico, y su elección dependerá del estilo de la estancia, de las características técnicas o requerimientos de los profesionales.

VII. CAFETERÍAS

Este club contará con dos cafeterías, una de ella es privada que será netamente para el uso de las socias y por otro lado tendrá la cafetería pública la cual ofrecerá a todas las mujeres que no tienen membresía un espacio de trabajo, esto se hizo también pensando en poder atraer más socias que quieran acceder al resto de las membresías del lugar.

Requerimientos

Caunter de atención, display de comida, menú de comida (dulce, salada, bebidas calientes y frías),

espacio de trabajo equipado, caja/recepción, espacio de retiro de la orden, baños, barras, mesas para 2 y 4 personas, espacio de preparación de bebidas, espacio de preparación de alimentos.

VIII. JARDINES INTERIORES

Los jardines interiores de este club serán diseñados con la idea de ofrecer a todas las socias la oportunidad de estar conectadas con la naturaleza ya que al estar en espacios verdes ayuda mejorar su bienestar y calidad de vida.

Condiciones

Los jardines interiores necesitan condiciones especiales para crecer. Estas condiciones varían según el tipo de planta cultivada y los métodos y soportes que le permitan crecer.

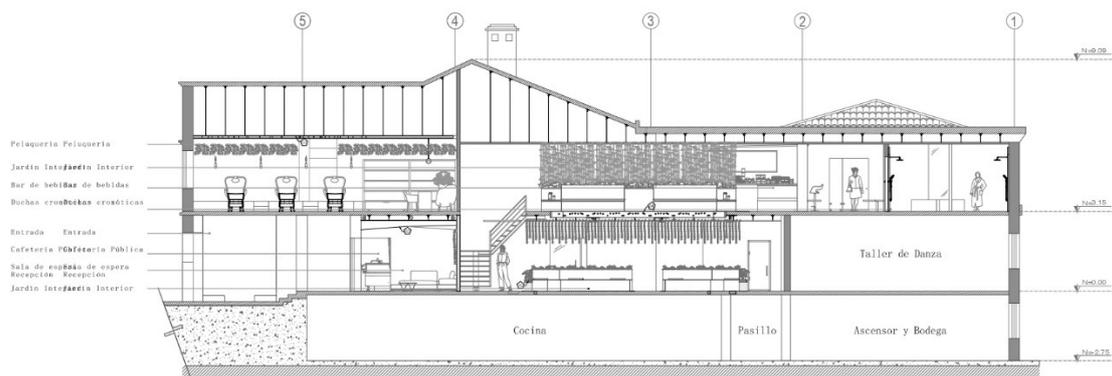
Las principales necesidades son la luz ya que son la fuente de la fotosíntesis, y de esto depende el crecimiento y la supervivencia. Cuando la humedad es alta, las plantas tienden a florecer a una humedad del 50% o más y los niveles de humedad interior, especialmente en invierno, pueden ser tan bajos como 10% o 20%.

CONCLUSIONES

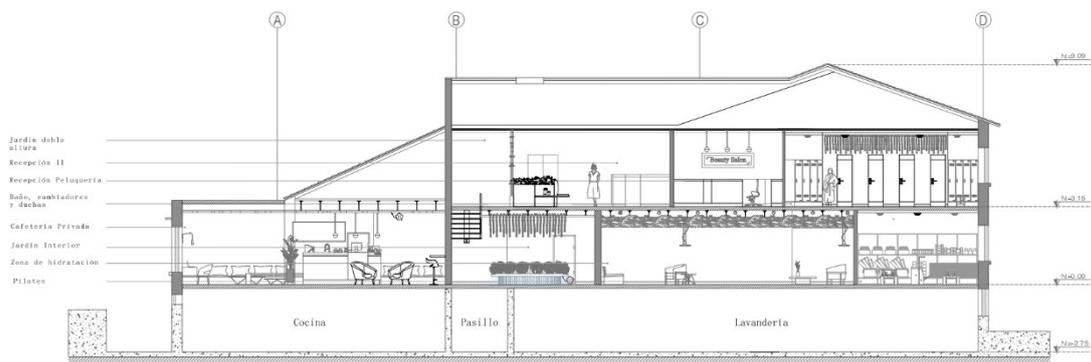
Este proyecto tiene como fin el poder diseñar un espacio netamente para mujeres, Wellness Power Women sería el primer club que ofrezca un espacio exclusivo para toda la población femenina de Quito, tomando en cuenta que este club contara con variedad de áreas y cada una de ellas tiene un aporte positivo en su bienestar y salud, también es importante mencionar que toda la parte de spa que contara con terapias innovadoras que al momento no son muy conocidas en el Ecuador.

Para el desarrollo de este club se realizó una parte de investigación la cual fue crucial al momento de distribución de áreas, otro reto importante de este proyecto fue el rediseño de una casa patrimonial ya que gracias a esto existieron algunos limitantes, sin embargo, se lograron todos los objetivos

CORTE TRANSVERSAL A: WELLNESS POWER WOMEN



CORTE LONGITUDINAL B: WELLNESS POWER WOMEN



PERSPECTIVAS

RECEPCIÓN W.P.W



CAFETERÍA PÚBLICA



CAFETERÍA PRIVADA



JARDÍN INTERIOR



ZONA DE HIDRATACIÓN

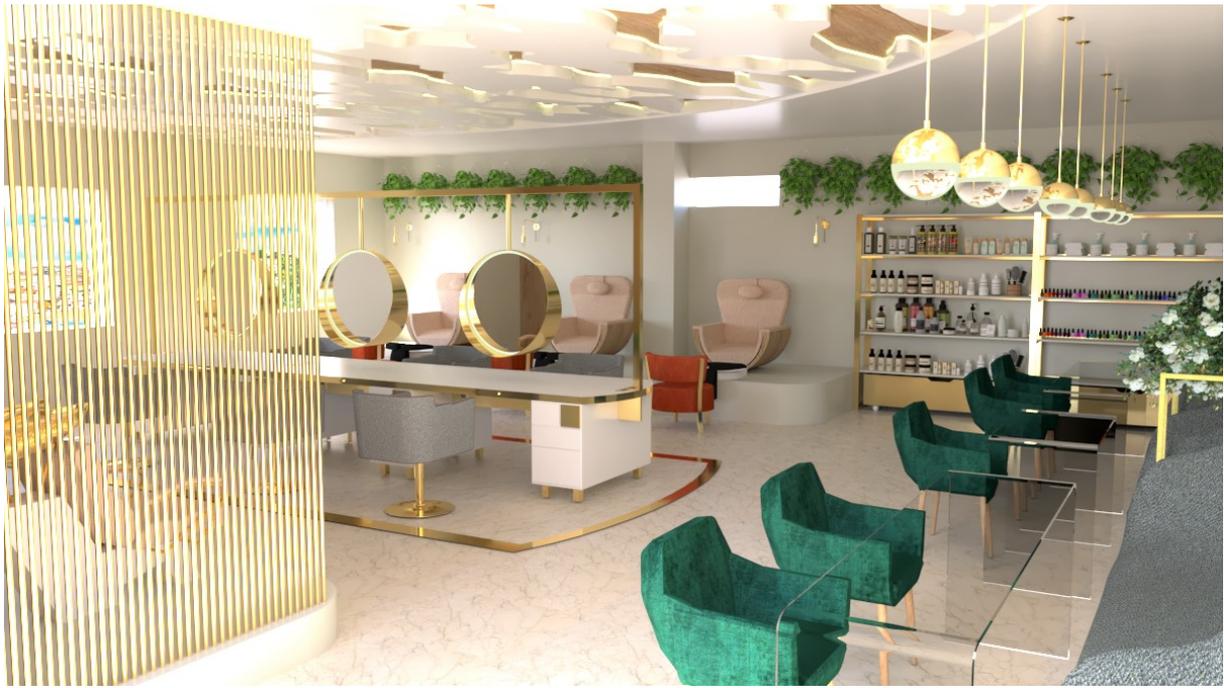


ASCENSOR



FRIGIDARIUM**MASAJES HIDRATANTES**

PELUQUERÍA



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

2008. *Sport England*. 3rd ed. [ebook] London. Available at:
 <<http://file:///C:/Users/magra/Documents/TESIS/investigacion/fitness-and-exercise-spaces.pdf>> [Accessed 17 February 2021].
2021. [online] Available at: <<https://www.saltium.es/haloterapia>> [Accessed 23 February 2021].
- ADC Espacios. 2021. *Diseño de Peluquerías | ADC Espacios*. [online] Available at:
 <<https://www.adcespacios.com/disen-y-reformas-de-peluquerias/>> [Accessed 23 February 2021].
- Black or Led. 2021. *¿Cuál es la mejor forma de iluminar gimnasios y centros deportivos?* [online] Available at: <<https://blackorled.com/blog/cual-es-la-mejor-forma-de-iluminar-gimnasios-y-centros-deportivos-n12>> [Accessed 23 February 2021].
- IMPULSO. 2021. *La importancia de los jardines interiores en el hogar y el trabajo | IMPULSO*. [online] Available at: <<https://www.impulsonegocios.com/la-importancia-de-los-jardines-interiores-en-el-hogar-y-el-trabajo/>> [Accessed 23 February 2021].
- INEC. (2017, 5 diciembre). *Tras las cifras de Quito*. Instituto Nacional de Estadística y Censos.
<https://www.ecuadorencifras.gob.ec/traslascifrasdequito/#:~:text=Actualmente%20en%20la%20ciudad%2C%20es,hombres%20es%2048%2C3%25>
- La pasión de pensar. 2021. *Komorebi*. [online] Available at:
 <<https://lapasiondepensar.wordpress.com/2016/11/04/komorebi/>> [Accessed 23 February 2021].
- Margulies, S., 2011. SPA management. [ebook] PDF. Available at:
 <<http://file:///C:/Users/magra/Documents/TESIS/investigacion/spa-floorplan-conception-design.pdf>> [Accessed 16 February 2021].