

ARQUITECTURA HOLISTICA

Sebastian Cardona Londoño

Universidad Piloto de Colombia

Facultad de arquitectura y artes

Programa de arquitectura

Bogotá D.C

2024

Hotel rural

Guatavita, Cundinamarca

Trabajo de grado para el título de arquitecto

Director

ARQ. FABIAN SANCHEZ GIRALDO

Seminarista

ARQ. DIANA MARIA MORA BARRETO

Universidad Piloto de Colombia

Facultad de arquitectura y artes

Programa de arquitectura

Bogotá D.C

2024

Agradecimientos

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento a mis padres por su apoyo incondicional durante mi carrera universitaria, a mis profesores por su valiosa orientación y conocimientos que contribuyeron a mi desarrollo como estudiante, y a la Facultad de Arquitectura de la Universidad Piloto de Colombia por todos los recursos y oportunidades proporcionados. A todas las personas que me brindaron su apoyo en este camino, mi sincero agradecimiento.

Tabla de contenido

Resumen	5
Abstract	5
Palabras clave	6
Keyword	6
Introducción	6
Tema	7
Problema	7
Pregunta problema	7
Justificación	7
Hipótesis	8
Objetivo general	8
Objetivos específicos	9
Marco teórico.....	9
Marco referencial.....	12
Metodología	13
Discusión	14
Resultados y Conclusiones	15
Bibliografía	16
Anexos	16

Resumen

Este estudio analiza la aplicación de los principios de la arquitectura holística en el diseño de espacios dentro de un hotel enfocado en la salud, con el fin de proponer diferentes ambientes que generen un beneficio físico y espiritual en el usuario, la investigación se centra en la conexión que tiene el ser humano, la naturaleza y el objeto arquitectónico, través de una revisión teórica y un análisis comparativo de casos de estudio.

Se busca identificar los elementos fundamentales que contribuyen al diseño holístico y su impacto en las personas a nivel de la salud emocional y física. La metodología utilizada incluye análisis de diferentes referentes ya construidos que tienen una implementación holística en su diseño arquitectónico, así mismo diferentes teorías de arquitectos, filósofos y psicólogos que aportan al entendimiento de como la holística tiene una gran repercusión en la arquitectura para la salud. Los resultados obtenidos podrían ofrecer una guía para la implementación de estrategias holísticas en proyectos arquitectónicos futuros.

Por esta razón se plantea un hotel aislado de la ciudad buscando que el usuario logre conectarse con la naturaleza y el objeto arquitectónico.

Abstract

This study analyzes the application of holistic architecture principles in designing spaces within a health-focused hotel, aiming to propose different environments that provide physical and spiritual benefits to the user. The research focuses on the connection between humans, nature, and the architectural object, through a theoretical review and a comparative analysis of case studies.

The goal is to identify fundamental elements that contribute to holistic design and their impact on people's emotional and physical health. The methodology includes an analysis of various built references that incorporate holistic principles in their architectural design, as well as

different theories from architects and psychologists discussing how holistic approaches significantly impact health-focused architecture.

The results obtained could offer a guide for implementing holistic strategies in future architectural projects. For this reason, the proposed hotel is isolated from the city to encourage the user to connect with nature and the architectural object.

Palabras clave

- Turismo
- Conexión
- Salud
- Hotel
- Arquitectura
- Psicología
- Sostenibilidad
- Holística
- Ambiente
- Equilibrio

Keyword

- Tourism
- Connection
- Health
- Hotel
- Architecture
- Psychology
- Sustainability
- Holistic
- Environment
- Equilibrium

Introducción

En los últimos años la arquitectura se enfrenta a la necesidad de responder a los crecientes desafíos de la actualidad, ambientales y sociales. La arquitectura holística, que considera aspectos sociales, ambientales y espirituales, ofrece una visión integrada para diseñar espacios enfocados en la salud del ser humano y el cuidado de la naturaleza. Este enfoque

promueve el equilibrio entre el entorno construido, el medioambiente y el ser humano, abordando los problemas que generan las prácticas tradicionales de construcción.

Este trabajo tiene como objetivo analizar la implementación de principios holísticos en proyectos arquitectónicos hoteleros, destacando su potencial para mejorar la sostenibilidad y la conexión humano naturaleza.

Tema

El impacto de la arquitectura holística como estrategia de diseño para espacios de bienestar.

Problema

En la actualidad existen diferentes problemáticas donde la salud mental y física de las personas se deteriora por las actividades que realiza cotidianamente incrementando sus niveles de estrés y ansiedad. No hay un espacio donde se genere una desconexión de esas actividades y se fomente un entorno de bienestar.

Pregunta problema

¿De qué manera la arquitectura holística puede aportar en la búsqueda del bienestar en un contexto contemporáneo?

Justificación

Los problemas de salud mental y física de los habitantes de Bogotá y Colombia en general han experimentado un notable incremento en los últimos años. Trastornos como el estrés, la ansiedad y la depresión se han vuelto protagonistas en la vida de muchas personas. En este contexto, la arquitectura tradicional, al enfocarse principalmente en aspectos funcionales y estéticos hacen que tienda a aumentar la percepción de estos problemas.

Actualmente, todo espacio arquitectónico debe ofrecer un ambiente armónico que permita a las personas sentirse cómodas y desconectarse de sus problemas cotidianos, promoviendo así una sensación de bienestar. Desde una perspectiva social, el enfoque de la arquitectura holística busca mejorar la calidad de los espacios arquitectónicos para favorecer el bienestar humano, contribuyendo a que las personas perciban sus problemas cotidianos sin que estos se vean intensificados.

Este trabajo tiene una utilidad metodológica significativa, ya que puede aplicarse a distintos enfoques arquitectónicos, permitiendo desarrollar diseños centrados en las personas más que en la funcionalidad del edificio. Así, el estudio pretende aportar a la creación de espacios de bienestar en un objeto arquitectónico y destacar la importancia de adoptar un enfoque holístico en el diseño de espacios.

Para el desarrollo de esta investigación, se propuso implementar el enfoque holístico en el diseño de un hotel a las afueras de la ciudad, ya que es un espacio donde las personas buscan un momento de desconexión, armonía y alivio de las tensiones cotidianas.

Hipótesis

La implementación de principios de arquitectura holística en la arquitectura hotelera, mejora significativamente la experiencia y el bienestar de los usuarios, incrementa la sostenibilidad del edificio, y fortalece la salud mental de la comunidad, en comparación con los enfoques tradicionales de diseño arquitectónico.

Objetivo general

Proyectar y proponer un espacio arquitectónico holístico para un hotel que maximice el bienestar mental y físico de los huéspedes, promoviendo una sensibilidad ambiental, proporcionando una experiencia única y enriquecedora.

Objetivos específicos

- Integrar elementos de diseño bioclimático y sostenibilidad en el hotel, optimizando el uso de recursos naturales como la luz solar, la ventilación natural, y el agua de lluvia, con el fin de reducir el consumo energético y el impacto ambiental del edificio.
- Crear espacios interiores y exteriores que fomenten el bienestar físico y emocional de los huéspedes, utilizando materiales naturales, iluminación adecuada, y áreas verdes que promuevan la relajación, la salud y el confort.
- Entender la importancia que tiene el diseño holístico en un espacio de bienestar fomentando la reconexión de persona, naturaleza y espacio arquitectónico.

Marco teórico

El concepto de holística proviene de la psicología y fue desarrollado por el estadista Jan Smuts en un ámbito contemporáneo. Este enfoque busca destacar la interrelación y la codependencia entre los diferentes elementos que componen un sistema, subrayando que cada aspecto está conectado con los demás y que su funcionamiento óptimo depende de esta interacción.

Aplicando este concepto a la arquitectura, surge el diseño holístico, un enfoque que, basado en la teoría psicológica, considera que los espacios y los elementos arquitectónicos deben estar en armonía y conexión para funcionar adecuadamente. De este modo, se establece una relación integral entre el ser humano, el objeto arquitectónico y la naturaleza, formando un todo que potencia el bienestar y la funcionalidad de los espacios diseñados.

El proyecto arquitectónico, basado en el concepto holístico, debe responder a diversas variables integradas. Estas variables incluyen la sostenibilidad, el diseño bioclimático, la adaptación del proyecto a su entorno, la percepción humana del espacio y la experiencia

sensorial de las personas en el espacio. Este enfoque busca que cada aspecto del diseño esté en armonía con el entorno y con quienes lo habitan, promoviendo una interacción equilibrada y significativa.

La sostenibilidad y el diseño bioclimático han tenido un gran impacto en la actualidad y esto genera una estrecha relación con la holística puesto que busca esa conexión entre el ser humano y la naturaleza dándole un valor intrínseco. Según Naess Arne (1973):

Considera a los organismos como nudos en la red biosférica o campo de relaciones intrínsecas. Una relación intrínseca entre dos cosas, A y B, es tal que la relación pertenece a las definiciones o constituciones básicas de A y de B, de manera que, en ausencia de la relación, A y B ya no son las mismas cosas. El modelo de campo-total no solo disuelve el concepto del hombre-en-el-medio ambiente, sino también el concepto de toda cosa “en” su medio (excepto cuando se refiere a un nivel superficial o preliminar de comunicación). (p.98)

Aplicado a la relación entre arquitectura y holística, podemos afirmar que el bienestar humano depende del ecosistema en el que se encuentre y de la relación armónica que mantenga con él para alcanzar una vida plena y significativa. Desde esta perspectiva, todo está interconectado, y cada elemento influye en el equilibrio del conjunto, promoviendo un entorno en el que la arquitectura contribuye al bienestar integral de las personas.

Naess, A. (1973). Los movimientos de la ecología superficial y la ecología profunda: un resumen. *REVISTA AMBIENTE Y DESARROLLO de CIPMA*, 23(1), 98-101.

La adaptación del proyecto a su entorno, fundamentada en el concepto de arquitectura orgánica, busca que los edificios estén en armonía con su contexto natural y social. Este enfoque promueve una integración fluida entre el entorno construido y la naturaleza, logrando que la

arquitectura se convierta en una extensión del paisaje y de la comunidad, en lugar de imponer su presencia sobre ellos. Como expreso Frank Lloyd Wright (1995):

Deja que tu casa parezca crecer de modo natural a partir de su emplazamiento, y dale forma para que armonice con su entorno si se manifiesta allí la naturaleza; y, si no es así, trata de mostrarte tan discreto, sustancial y orgánico como lo habría sido ella de haber tenido la oportunidad. (p.20)

De esta manera, la arquitectura debe adaptarse al tiempo, al lugar y a la persona, desarrollándose desde el interior hacia el exterior y considerando su entorno natural en cada etapa del diseño. Este enfoque permite crear espacios que respondan de manera auténtica y respetuosa a las necesidades humanas y a las características del contexto en el que se encuentran.

Pfeiffer, B. B. (1995). La arquitectura orgánica. *AV: Monografías*, 54, 20-23.

La percepción humana y la experiencia sensorial en el espacio arquitectónico se centran en cómo las personas viven y sienten el entorno, poniendo especial énfasis en la materialidad, la luz y la acústica. Desde un enfoque fenomenológico, se busca crear una conexión profunda entre el usuario y el espacio, de manera que cada elemento contribuya a una experiencia emocional y sensorial enriquecedora.

En la actualidad, la arquitectura carece de una identidad y personalidad distintivas en el diseño de proyectos. Como lo expresan Sandes, F., Estrada, C., Pestanha, G., Potichkin, M., Sosa, M., & Vanrrell, A. (2022):

Existe en la actualidad una crítica hacia la arquitectura contemporánea que se remonta desde la época del modernismo, que sostiene que la arquitectura ha perdido su carga simbólica, convirtiéndose en una ciencia meramente pragmática y utilitaria, perdiendo dentro de su labor valioso contenido humano. El resultado, en muchos casos,

responde a criterios comerciales, modas temporales y formalismos banales, transformando a la arquitectura en un proceso de producción despojado de su significado existencial. (p.146)

Sandes, F., Estrada, C., Pestanha, G., Potichkin, M., Sosa, M., & Vanrrell, A. (2022). Fenomenología arquitectónica en la formulación del programa de diseño. *Cuadernos del Centro de Estudios en Diseño y Comunicación. Ensayos*, (167), 145-154.

En el marco de la fenomenología, Según Zumthor (1998) “La construcción es el arte de configurar un todo con sentido a partir de muchas particularidades” (p.11) En su libro *Pensar la arquitectura* sostiene que la arquitectura debe conectar profundamente con las emociones humanas mediante los sentidos: la vista, el tacto, el oído, el olfato e incluso el gusto, Zumthor explora cómo estos elementos sensoriales pueden intensificar la experiencia arquitectónica, creando espacios que resuenen emocionalmente con las personas alterando asimismo la percepción del espacio habitado.

Marco referencial

Durante la investigación, se revisaron diversos proyectos construidos en torno a temas como la sostenibilidad, el diseño bioclimático, la adaptación del proyecto a su entorno, la percepción humana del espacio y la experiencia sensorial de las personas. Esto permitió extraer ideas y enfoques que aportan significativamente al desarrollo del proyecto propio.

El proyecto de BASALT Architects, *Retiro en Blue Lagoon* en Islandia, es un ejemplo fundamental, ya que ilustra los conceptos que se desean abordar. Este diseño evidencia la conexión entre naturaleza, arquitectura y experiencia del usuario, permitiendo que los huéspedes experimenten una conexión profunda tanto con su entorno como consigo mismos. Además, el edificio está situado en armonía con su contexto, adoptando una morfología orgánica que se integra de manera natural en el paisaje.

El proyecto de Peter Zumthor, *Termas de Vals* en Suiza, es un referente fenomenológico importante por su concepto interno, está diseñado para que las personas experimenten el espacio de una forma sensorial y emocional. Las Termas de Vals no solo son un lugar de relajación, sino también una inmersión en una arquitectura que se siente y se vive intensamente más allá de solo su función.

La *Casa en la Cascada* de Frank Lloyd Wright en Estados Unidos es un referente icónico de la arquitectura orgánica, ya que se mimetiza con el entorno, reduciendo su impacto visual sin restarle protagonismo al contexto natural. Este diseño crea una conexión profunda entre el ser humano y la naturaleza, usando la cascada como eje principal del proyecto: Wright buscó que el sonido del agua se escuchara en toda la casa, integrando así la experiencia sensorial del entorno en la vida cotidiana de sus habitantes.

Metodología

Este proyecto surge de la inquietud sobre cómo integrar el concepto de holística en la arquitectura y, a partir de ahí, realizar una recopilación cualitativa de datos. Para lograrlo, primero se exploró la esencia del concepto de holística en un contexto general. Luego, se trasladó esa idea central a principios arquitectónicos afines. Al no contar con un referente arquitectónico enfocado 100% en la holística, se recurrió a teorías, conceptos y obras de arquitectos reconocidos, analizando cómo sus principios de diseño se relacionan con la holística. Referentes como las *Termas de Vals* de Peter Zumthor, con su enfoque fenomenológico, y la *Casa en la Cascada* de Frank Lloyd Wright, basada en la arquitectura orgánica, ayudaron a generar una trilogía que conecta el objeto arquitectónico, el ser humano y la naturaleza.

Al concretar estos conceptos en el proyecto, se buscaba establecer una conexión profunda entre el huésped y el espacio diseñado, de modo que el entorno generara una percepción de armonía. Cada elemento del diseño, fundamentado en los principios de ecología

profunda, fenomenología y arquitectura orgánica, contribuye a crear una experiencia completa, en la que el huésped puede sentirse en sintonía con el espacio y el entorno natural.

Posteriormente, se buscó un lugar cercano a la ciudad, con un alto potencial turístico y la posibilidad de desconectarse del entorno cotidiano a pocas horas de distancia. Por esta razón, Guatavita fue el sitio escogido: su amplia variedad de actividades turísticas y gastronómicas, sumada a su entorno natural, lo convierten en una ubicación ideal. Además, la limitada oferta hotelera en la zona ofrece una oportunidad perfecta para desarrollar un espacio de estas características.

Discusión

La incorporación de elementos holísticos en el diseño de un hotel genera un impacto positivo en la salud mental y física de las personas. Por ello, en esta investigación se plantea una discusión sobre la función de la holística en el diseño arquitectónico, a través de tres autores que han dedicado su carrera a comprender cómo sus teorías impactan en las personas, la naturaleza y el objeto arquitectónico.

El filósofo Arne Naess escribe sobre la importancia de que las personas mantengan una conexión con la naturaleza, funcionando como un sistema intrínseco en el que la ausencia de uno transforma por completo el entorno. Aplicando esta idea a la arquitectura, la naturaleza, el ser humano y el objeto arquitectónico deben integrarse para funcionar adecuadamente, creando así espacios que permitan la desconexión de la rutina y, al mismo tiempo, una conexión profunda entre estos tres elementos.

Por otra parte, el arquitecto Frank Lloyd Wright plantea que todo objeto arquitectónico debe integrarse en armonía con su entorno, generando un impacto visual mínimo y funcionando como un solo elemento. Vinculando esta idea con el concepto de holística, podemos afirmar que

el objeto arquitectónico debe responder a la morfología topográfica, adaptándose a su entorno natural y manteniendo un impacto visual reducido.

El arquitecto Peter Zumthor, a través de su concepto de la fenomenología, enfatiza la importancia de generar sensaciones en las personas mediante diversos elementos presentes en el espacio que nos rodea. Esta idea es crucial, ya que al diseñar un espacio que ofrezca una experiencia sensorial enriquecedora y única, se puede crear una conexión profunda entre el ser humano, el objeto arquitectónico y su entorno natural.

Por lo tanto, con base en el análisis anterior, esta investigación adopta una postura que integra los tres referentes, ya que cada uno se complementa y sus enfoques comparten una similitud fundamental: la incorporación de la naturaleza, el objeto arquitectónico y el ser humano. Todos estos conceptos resultan esenciales para el desarrollo del proyecto, ya que constituyen la base del diseño y permiten comprender la idea central del mismo.

Resultados y Conclusiones

Con base en los objetivos del proyecto, se desarrolló un hotel bajo un diseño holístico que incorpora los principios de la holística, resultando en un sistema armónico donde el usuario puede establecer una conexión profunda tanto con la naturaleza como con el objeto arquitectónico. Este hotel se adapta a la morfología topográfica del entorno, minimizando el impacto visual y respetando su contexto natural.

Además, el proyecto cumple con criterios de sostenibilidad al incorporar techos verdes, que ofrecen beneficios ambientales y urbanos al proporcionar aislamiento térmico y absorción de CO₂. El diseño también integra estrategias pasivas para reducir el consumo energético, como tragaluces y vacíos que garantizan luz natural constante, permitiendo al usuario disfrutar de estos beneficios tanto en el interior como en el exterior del edificio. Todo esto facilita una desconexión

total de la rutina cotidiana, mejorando el bienestar físico y mental de los huéspedes y brindándoles la oportunidad de participar en actividades tanto relajantes como activas.

En conclusión, la integración del concepto de holística en el ámbito arquitectónico es fundamental por su impacto en la mejora del bienestar humano. Este enfoque respeta tanto la calidad de vida de las personas como la de la naturaleza, asignándoles el protagonismo y dejando atrás el diseño tradicional al que estamos acostumbrados. Al unir el objeto arquitectónico, la naturaleza y el ser humano en un sistema interdependiente, se crea un espacio en armonía que potencia una experiencia enriquecedora y equilibrada para todos.

Bibliografía

- Zumthor, P. (1998). *Pensar la arquitectura*. Editorial Gustavo Gili.
- Sandes, F., Estrada, C., Pestanha, G., Potichkin, M., Sosa, M., & Vanrrell, A. (2022). Fenomenología arquitectónica en la formulación del programa de diseño. *Cuadernos del Centro de Estudios en Diseño y Comunicación. Ensayos*, (167), 145-154.
- Pfeiffer, B. B. (1995). La arquitectura orgánica. *AV: Monografías*, 54, 20-23.
- Naess, A. (1973). Los movimientos de la ecología superficial y la ecología profunda: un resumen. *REVISTA AMBIENTE Y DESARROLLO de CIPMA*, 23(1), 98-101.
- Slow studio. (2023). *ARQUITECTURA HOLÍSTICA*. Slowstudio.es.
<https://www.slowstudio.es/research/arquitectura-holistica>

Anexos



Imagen 1: Cardona, S. (2024). Render exterior del proyecto [Ilustración digital]. Imagen creada por el autor.

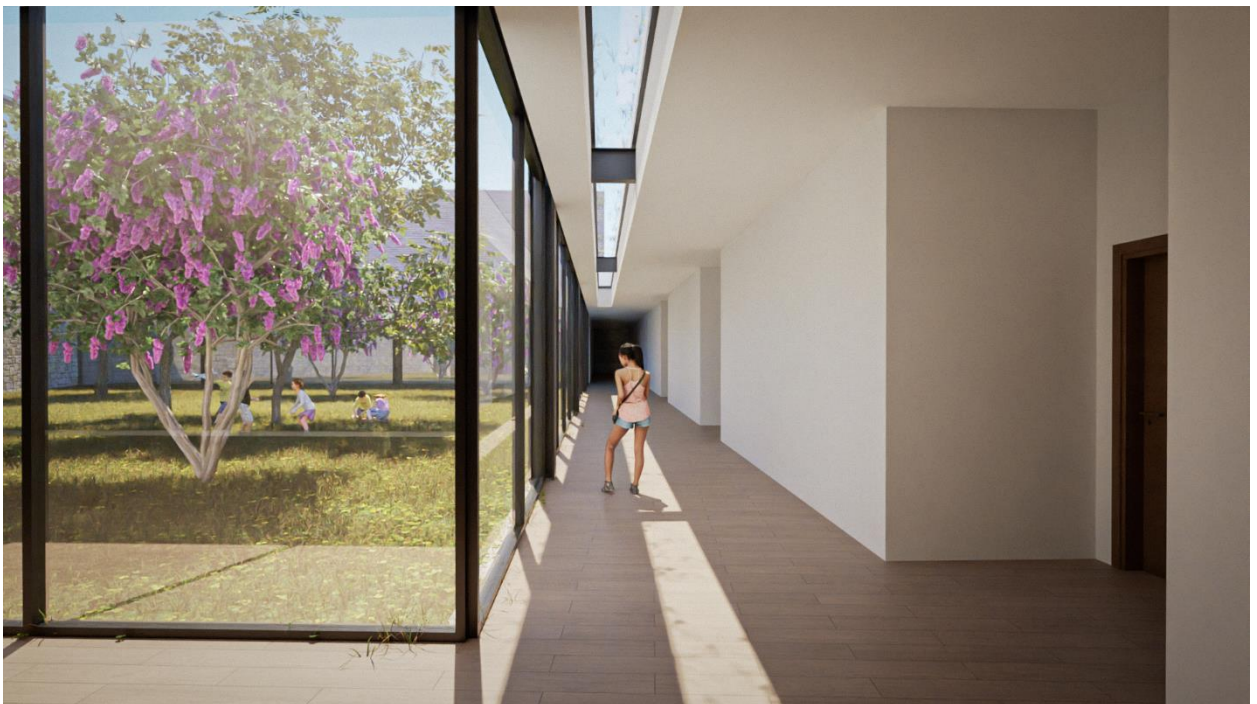


Imagen 2: Cardona, S. (2024). Render interior del proyecto [Ilustración digital]. Imagen creada por el autor.

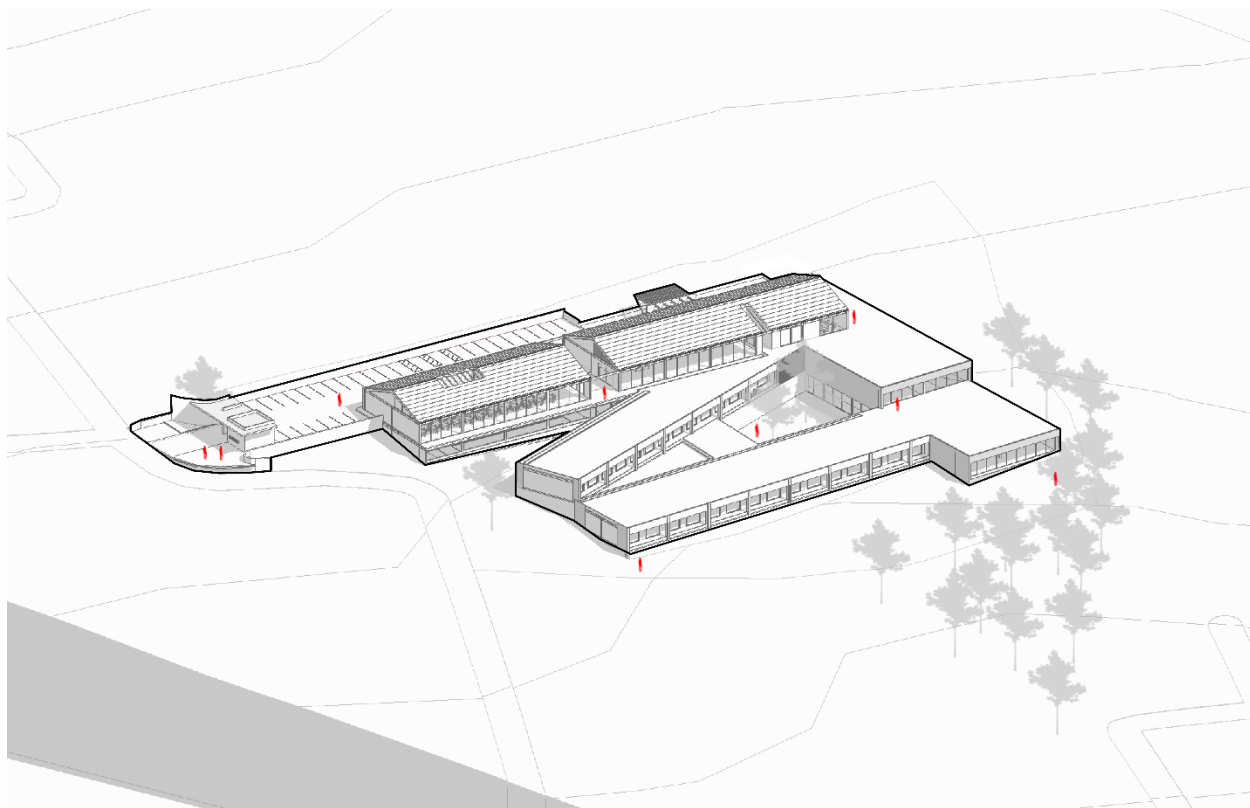


Imagen 3: Cardona, S. (2024). Axonometría del proyecto [Ilustración digital]. Imagen creada por el autor.

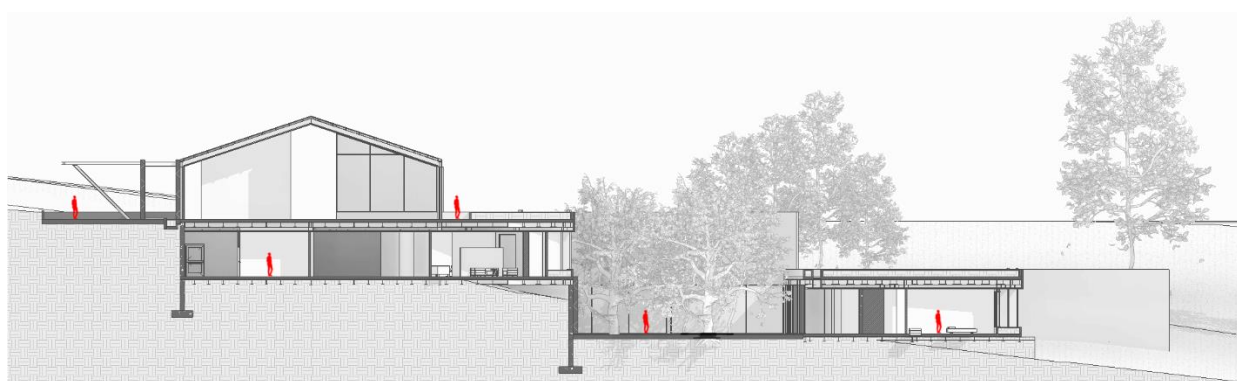


Imagen 4: Cardona, S. (2024). Corte trasversal [Ilustración digital]. Imagen creada por el autor.