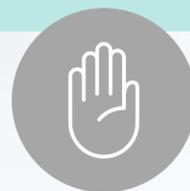


DESSTRES



OBJETIVO

La soledad en espacios reducidos puede ser un factor importante y provocar **depresión y/o estrés**: El objetivo de este proyecto es evitar esto, estimulando el sistema sensorial mediante el tacto y audición lo cual ayudara a disminuir el estrés.

USUARIO

- **Adulto mayor** de 65 - 76 años.
- Vive solo en un espacio pequeño como un departamento.
- Sale de su casa solo a comprar remedios o para hacerse de comer.
- Sus familiares lo van a ver 1 vez al mes.



En Chile, el 14% de los adultos mayores (+60años) vive solo, en espacios reducidos, de un tamaño menor a los 70m² (FECSH)

42%

Aumento de riesgo de padecer depresión al vivir solo.

*revista *Frontiers in Psychiatry*

-70 M²

Vivir en espacios reducidos: puede tener el mismo efecto que vivir solo.

**psicólogo especialista en vínculos Sebastián Girona*

El estrés frecuente: se considera como 1 paso antes que la depresión.

**U de Salamanca.*

Adultos mayores con depresión tienen cambios significativos en su calidad de vida.

**UC: facultad de medicina*

SÍNTESIS CONCEPTUAL

Un recurso de ayuda para aliviar el estrés en la persona mayor, estimulando los canales sensoriales.

