

# SENIORS' OUTDOOR SURVEY (SOS)

TU NOMBRE, LOCALIZACIÓN \_\_\_\_\_

ESPACIO \_\_\_\_\_ FECHA/HORA \_\_\_\_\_

## **POR FAVOR LEE antes de utilizar esta herramienta:**

**PASO 1: Elige un área** – En primer lugar, decide los límites del espacio al aire libre que va a ser evaluados. (Las características que sean observables deben de ser incluidas, incluso si están más allá del propio espacio)

**PASO 2: Camina y siéntate en el área** – Imagina que **TU** eres un residente, anciano, con discapacidades sensitivas y funcionales, utilizando un andador o una silla de ruedas. Camina lentamente, comprueba el mobiliario, mira el área desde diferentes posiciones (incluida la altura de una silla de ruedas)  
**PREGUNTA:** “¿Cómo responde este espacio a las necesidades de un anciano?”

**PASO 3: Evalúa el área** – Califica cada ítem del **1-7** (1=mínimo, 7=máximo), basándote en el clima, contexto, y nivel funcional de los residentes, considerando lo que podrías esperar *razonablemente* de un contexto de este tipo.

**EN CONJUNTO**, ¿cómo de bien proporciona este área al aire libre un sentimiento de escape y alivio en comparación con estar en el interior? (Un sentimiento de aire fresco, vistas, cielo, sol, exuberantes plantaciones, otros sentimientos) **Muy bien** \_\_\_ **Bastante bien** \_\_\_ **Nada bien** \_\_\_

## **1. ACCESO A LA NATURALEZA (14) Subtotal \_\_\_ ÷ 14 = \_\_\_ Puntuación para la categoría**

**Abundante vegetación** - ¿Este área incluye o permite ver una cantidad sustancial de plantas verdes sanas \_\_\_; con una mezcla diversa de árboles, enredaderas, flores y arbustos \_\_\_? (en lugar de pavimento, o sólo unos pocos tipos de plantas)

**Las flores y el color** - En temporada, ¿podrían los residentes ver diversos colores, en flores o follaje brillante \_\_\_?

**Plantas alcanzables** - ¿Pueden los residentes en sillas de ruedas ver, tocar u oler plantas atractivas a la altura de la mano o los ojos \_\_\_?

**Vistas**- ¿El escenario tiene vistas agradables \_\_\_; y los límites menos agradables son tapados parcialmente por las plantas \_\_\_?

**El agua y el movimiento** - ¿Pueden los residentes ver, oír, o interactuar con el agua, por ejemplo fuentes, estanques, fuentes para pájaros, etc. \_\_\_? ¿Existen algunos elementos con movimiento \_\_\_? (Por ejemplo, campanas de viento, banderas, fuentes de pulverización, las hierbas que se mueven con la brisa)

**Vida Silvestre / mascotas** - ¿Este área proporciona servicios para las mascotas \_\_\_; o para atraer a la fauna silvestre, como ardillas, pájaros y mariposas \_\_\_; o tiene puntos de vista de animales domésticos o de granja \_\_\_? (tales como conejos, gallinas, vacas pastando o caballos).

**Privado y tranquilo** - ¿Es en general bastante tranquilo y libre de ruidos desagradables \_\_\_; con privacidad hacia las habitaciones de los residentes cercanos \_\_\_; y al menos uno o más lugares privados al aire libre para sentarse \_\_\_?

## **2. CONFORT EXTERIOR Y SEGURIDAD (15) Subtotal \_\_\_ ÷ 15 = \_\_\_ Puntuación para la categoría**

**Asientos disponibles** - ¿Hay muchos asientos disponibles \_\_\_; con al menos unos cuantos tipos diferentes de asientos \_\_\_?

**Opciones para sentarse** - ¿Hay lugares para sentarse al sol o sombra \_\_\_; con algunos asientos fácilmente desplazable por los residentes \_\_\_?

**Asientos seguros** - ¿Es el asiento estable para que no se vuelque \_\_\_; con respaldo y brazos para ayudar a los residentes a levantarse con seguridad \_\_\_?

**Comodidad** - ¿Las sillas y los bancos tienen una forma cómoda \_\_\_; fabricados de materiales que no se calientan o enfrían demasiado \_\_\_; con al menos algunos cojines \_\_\_?

**Servicios** - ¿Hay mesas cerca de algunos de los asientos, para colocar una taza de café o alimentos \_\_\_?; y ¿hay mecedoras o columpios \_\_\_ disponibles?

**Sala de baño / fuente** - ¿Hay un acceso cercano a una sala de baño, y una fuente de agua potable \_\_\_?

**Mantenimiento / calidad del aire / climatizador** - ¿La zona al aire libre está bien mantenida \_\_\_; están las zonas de fumadores bien separadas de otras áreas \_\_\_; y hay algún control de microclima \_\_\_? (por ejemplo, calentadores)

### 3. CAMINAR Y ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE (14) Subtotal \_\_\_ ÷ 14 = \_\_\_ Puntuación para la categoría

**Caminos circulares** - ¿Pueden los residentes elegir entre una gran cantidad de paseos de diferentes longitudes \_\_\_; con paseos circulares disponibles \_\_\_; con vistas interesantes \_\_\_?

**Pavimentación de seguridad** - ¿Es el pavimento, liso, sin grietas profundas, y fácil para las sillas de ruedas \_\_\_; con una superficie antideslizante, sin brillo \_\_\_?

**Caminos cómodos y seguros** - ¿Los caminos tienen parte de sombra que proteja del sol de mediodía \_\_\_; con pasamanos a lo largo de al menos algunas partes de las pasarelas \_\_\_?

**Asientos** - ¿Los residentes pueden encontrar asientos a lo largo de los caminos a intervalos frecuentes (~ 20 m.) \_\_\_; con un poco de sombra \_\_\_?

**Atracciones / destinos** - En esta zona al aire libre, los residentes pueden ver características interesantes para disfrutar o caminar hacia \_\_\_? (como un reloj de sol, casa del pájaro, cenador, pérgola, mirador, fuente, estanque de peces, cama de flores, etc.)

**Interacción social / niños** - ¿Hay lugares que apoyan actividades sociales \_\_\_; (tales como mesas de picnic, puntos de reunión, etc.) y áreas de juego u otras comodidades para los niños, donde los residentes pueden ver y/o interactuar con ellos \_\_\_?

**Recreación / ejercicio / jardinería** - ¿Esta zona cuenta con instalaciones para que los residentes vean o participen en actividades específicas al aire libre \_\_\_; (como petanca, herraduras, golf, natación, una estación de ejercicio, etc.); hay lugares que fomentan a los residentes y al personal a participar en la jardinería \_\_\_?

### 4. CONEXIÓN INTERIOR-EXTERIOR (11) Subtotal \_\_\_ ÷ 11 = \_\_\_ Puntuación para la categoría

**Visibilidad** - ¿Puede este espacio al aire libre ser visto fácilmente de las zonas de interior \_\_\_; y es fácil llegar a \_\_\_?

**Accesos alternativos** - ¿Existen múltiples maneras en que los residentes pueden llegar a esta zona al aire libre desde el interior del edificio \_\_\_?

**Zonas de transición** - ¿Hay lugares cómodos para permanecer junto a la puerta, tanto en el interior \_\_\_; como en los exteriores \_\_\_?

**Puertas** - ¿Las puertas están abiertas durante el día \_\_\_; pueden los residentes abrir fácilmente la puerta con poco esfuerzo \_\_\_; la puerta no se cierra demasiado rápido \_\_\_?; ¿Si hay una puerta automática disponible, es fácil de usar \_\_\_?

**Umbrales** - ¿Pueden los residentes en andadores o sillas de ruedas cruzar fácilmente el umbral de la puerta sin dificultad \_\_\_; hay una amplia zona pavimentada al otro lado de la puerta \_\_\_? colina

## 5. CONEXIÓN CON EL MUNDO (6) Subtotal\_\_ ÷ 6 =\_\_ Puntuación para la categoría

**Porche delantero** - ¿Es este espacio un "Jardín de Entrada" o porche delantero, situada en (o cerca de) una entrada principal del edificio \_\_\_?

**Vista de visitantes y entregas** - Desde esta zona, los residentes podrían ver vehículos que llegan a las instalaciones \_\_\_; o ver actividades frente a puerta, y saludar a la gente \_\_\_?

**Ver características del paisaje** - Desde esta zona, pueden ver características cercanas del paisaje, como árboles, colinas, etc. \_\_\_?

**Ver sus inmediaciones** – Desde esta zona los residentes pueden ver las calles cercanas y el tráfico \_\_\_; o actividades humanas, los edificios y barrios \_\_\_? (tales como tiendas, casas, apartamentos, una parada de autobús, la gente caminando, en bicicleta, etc.)

### GRACIAS POR UTILIZAR ESTA HERRAMIENTA

Para cada categoría en la herramienta SOS, suma el subtotal, y divide por el número de elementos para obtener la puntuación para cada categoría, el total te dará una puntuación general. Utilizando el mismo proceso, se pueden comparar diferentes áreas al aire libre.

Está siendo desarrollada una ponderación para generar puntuaciones que reflejen la importancia relativa de los 60 ítems diferentes. Esto se basa en la literatura, las preferencias de los residentes encuestados, los resultados obtenidos, y las opiniones de expertos encuestados. La ponderación estará disponible como una fórmula en una hoja de cálculo Excel, que le permitirá introducir sus puntuaciones, y convertirlas en puntuaciones ponderadas.

Copyright 2014, Susan Rodiek, Center for Health Systems & Design, Texas A&M University, College Station, TX, USA  
Translated by Adrian Hernandez Vicente, Ph.D. program, University of Zaragoza, Spain

[www.accesstonature.org](http://www.accesstonature.org)