



FACULTAD DE ARQUITECTURA Y URBANISMO
UNIVERSIDAD DE CHILE
2023

Centro Social y Deportivo de Lampa

Provincia de Chacabuco

Joaquín García Tenorio
Antecedentes de Proyecto de Título
Semestre Otoño 2023

Memoria de Título
Estudiante: Joaquín García Tenorio
Profesor guía: Guillermo Crovari R.
Semestre Otoño 2023

“Los deportes tienen el poder de cambiar el mundo. Tienen el poder de unir a la gente de una forma que muy pocas cosas lo hacen. Le habla a la juventud en un idioma que entiende. Los deportes crean esperanza donde antes había solo desesperación”

- Nelson Mandela.

Agradecimientos

A mi familia que siempre ha creído en mí y mis amigos que siempre están para unas risas. A mi Jack que me acompañó tantas noches de desvelo y no me pudo esperar tanto para verme como Arquitecto.



Planteamiento integral del problema de Título

ÍNDICE

01

Introducción

- 1.1. Resumen
- 1.2. Motivaciones
- 1.3. Introducción
- 1.4. Problemática

02

Antecedentes

2.1. Desarrollo del deporte

- 2.1.1. Historia y trascendencia
- 2.1.2. Deporte como motor urbano
- 2.1.3. Deporte como creador de espacio social

2.2. Deporte en Chile

- 2.2.1. Deporte y Salud
- 2.2.2. Deporte y Edad

2.3. Deporte en una ciudad dispersa

- 2.2.1. Acceso a la ciudad de las periferias
- 2.2.2. Caso de Chile y Lampa

03

Diagnóstico y Argumento

04

Emplazamiento Proyecto

05

Propuesta programática

06

Estrategias de Diseño

07

Referencias

01

INTRODUCCIÓN

1.1. Resumen

En Lampa, la problemática de infraestructura deportiva ha tomado relevancia en el último tiempo debido al gran crecimiento residencial de las 3 distintas localidades urbanas que presenta. Este crecimiento exponencial expuso mayormente los problemas de conectividad existentes, sumado a la falta transversal de servicios dentro de la comuna.

En Chile se presenta un sedentarismo marcado que al paso de los años y sumado a la pandemia han acrecentado este fenómeno el cual es problemático para la salud y bienestar de la gente. El proyecto que se plantea tiene por objetivo acercar el deporte a la población, generando un punto de encuentro para la comunidad donde la actividad física y la recreación sean actores principales.

Palabras clave: Deporte, infraestructura deportiva, conectividad, equipamiento, salud, bienestar.

1.2. Motivaciones

La principal motivación para llevar a cabo un proyecto deportivo radica en la importancia que tiene el deporte dentro de la ciudad y para sus habitantes. Contar con espacios deportivos o recreativos, ya sea áreas verdes o multicanchas dentro de los barrios, es de gran importancia para mejorar la calidad de vida de los residentes y desempeña un papel fundamental en el desarrollo social.

Estos espacios destinados al deporte, ya sea diseñados específicamente para ese propósito o utilizados por los habitantes, fomentan un estilo de vida activo y saludable además de brindar un entorno urbano distinto en los barrios residenciales, donde se convierten en puntos de encuentro para socializar con los vecinos, generar comunidad y un sentido de pertenencia que hoy en día tiende a difuminarse cada vez más.

1.3. Introducción

En un mundo en constante crecimiento y expansión urbana, muchos sectores quedan fragmentados y enfrentan desafíos significativos en términos de acceso a servicios básicos, oportunidades laborales y recursos culturales y/o deportivos. Tal es el caso de Lampa, una zona con conexiones limitadas a los centros urbanos, lo que afecta directa y negativamente la calidad de vida de sus habitantes. Parte de los desafíos que enfrentan estas pequeñas ciudades alejadas de los núcleos urbanos es el acceso a la recreación, ya que se convierten en ciudades dormitorio debido a la gran cantidad de proyectos residenciales sin una planificación adecuada de servicios. Esto genera una alta dependencia a los servicios entregados en la ciudad. La falta de opciones de entretenimiento y actividades físicas puede tener un impacto negativo en la salud física y mental de la población, limitando las oportunidades de desarrollo económico y turístico en estas zonas.

En este contexto, un proyecto arquitectónico que responda a estas necesidades no solo proporciona un espacio para la práctica de deportes y actividades físicas, sino que también puede convertirse en un lugar de encuentro para la comunidad, el cual, a través de la conexión con la futura estación de metrotren, funcionará como un corredor que conecta la escala metropolitana y la comunal. Se buscará reunir a diferentes tipos de habitantes a través de actividades sociodeportivas permitiéndoles acceder a este tipo de servicios más cerca de sus hogares. El diseño adecuado del espacio y la comprensión de las necesidades de los centros urbanos existentes en Lampa son fundamentales para garantizar que el centro deportivo cumpla su función y tenga un impacto positivo en la zona. Esto permitirá el desarrollo urbano de Lampa centro, Batuco y Estación Colina. Además, los desafíos de acceso y conectividad que enfrenta la comunidad hacen que la planificación y construcción de un centro deportivo rural sean particularmente complejas y requieran una atención cuidadosa a los detalles urbanos y de infraestructura.

El presente documento tiene como objetivo explicar los fundamentos recopilados a través de la elaboración de la memoria de título que busca proyectar un centro de encuentro en Lampa, ligando el deporte como una expresión de cohesión social, marcándolo como una zona relevante dentro de la provincia de Chacabuco.

1.4. Problemática

La falta de servicios entregados en Lampa generan una dependencia a la ciudad en sus habitantes para satisfacer necesidades que dentro de la comuna no pueden ser resueltas, lo que por su parte, demarca la falta de conectividad hacia el centro ya que genera un colapso en vías principales. Esto genera grandes congestiones en horas pic, de entrada y de salida a cada sector de la comuna, haciendo que la demora en traslado sea de horas al día, haciendo que a lo largo de la semana o del mes sea un gasto de tiempo significativo.

El bienestar en términos de salud se atribuye coloquialmente solo a problemas físicos, pero el significado de la palabra es multidimensional. En las últimas décadas el concepto ha evolucionado y ya no está asociado sólo a la ausencia de enfermedad o dolencias, sino que también a un aspecto mental y social que trasciende a todos los aspectos de la vida (Rial B. et al., 2009). Cuando se habla del bienestar personal, se abarcan estos aspectos pensando en el punto donde uno se siente saludable y puede mantener su bienestar, pero no se ha llegado a una convención al respecto. Según San Martín y Pastor (1989) el completo bienestar es subjetivo, lo que complica su medición y su representación a través de indicadores y por tanto, ante un malestar no habría una solución única debido a su condición relativa, tanto en su dimensión espacial como temporal, siendo condicionada por su contexto específico y/o cultura (Moreno, 2008; Romero et al., 2022).

A través de estos indicadores se denota la carencia de lugares de dispersión, entretenimiento y/o deporte dentro de Lampa para que con ello, la dependencia a la ciudad vaya quedando cada vez más relegada a programas específicos.

02

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. Desarrollo del deporte

ANTECEDENTES HISTÓRICOS

Desde tiempos prehistóricos, la actividad física ha estado arraigada en la existencia misma del ser humano, naciendo de la necesidad primordial de sobrevivir. En un entorno hostil, nuestros ancestros se vieron obligados a desarrollar habilidades físicas para cazar, recolectar alimentos, construir refugios y protegerse de depredadores; la caza exigía resistencia, velocidad y destreza, mientras que la recolección requería movimientos repetitivos y ágiles. Estas demandas físicas constantes impulsaron la evolución de nuestro cuerpo y mente, llevando a la práctica sistemática de actividades físicas como una forma esencial de adaptación y supervivencia (Rodríguez López, 2000).

A lo largo del tiempo, diversas culturas han convertido la actividad física en un deporte, que etimológicamente proviene de la palabra "*deportarse*", derivada del latín y que significa divertirse o descansar. La cultura cretense es la primera de la que se tienen registros que separó la actividad física de la violencia o del poder militar, enfocándose principalmente en satisfacer las necesidades corporales y brindarle cuidado al cuerpo. La estética y belleza que estaba arraigado en los cuerpos de esta cultura eran motivos de gran orgullo, y por ello, fueron gran inspiración de pinturas, estatuillas y de su orfebrería (Martínez, 2002).

Por otro lado, la cultura griega otorgó un nuevo significado al cuerpo como parte fundamental de la educación y la integridad (Chaverra, 2013). Esta educación no se centraba únicamente en el aspecto físico, sino que abarcaba una amplia preocupación por el espíritu y la moral (Pérez, 1993). Por lo tanto, la integridad se basaba en un equilibrio integral de estos aspectos. Con el tiempo, esto se convirtió en una obligación para la ciudadanía y descuidar el cuidado del cuerpo era considerado una vergüenza (Diem, 1966).

El humano cada vez fue ligando más el ejercicio físico a la religión y con ello, una forma de rendirle culto. Una de las pruebas más destacadas de este vínculo es la práctica de competencias atléticas que los griegos comenzaron a llevar a cabo en sus ciudades. Con el tiempo, estos eventos fueron creciendo en magnitud, dando lugar a los Juegos Olímpicos, cuyos orígenes se remontan al año 776 a.C. (Museo de Bellas Artes, 2016). Inicialmente, los juegos eran considerados rituales dedicados a distintas deidades.

DEPORTE COMO MOTOR DE DESARROLLO URBANO

La creación de espacios ligados al deporte lo comenzamos viendo con los griegos en tiempos antes de nuestra era (a.n.e.). Los primeros indicios de la creación de espacios ligados al deporte propiamente tal se les adjudica a los cretenses en épocas tan remotas como el 1.900 a.n.e., fecha de la construcción del primer Palacio de Knosos (Martínez, 2002). En él, debido a su construcción en base a un patio central fue donde se encontraron las primeras "sofisticaciones" para el cuidado del cuerpo y su bienestar, según Martínez, contaba con la existencia de gabinetes para aseo personal y desagües, sistemas de aprovechamiento de luz natural y ventilación. En el patio central de los palacios era donde se celebraban "fiestas" y diferentes actividades recreativo-religiosas donde destacaban los jóvenes por sus manifestaciones corporales.

Para Chaverra, los cretenses se han podido estudiar como predecesores de los griegos (2013). En la cultura griega, también se observa la gran preocupación por las necesidades corporales, tanto por su estética como por su desarrollo (Martínez, 2002). La significancia que se le daba al cuerpo tenía que ir de la mano con el cultivo del alma, lo cual definían como "paideia", "para ello la gimnástica se convertía en la disciplina central para que el cuerpo alcanzara su pleno desarrollo, y por la música, la moral y la religión se formaba el espíritu" (Chaverra, 2013). Toda esta integralidad conllevó a los griegos a crear lugares profesionales y metódicos para la realización de tales actividades, es así como se llega a la "palestra"; este espacio era un lugar de encuentro y aprendizaje, solía ser un lugar mayoritariamente abierto rodeado de muros, con habitaciones, baños y almacenes para los insumos necesarios para la realización de ejercicios (Rodríguez, 2000).

Por otro lado estaba el gimnasio, donde también se realizaban actividades físicas pero en él, recibían además una formación militar (Rodríguez, 2000). Para Diem (1966), en la palestra se realizaban ejercicios de menores dimensiones y en el gimnasio las instalaciones eran mayores en cuanto a su escala. Con el tiempo la diferencia se limitó al lugar donde se ejercitaban los adultos (gimnasios) y los niños (palestra) (Chaverra, 2013). Estos lugares eran muy importantes dentro de las ciudades griegas, con el tiempo llegaron a ser tan importantes como los templos o

Ágoras. En sus inicios los tamaños eran acotados y sencillos en su diseño pero al paso del tiempo, en el período helenístico llegaron a convertirse en grandes instalaciones siendo de los puntos más relevantes en las ciudades (Museo Nacional de Bellas Artes, 2016).



IMAGEN 1
Palestra del santuario de Zeus.
Olimpia, Grecia. Siglo III a.n.e.
Fuente: viajeroscalles.com

Al paso del tiempo, en el siglo V en Atenas los gimnasios eran edificios públicos y otorgados por la ciudad para el uso de los ciudadanos (Cascón, 2005). Esto siguió progresando y en la cultura ateniense se formó la competencia, "el Agón", que quiere decir enfrentamiento. Para Navarro (2005) esto no se limitó meramente en actividades atléticas, sino que en cada elemento de la cultura, como la literatura, porque competir se encuentra enraizada en el alma griega.

Estos espacios específicos para el ejercicio y el aprendizaje no son los mismos que en la actualidad, estos pueden verse reflejados desde la sala de clases donde se produce el traspaso de información hasta plazas o parques que hoy en día son

utilizados para el deporte. Tanto los "stadium" como lugar donde se realizaban los juegos o el gimnasio como lugar para el ejercicio físico son herencias que han quedado (Chaverra, 2013), la misma conformación de los juegos olímpicos cada 4 años.

A través de la realización de los juegos olímpicos se ven las primeras implicaciones que tienen los deportes dentro de las ciudades. Si nos referimos a tiempos modernos, la orientación de ciudades deportivas se le atribuye a Roma con la realización de los JJ OO de 1960 (Whitson, 2004) cuando por primera vez un megaevento se posiciona como instrumento de desarrollo urbano, lo que Muñoz (1997) denomina urbanismo olímpico debido a que las competiciones se realizaron en lugares icónicos de la ciudad, atractivos referentes de su importante pasado arquitectónico.

El desarrollo urbano de las ciudades es algo progresivo y sistemático, el cual tiene múltiples factores y propulsores que favorecen el correcto avance de la ciudad. Es dentro de estos factores donde el deporte toma un papel fundamental ya que tiene una implicancia central en impulsar el desarrollo urbano de las ciudades, marcando un enfoque de la ciudad y por ello, impactando positivamente en diversos aspectos dentro de ellas. La organización de eventos deportivos atrae a visitantes de otras localidades y regiones, generando un aumento en el turismo y el gasto local, lo que se traduce en un aumento de los ingresos y la creación de empleo en la ciudad (Comisión Europea, 2016). Además, la construcción de instalaciones deportivas y la promoción de actividades deportivas estimulan la inversión y el desarrollo de nuevas infraestructuras en las ciudades.

Por otro lado, el deporte puede ser un factor clave en la revitalización de áreas urbanas en deterioro. La transformación de antiguos terrenos industriales o zonas degradadas en instalaciones deportivas y recreativas tienen un efecto positivo en la imagen y la percepción de la ciudad. Como sostiene el arquitecto Jan Gehl, el diseño de instalaciones deportivas bien accesibles y bien pensadas puede ser un catalizador para revitalizar áreas urbanas en declive (2010). Estas renovaciones urbanas pueden atraer inversiones, estimular el desarrollo inmobiliario, ofrecer espacios deportivos y programas de actividad física fomentando un estilo de vida activo y saludable entre sus habitantes, mejorando así la calidad de vida de la comunidad.

De los ejemplos más claros y contemporáneos que se podrían dar hoy en día de desarrollo urbano a través del deporte es el de

la Villa Panamericana que está en construcción para los Juegos Panamericanos que se realizarán este año en Santiago de Chile. Este es un proyecto que incluye 17 torres de vivienda que dentro de los próximos meses recibirá a seis mil atletas y paratletas que debido a su ubicación a pasos del metro es óptimo. Este proyecto contempla áreas verdes, juegos infantiles, equipamiento deportivo y locales comerciales. Para Gianna Cunazza, directora ejecutiva de Santiago 2023, "es una de las obras más emblemáticas de cara a los Juegos Panamericanos y Parapanamericanos". El legado material que dejará este evento en el país es una mejora sustancial en cuanto a proyectos inmobiliarios y serán destinados a 1.355 familias.

DEPORTE CREADOR DE ESPACIO SOCIAL

Anteriormente se habló de cómo los cretenses y los griegos fueron los impulsores de la formación de espacios especializados para el deporte, especialmente estos últimos. Con el tiempo, estos espacios, tanto la palestra como el gimnasio comenzaron a ser puntos de reunión social. Según Mandell (2006) los griegos acudían al gimnasio o a la palestra para reunirse con amigos, esto producía que en estos lugares Whubiesen intercambios de noticias, gestiones de tertulias y por sobre todo chismes. Este rol social comenzó a ser cada vez más grande ya que el ejercicio reunía a todas las generaciones (Monroy, 2007), esto último es una característica que se puede ver en el deporte hasta el día de hoy.

Durante la Edad Media, la práctica deportiva se limitaba principalmente a la nobleza. Sin embargo, durante el Renacimiento, se produjo un cambio en el enfoque, destacando el culto a la salud y la importancia de cuidar el cuerpo (Rodríguez, 2000).

Tras el regreso de los Juegos Olímpicos en 1896, después de siglos de no celebrarse, se planteó el manifiesto de que se buscaba la unificación de las razas, religiones y políticas (De Navacelle, 1979). Sin embargo, a lo largo del tiempo, esto no tuvo mayor trascendencia, ya que a diferencia de la antigüedad, donde los juegos solían detener las guerras, en la época contemporánea no se llevaron a cabo los juegos durante la Primera Guerra Mundial

2.2. Deporte en Chile

ni durante la Segunda Guerra Mundial (Martínez de Osaba & Cordero, 2017).

Según Nauright y Zipp (2018, p. 1114), el deporte es ampliamente elogiado por su capacidad para unir a las personas, ser una herramienta para el desarrollo y la paz, y abordar las preocupaciones de salud y estado físico en sociedades que enfrentan el aumento de los costos de atención médica. Sin embargo, esta noción comunitaria coexiste con una tendencia hacia la individualización, que contradice el concepto mismo de comunidad. En la actualidad, se reivindica el espacio público, pero al mismo tiempo se observa una tendencia hacia espacios colectivos que están diseñados para satisfacer las necesidades individuales en términos de espacio y tiempo (Bauman, 2003). Esta dualidad refleja la complejidad de nuestras sociedades contemporáneas, donde se busca encontrar un equilibrio entre la comunidad y la individualidad.

Como menciona el sociólogo Zygmunt Bauman (2001): “el deporte puede ser un agente de cohesión social, ya que ofrece un terreno común donde las personas pueden unirse y compartir experiencias”. Al fomentar la participación deportiva, se crean espacios de encuentro que contribuyen a construir una comunidad más unida y solidaria donde se vean expuestos una serie de beneficios sociales que sirva para promover la cohesión social y fortalecer los lazos entre los ciudadanos.

Los deportes masivos también cumplen su rol social. Al generar un espectáculo dentro de un sector en específico, se congregan en ese punto parte importante del entorno, que a su vez, si es que es un deporte renombrado, puede llegar a ser un punto de encuentro de mayores escalas, hablando comunal, provincial o hasta metropolitano.

SALUD Y DEPORTE EN CHILE

El concepto de bienestar ha evolucionado en las últimas décadas, trascendiendo la mera salud física y abarcando aspectos mentales y sociales que son fundamentales en todos los ámbitos de la vida (Rial B. et al., 2009). Ya no se limita únicamente a la ausencia de enfermedades o dolencias, sino que se reconoce como un equilibrio integral. Sin embargo, no existe una convención universal sobre qué constituye el bienestar personal. San Martín y Pastor (1989) señalan que el bienestar completo es subjetivo, lo que complica su medición y representación a través de indicadores. Además, dado su carácter relativo, tanto en términos espaciales como temporales, el bienestar se ve condicionado por el contexto específico y la cultura en la que se desenvuelve cada individuo (Moreno, 2008; Romero et al., 2022).

Dentro de los mecanismos que se mencionan para mantenerse saludable, el deporte toma una gran relevancia, por lo que ser una persona activa se vuelve beneficioso para la salud y el bienestar. El ejercicio físico ayuda a mantener sano el organismo, actúa como liberador para momentos de estrés y tensión, y permite que cada persona desarrolle y mantenga una imagen positiva de sí mismo (Richardson, 2004). Por otro lado, hay que diferenciar las formas de ejecución de estas actividades físico-deportivas ya que se considera ejercicio físico cuando se realizan de forma planificada y repetitiva con el objetivo de tener una mejora en el estado físico (Caspersen et al., 1985), mientras que la práctica del deporte incluye la competición y por tanto una gestión externa que regula su práctica (Cantón, 2001).

La relación entre la salud y la actividad físico-deportiva como se dijo anteriormente, están fuertemente ligados, lo cual toma una mayor trascendencia cuando se asocian a factores específicos de cada persona, como por ejemplo adoptar un estilo de vida sedentario el cual trae consecuencias graves para la salud de las personas (Richardson, 2004). De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), desde 1980 hasta 2014 mundialmente la obesidad se duplicó, existiendo más de 1 900 millones adultos mayores de 18 años con sobrepeso, y dentro de estos, más de 600 millones padece obesidad, lo cual se traduce en adultos mayores

de 18 años, 39% de sobrepeso y 13% de obesidad. Con respecto a la población infantil, existen más de 41 millones de niños menores de 5 años con sobrepeso u obesidad a nivel mundial, lo que ha significado un incremento de cerca de 11 millones en los últimos 15 años.

En la región Latinoamericana no cambia el panorama. Según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) en 2016, dentro de la región un 58% de la población vive con sobrepeso u obesidad, siendo Chile el tercer país con mayor índice con un 63%. En la población chilena la obesidad se debe principalmente a la inactividad física, la falta de sueño y al consumo de alcohol y tabaco (Petermann et al., 2017). Todos estos factores han ido en aumento los últimos años y que, sumados a una pandemia por el brote del virus SARS-CoV2, se decretó confinamiento a contar del 21 de marzo a las 00:00 hrs. (Ministerio de Salud, 2020), suspendiendo así todas las actividades físicas al exterior o en lugares que congregan grupos de personas. Esto intensificó el sedentarismo en personas de todas las edades al limitar su capacidad de salir de sus hogares. Esta situación ha dado lugar a problemas de salud física y mental, agravando condiciones como enfermedades cardiovasculares, obesidad, depresión y varios tipos de cáncer (Kalazich et al., 2020).

Otro aspecto importante es el impacto en la salud y el bienestar de los ciudadanos. El deporte promueve la actividad física y contribuye a reducir los problemas de salud relacionados con el sedentarismo. Según la Organización Mundial de la Salud, “la actividad física regular es esencial para mantener una buena salud y prevenir enfermedades no transmisibles” (OMS, 2018)

DEPORTE Y EDAD

El deporte juega un papel fundamental en todas las etapas de la vida, desde la infancia hasta la vejez, otorgando una serie de beneficios para la salud física, mental y social. En todas las edades, la actividad deportiva contribuye al desarrollo y mantenimiento de un estilo de vida saludable. Como menciona la Organización

Mundial de la Salud (OMS, 2018), “la actividad física regular es esencial para el crecimiento, desarrollo y bienestar óptimo de los individuos en todas las edades”.

En la infancia, el deporte desempeña un papel crucial en el desarrollo físico y motor de los niños. La participación en actividades deportivas promueve el desarrollo de habilidades motoras, la coordinación y el equilibrio, además de fomentar la formación de hábitos saludables desde temprana edad. Como afirma el informe de la Comisión Europea (2016), “el deporte y la actividad física pueden ayudar a los niños a alcanzar su pleno potencial físico, mental y social”.

En la adolescencia, el deporte continúa siendo una herramienta clave para promover la salud y el bienestar. La práctica deportiva contribuye al desarrollo muscular y óseo, mejora la condición física y ayuda a mantener un peso saludable. Además, el deporte en esta etapa de la vida fomenta la autoestima, el desarrollo de habilidades sociales y el trabajo en equipo (Parker & Wattie, 2021).

La actividad física en la edad adulta ayuda a prevenir enfermedades crónicas, mejora la resistencia cardiovascular y promueve la salud ósea y muscular (Biddle et al., 2022). Asimismo, el deporte en esta etapa de la vida tiene efectos positivos en la salud mental, reduciendo el estrés, mejorando el estado de ánimo y promoviendo una mejor calidad de vida.

En la vejez, el deporte contribuye a mantener la salud y la funcionalidad. La actividad física regular en esta etapa de la vida reduce el riesgo de enfermedades crónicas, previene la pérdida de masa muscular y mejora la movilidad y contribuyendo así a mantener la autonomía y la calidad de vida (Rodríguez, 2021). Además, el deporte en la vejez promueve el bienestar psicológico y social, proporcionando oportunidades de socialización y creando un sentido de comunidad.

2.3. Deporte en una ciudad dispersa

ACCESO A LA CIUDAD EN LAS PERIFERIAS

El desarrollo de las periferias en la segunda mitad del s.XX se produjo a través de un crecimiento desordenado, falta de identidad social y cultural, que sumado a la falta de oportunidades de empleo y otros aspectos sociales, con el tiempo se genera una cultura competitiva e individualista (Gámez, 2006). La expansión de la ciudad, a raíz de la falta de suelo y de entes reguladores producen el revuelo y desespero para la gente que no tiene acceso a la ciudad (Quitán, 2013). De la misma manera, la falta de planificación urbana en sectores alejados de “las oportunidades”, va resultando en sectores de gran amplitud privados, los cuales a través de buscar la máxima optimización del espacio, subordina los espacios comunes para el bien privado, desarrollando muchas veces mal los espacios que se convierten en suburbios y estos a su vez en ciudades dormitorio.

Esta disgregación entre los “barrios” que se van formando alejados de la ciudad propiamente tal son los sectores que tienen peor conectividad, y no se habla solo hacia el centro, sino que conectividad a todo su entorno. “Cuando un sujeto se encuentra imposibilitado de acceder a las oportunidades existentes, se encuentra excluido de poder participar socialmente (Jirón & Mansilla, 2013)”. Esta falta de oportunidades que incluyen el lado social en parte se debe al gran tiempo de traslado que tienen estos sectores para llegar a sus destinos, sea trabajo o estudio.

En cuanto a la accesibilidad a espacios entregados por la ciudad, tales sean áreas verdes, espacios culturales o deportivos, según Quitán (2013), se van viendo cada vez más desprovistos mientras más se alejen del centro. También se refiere a la exploración en el ámbito del deporte, que debido a la falta de equipamiento de estos servicios, se produce una exploración en cuanto a usos de espacio y también a formas de realizar deportes ya que cuentan con una libertad que en otros sectores no se encuentra.

CASO DE LAMPA

El caso de Lampa no es distinto a lo hablado de periferias. Tras la modificación del PRMS que incorporó a la Provincia de Chacabuco, se agregaron 241.500 ha a la ciudad y por ende, nuevos terrenos para desarrollo urbano.

En 10 años, según el Censo (2012) esta zona duplicó su población (98% más) y alcanzó 79.397 habitantes. Este aumento poblacional es difícil de controlar para cualquier sector, y en Lampa, la carga de ocupación de los pocos servicios entregados y de las vías que se deben utilizar pone en evidencia el descontrol del avance de la ciudad.

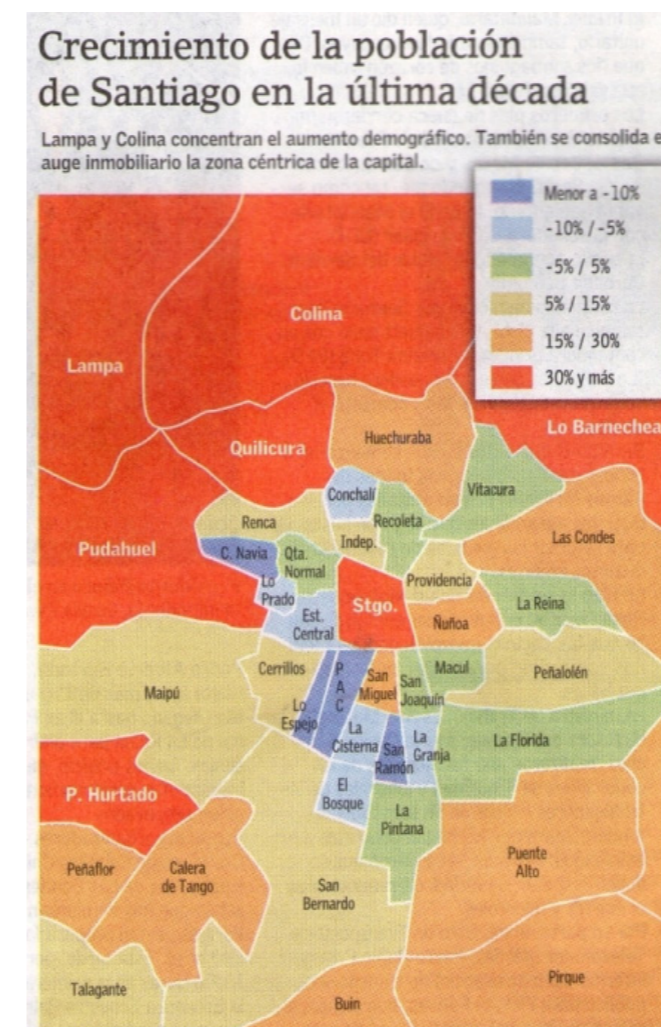
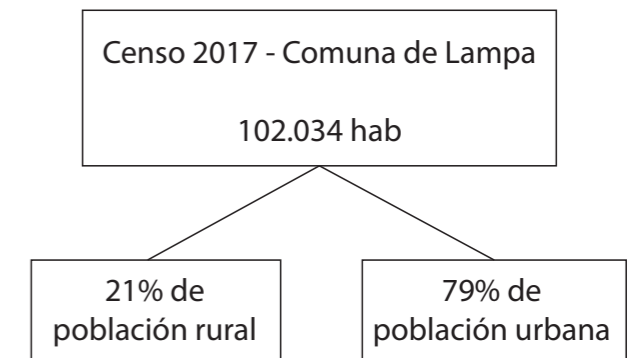


IMAGEN 2

Crecimiento poblacional rango 2002-2012
Fuente: Estudios UC a partir de datos del Censo.



*Aumento poblacional del 153% desde el 2012

Grupo Edad	Población por grupo (n°)	
	Censo 2017	Proyección 2021
0 a 14	26.737	33.065
15 a 29	23.987	28.758
30 a 44	25.643	36.639
45 a 64	19.716	24.806
65 o mas	5.951	8.168
Total	102.034	131.436

IMAGEN 3

Población según rango etario.
Fuente: Censos de población y vivienda. INE

03 DIAGNÓSTICO Y PROPUESTA

03 Diagnóstico y Propuesta Urbana

3.1. Diagnóstico



FIGURA 1
Provincia de Chacabuco
dentro de la RM.
Fuente: Elaboración propia.

En la comuna de Lampa, ubicada al norte de la Región Metropolitana, dentro de la provincia de Chacabuco, y como ya se ha mencionado, existe una baja oferta de servicios y un bajo desarrollo urbano a nivel comunal. A medida que la ciudad ha crecido, ha quedado disgregado del centro de Santiago, teniendo conexiones específicas hacia su entorno que no han podido dar abasto con el aumento de proyectos residenciales que se han dado en la comuna (Informe ambiental Lampa, 2015). Desde el 2011 que la cantidad de proyectos residenciales en Lampa ha ido en gran aumento, llegando a ser la segunda comuna que abarca más ventas de casas (14%) solo después de Padre Hurtado (18%) según un informe realizado por la plataforma TOCTOC en 2021. En cuanto a los habitantes, según proyecciones del INE, Lampa será la comuna que más aumento de habitantes tendrá, siendo de 31%.

Este crecimiento ha sido exponencial, teniendo variados proyectos habitacionales individuales, poniendo la apuesta en la privacidad para familias y con ello, dejando un poco relegada la vida de barrio.

Como se dijo anteriormente, Lampa cuenta con ingresos específicos a la comuna, exactamente con 5 ingresos desde vías que conectan con Santiago. Este acotado ingreso genera que la gente de distintos sectores de Lampa dependa de los mismos recorridos, por ende, se tiende a un colapso de estas vías debido a que no se cuenta con una trama urbana interna. La trama con la que cuenta la comuna se basa en la conexión directa entre las 3 localidades existentes; Lampa centro, Batuco y Valle Grande, por ende, la vialidad secundaria solo se encuentra individualmente en las localidades por lo que no puede otorgar opciones de conexión a su entorno para los habitantes.

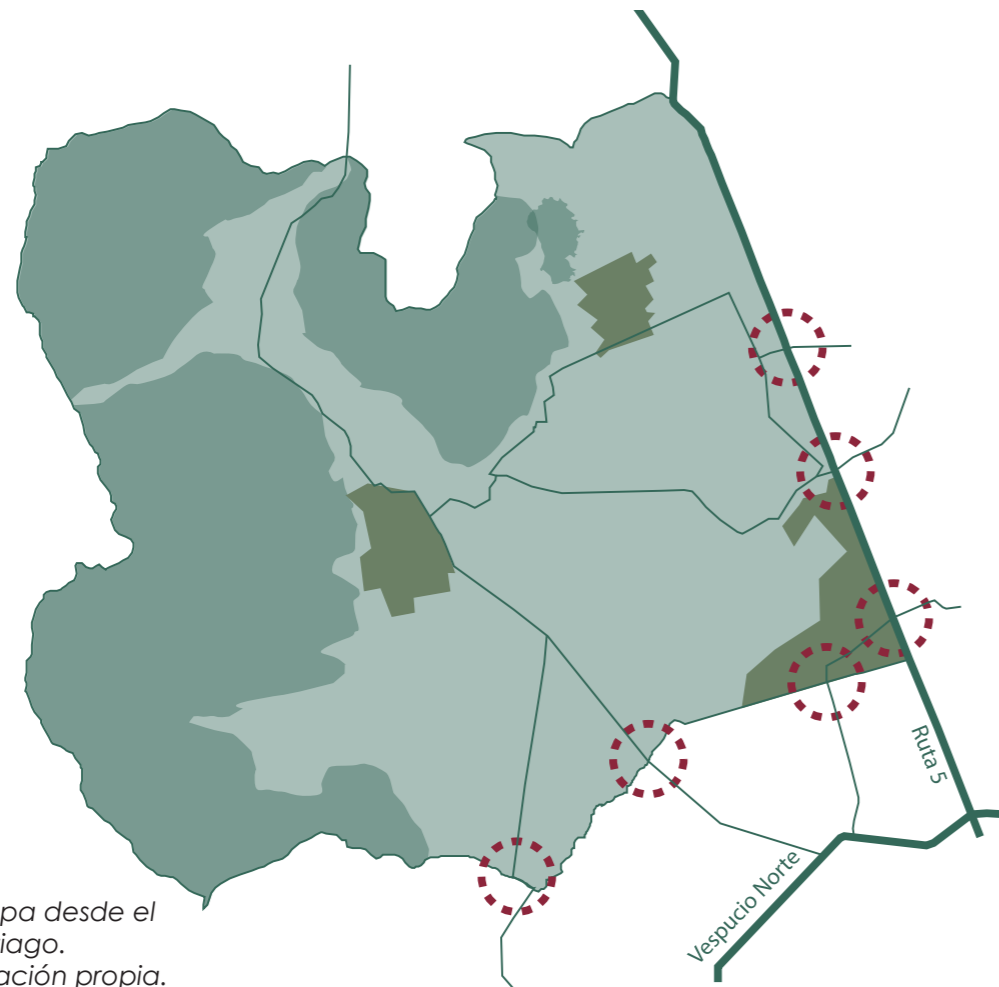


FIGURA 2
Ingresos a Lampa desde el centro de Santiago.
Fuente: Elaboración propia.

Por otro lado, se realizó un catastro de la distribución de los servicios deportivos entregados en Lampa, tanto públicos como privados, y se percibió que la mayor parte de los servicios se entregan dentro de las 3 localidades urbanas y la existencia de servicios medios entre estas eran casi nulos. Además de la poca variedad de los servicios otorgados; la mayoría son canchas de fútbol 11 de pasto natural donde se aprecia la abundancia de tal programa y marca a Lampa como un destino metropolitano

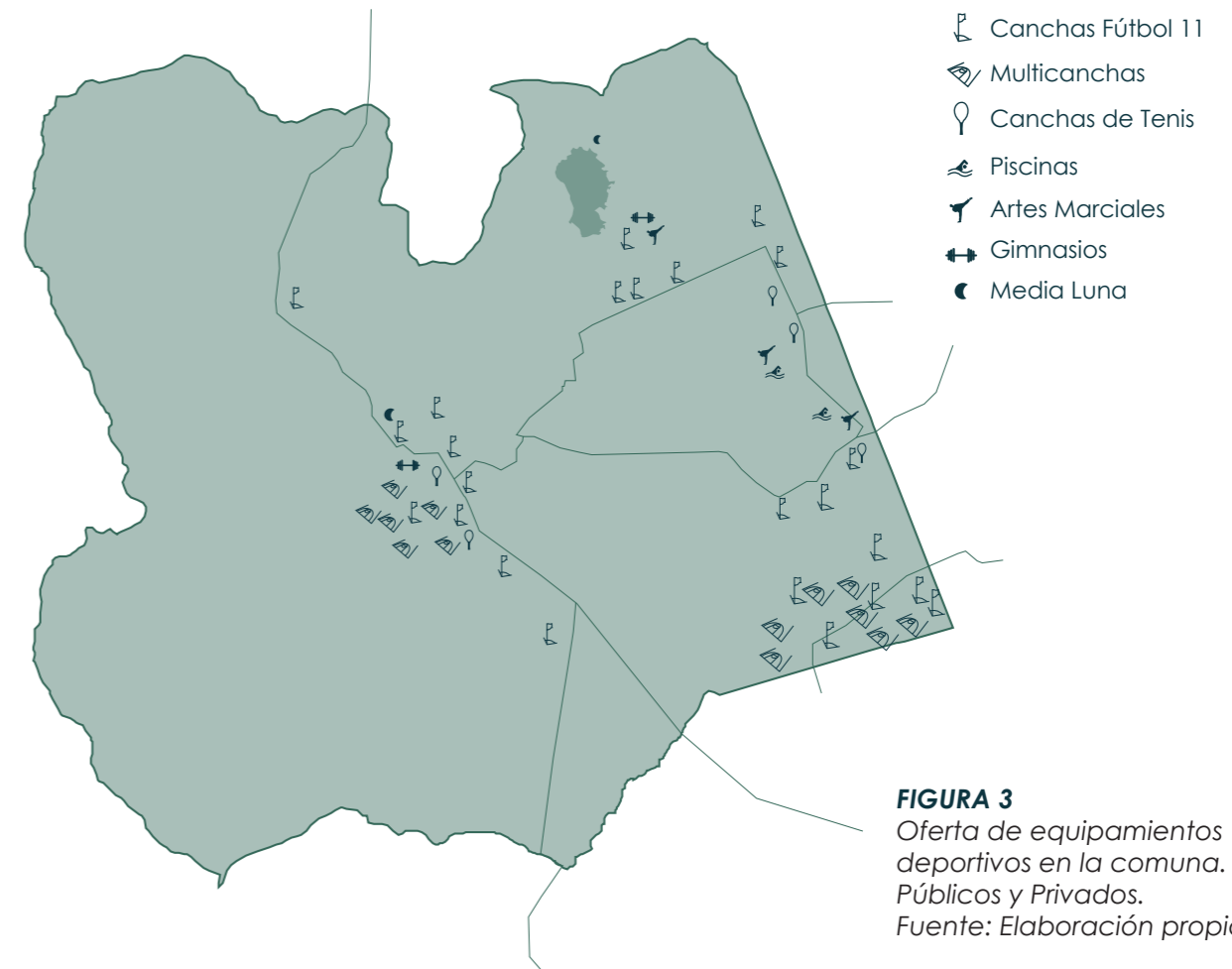


FIGURA 3
Oferta de equipamientos deportivos en la comuna. Públicos y Privados.
Fuente: Elaboración propia.

que abarca varias ligas dentro del fútbol recreativo. La presencia de multicanchas se presentan netamente en Lampa centro y en Valle Grande que corresponden a canchas dentro de condominios o barrios cerrados mayoritariamente y por tanto, no es un servicio que abastece a gente acotada. Con respecto a los otros servicios entregados, es poca la variedad de oferta y la cantidad de cada uno, se pueden apreciar canchas de tenis que correspondería al programa más distribuido después de los dos antes mencionados, también se encuentran gimnasios, artes marciales, medias lunas y piscinas recreativas en puntos específicos, en general posicionados dentro de los centros urbanos.

Lo evidenciado anteriormente acrecienta la necesidad de mejorar la conectividad entre estos centros urbanos debido a las ubicaciones de cada programa. Por ende, se necesita una movilidad tanto interna como externa para poder acceder a programas deportivos específicos, ya sean dentro del centro urbano del usuario o en otro punto de la comuna pero la falta de vías secundarias remarca la dependencia de una ruta principal y por ende, la necesidad de tener modos de transportes complementarios al automóvil o transportes privados de la zona

explícita la poca conectividad entre estas pequeñas urbes de la comuna.

Por otro lado, se juntaron los layers de la oferta de servicios deportivos con la ubicación de los centros urbanos y los pequeños asentamientos intermedios que se encuentran entre estos tres puntos. Como se mencionó, la ubicación de estos servicios abarcan netamente Lampa Centro, Batuco y Valle Grande mientras que los asentamientos intermedios quedan en su mayoría desprovistos. Fuera de estos centros urbanos, la accesibilidad que tienen estos asentamientos es ir a las pequeñas urbes que se encuentran en Lampa o bien, salir de la comuna dirigiéndose hacia la provincia de Santiago, lo que implica un gasto de tiempo importante en transporte, y pensándolo de una manera general el tiempo gastado en una semana o mensualmente es bastante considerable.

El único foco donde se ve una mejora en la distribución de los servicios es en el lado oriente de la comuna a lo largo de la calle Santa Rosa de Santiago, paralela a la Ruta 5, donde los asentamientos se ven con una provisión mayor a la que se aprecia en los sectores medios de la comuna, en el triángulo que se hace uniendo las tres localidades de la comuna.

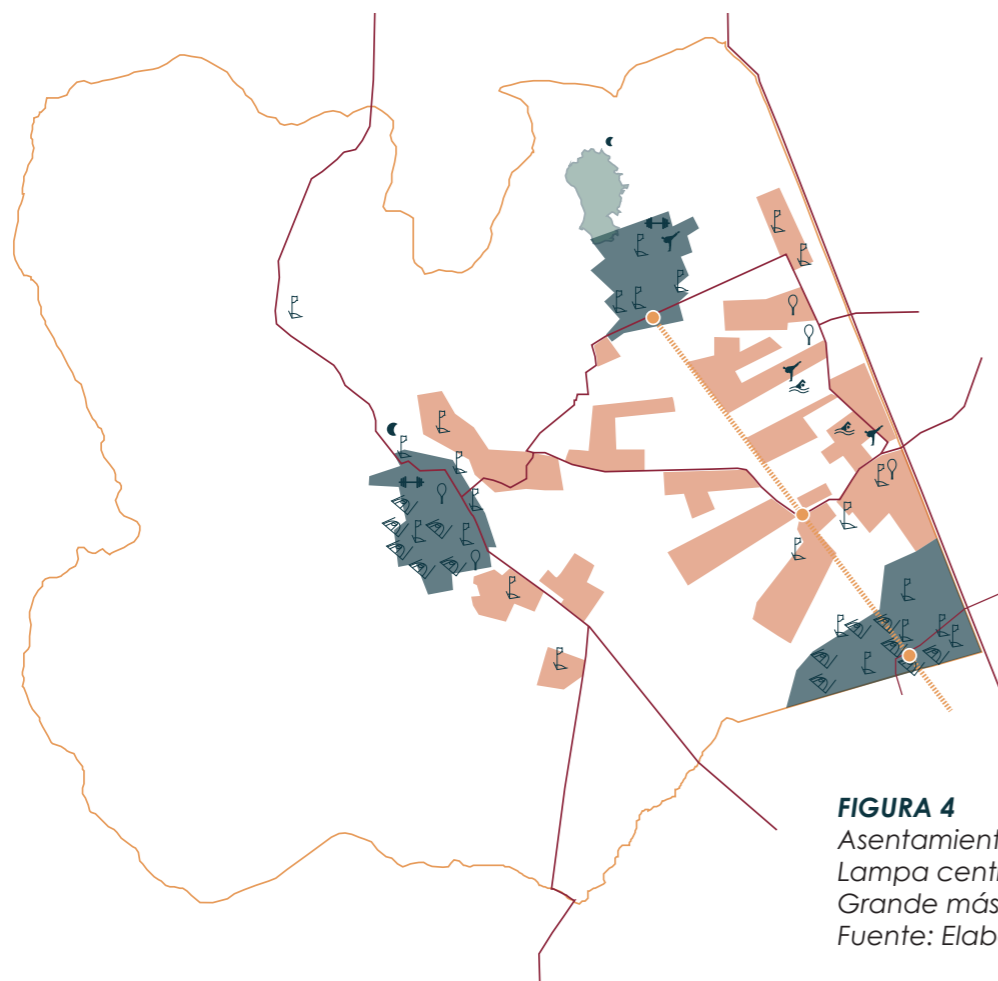


FIGURA 4
Asentamientos intermedios entre Lampa centro, Batuco y Valle Grande más equipamientos.
Fuente: Elaboración propia.

3.2. Propuesta Urbana

Dentro de la desconexión existente en la comuna, donde las zonas intermedias son las que quedan más desprovistas de transporte público, esta escasez enfoca la movilidad en la transporte privado; en las zonas más desarrolladas en Lampa, también se opta por la movilidad de automóvil principalmente debido a las pocas rutas que tienen los microbuses interurbanos. Esto cambiará con la llegada del Tren Santiago-Batuco estimado para el 2028, que debido a la magnitud de tener un transporte de este tipo, la traza interna de los microbuses estará subordinada a las nuevas estaciones que serán tres dentro de la comuna: Valle Grande, Estación Colina y Batuco como final de recorrido, teniendo proyectado la ampliación de la línea a Til Til. Según la Empresa de Ferrocarriles del Estado (EFE) permitirá ahorros de más de 2 horas diarias de tiempo de viaje.



FIGURA 5
Proyecto tren Santiago - Batuco.
Fuente: Google earth con edición propia.

Como propuesta urbana se proyecta una red de ciclovías que funcione de forma complementaria a la red de transporte público que se conformaría con las rutas de los microbuses interurbanos y eventualmente con la línea férrea. La ruta para los vehículos ciclos cuenta con un anillo interior y otro exterior buscando unir los asentamientos intermedios entre ellos mismos y también con las grandes localidades de Lampa, permitiendo así el acceso a los servicios más eficientemente en cuanto a tiempo y a gastos energéticos, generando un enfoque más saludable dentro de la comuna.

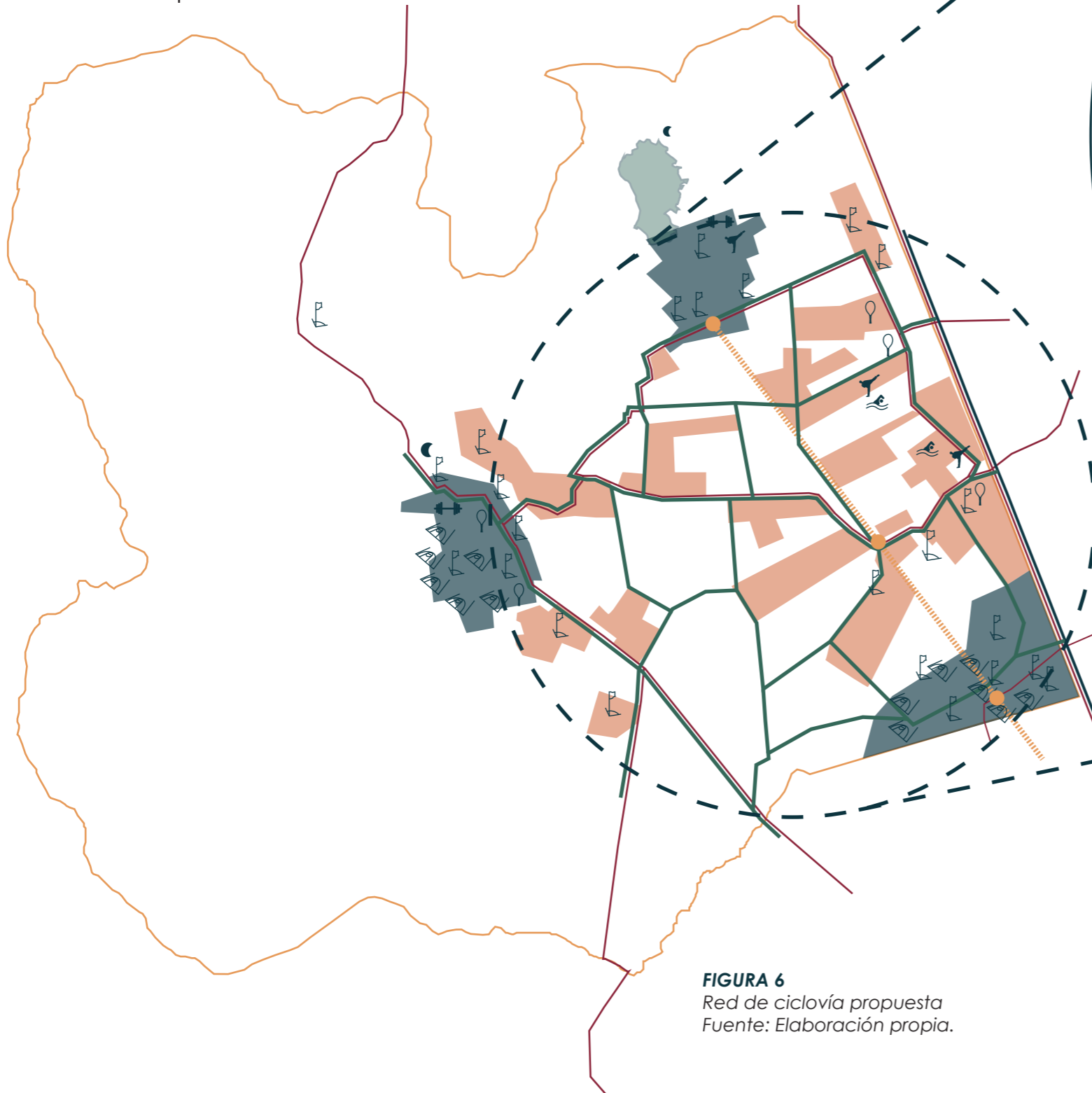


FIGURA 6
Red de ciclovía propuesta
Fuente: Elaboración propia.

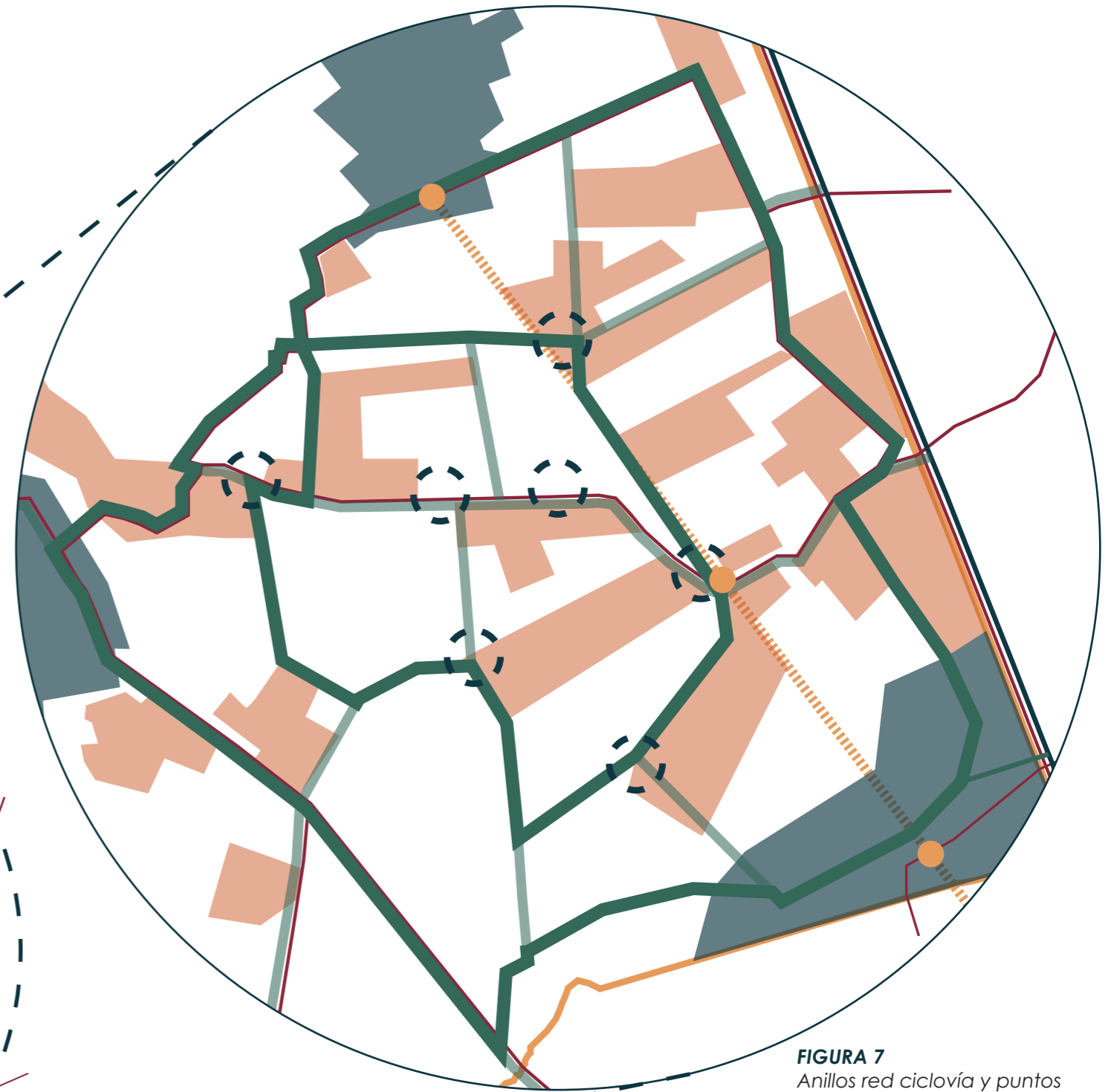


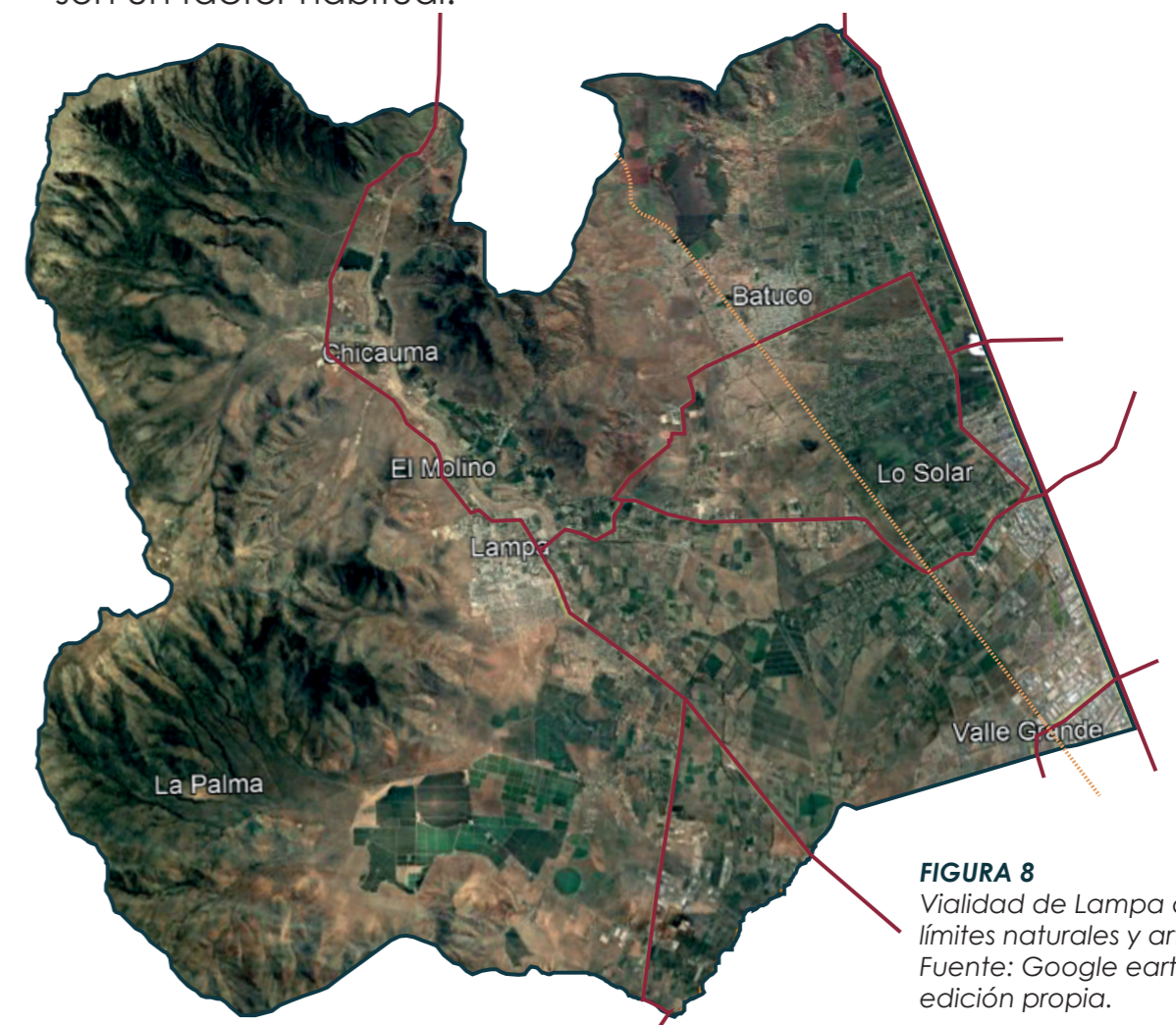
FIGURA 7
Anillos red ciclovía y puntos de interés propuestos
Fuente: Elaboración propia.

Por otro lado, se han definido 7 puntos de interés en el anillo interior, que es la zona más carente de servicios. Estos puntos ofrecen una variedad de servicios deportivos con el objetivo de generar una red que destaque la importancia del deporte en una zona desatendida dentro de la comuna. Esto permitirá la creación de espacios de encuentro entre las 3 localidades principales, superando la escasa conexión que existe actualmente en términos de servicios.

04 EMPLAZAMIENTO

Territorio

La comuna de Lampa se emplaza entre los cerros Trincao al oeste y Campiche al norponiente (Informe Ambiental Lampa, 2015). Lampa y Batuco se desarrollan en las faldas de los cerros, teniendo a los mismos como límites naturales de su urbanismo hacia el poniente y la ruta 5 como límite oriente. Esto permite reconocer y valorar el espacio útil en el centro de la comuna, pero como ya vimos, existe la falta de conexión entre los centros poblados acrecienta la necesidad de utilizar las vías principales como único medio conector entre ellas, por tanto, la tendencia al colapso de las mismas son un factor habitual.



El proyecto se propone como un centro de encuentro que resuelva las necesidades deportivas y recreativas de las distintas localidades generando punto de interés dentro de la sección marcada en la figura X, por lo mismo, se desea que el proyecto se presente inmerso en esta vialidad marcada por carreteras locales.

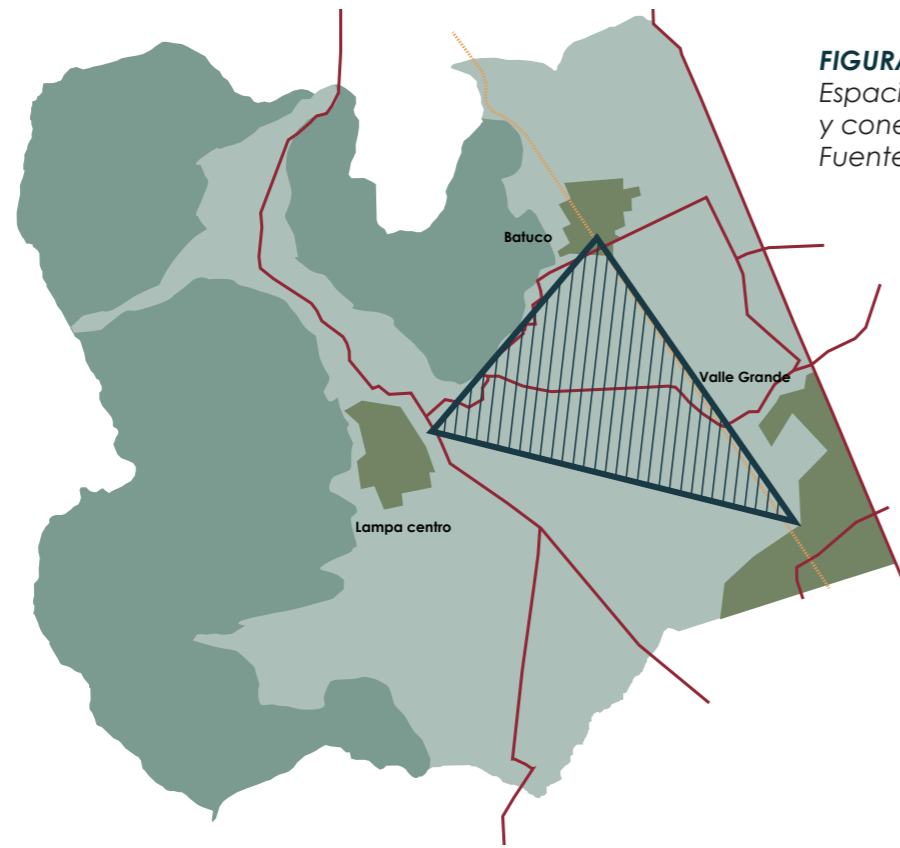


FIGURA 9
Espacio que se busca intervenir y conectar.
Fuente: Elaboración propia.

Dentro de la vialidad existente, el proyecto busca posicionarse cercano a la estación del tren Estación Colina, entre Valle Grande y Batuco. Esto busca que la relación escalas entre la escala metropolitana marcada por la conexión del tren, tenga a través del proyecto, un espacio de transición y sea el recibimiento a Lampa, representando la escala menor hasta llegar al nivel de casa. Con esto se busca el fácil acceso de estas desde las tres localidades poniendo el proyecto como una formalización de las conurbaciones intermedias entre estos focos urbanos.

El emplazamiento se encuentra adyacente a la estación de trenes, lo cual busca establecer una conexión directa con la calle Cacique Colin. Esta calle ha experimentado un crecimiento y desarrollo urbano significativo debido a la presencia de la Estación Colina, la cual experimentará un importante cambio con la llegada del metro-tren para pasajeros.

Dentro de esta zona, se pretende fomentar la conexión entre la Estación Colina y Valle Grande mediante la creación de vías más consolidadas. Esto supondría un cambio importante en comparación con la situación actual, en la que existen vías discontinuas como resultado de los límites impuestos por

los proyectos residenciales en Valle Grande. Esta iniciativa permitiría conectar de manera más eficiente Quilicura con Lampa, en contraposición al escenario actual donde esta conexión se encuentra subdesarrollada. De esta forma, se lograría superar la situación actual en la que Quilicura y Lampa están separados, generando una integración más efectiva entre ambos sectores y haciendo más partícipe a Lampa de la ciudad.

FIGURA 10
Punto de interés escogido.
Fuente: Elaboración propia.



FIGURA 11
Entorno punto de interés escogido y vía del tren.
Fuente: Elaboración propia.

FIGURA 12
Punto de interés escogido vía satelital y estación tentativa.
Fuente: Google earth con edición propia.

05

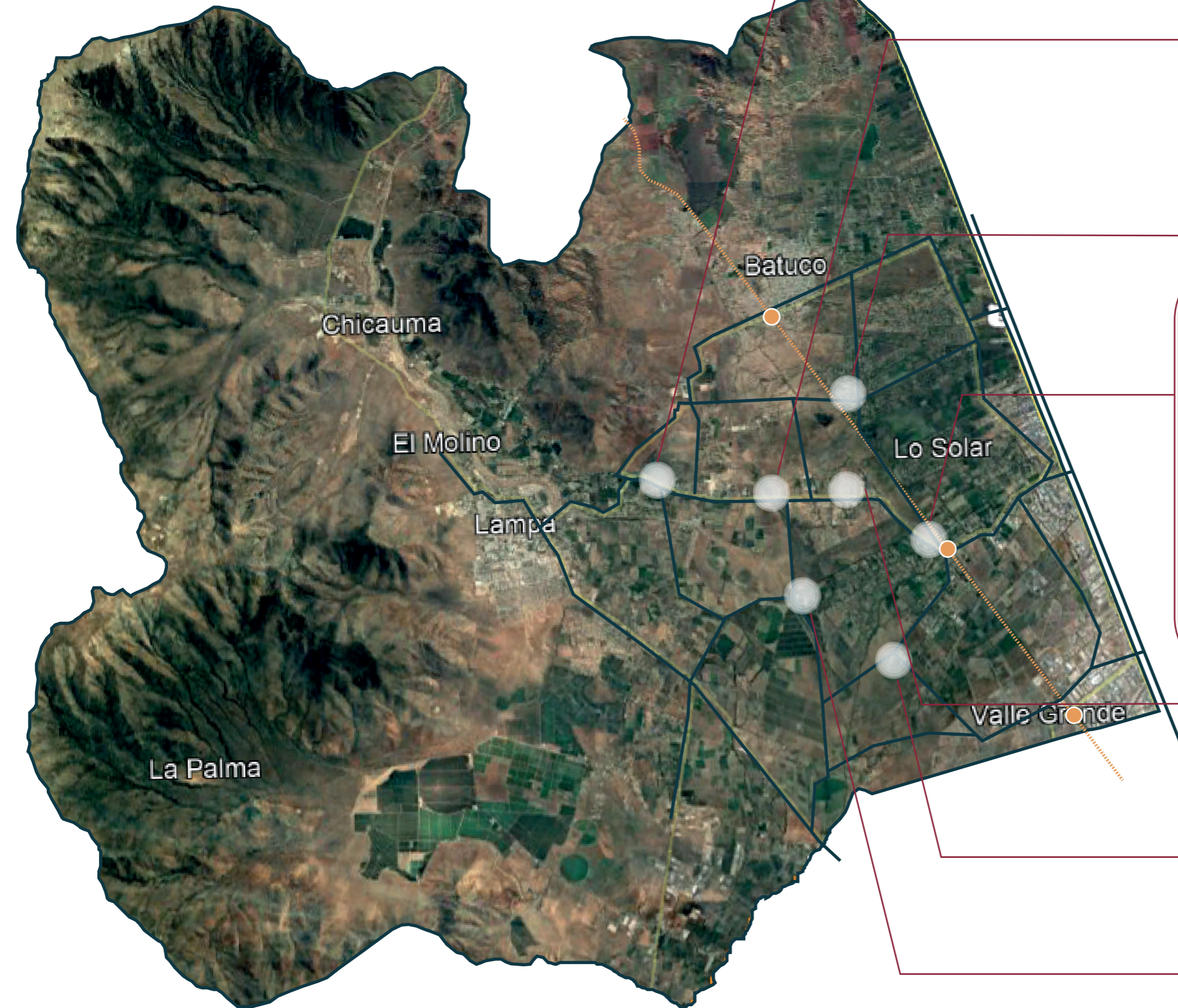
PROPUESTA PROGRAMÁTICA

Teniendo en cuenta los puntos de interés mencionados, se ha tomado la decisión de distribuir los programas que se proponían inicialmente abarcar en el proyecto. Estos programas se han categorizado en actividades cerradas, las cuales se mantienen dentro de la propuesta. Estas actividades corresponden a los deportes más tradicionales que requieren un espacio cerrado para su práctica, como la natación, tenis de mesa, futsal, baloncesto, voleibol, gimnasia artística, boxeo y gimnasio, también se incluyen programas abiertos de una escala baja, como lo serían la calistenia, juegos de niños y la posibilidad de integrar el picnic, incluyendo canchas abiertas de futsal, basquetbol, voleibol. Por otro lado se clasificaron los programas que ocuparían una amplia sección, como lo serían bicicross, skatepark y béisbol. Por último se incluían programas mayormente recreativos y terapéuticos que incluyen granja educativa, hipoterapia y terapia hortícola, esto a fin de ligar el carácter rural con las nuevas urbanizaciones que han ido en aumento.

El sector elegido dentro de la comuna tiene un valor programático significativo. La ubicación estratégica de los 7 puntos de interés para los proyectos deportivos complementarios busca que de la mano se genere un cambio en su entorno, convirtiéndose en un tejido importante dentro de la comuna y promoviendo el desarrollo, convirtiéndose en una parte integral de la vida deportiva de la comunidad local y trascienda a un nivel metropolitano.

Este enfoque deportivo brindará nuevas oportunidades para los residentes, alentándolos a participar en actividades saludables y fortalecer sus habilidades en los deportes proporcionados. Además, estos proyectos deportivos complementarios tendrán un impacto positivo en el entorno, mejorando la infraestructura deportiva, generando espacios de encuentro y promoviendo un estilo de vida activo. Se espera que estos proyectos deportivos impulsen el crecimiento y la transformación de la zona, atrayendo a más personas, inversiones y eventos deportivos relevantes tomando el deporte como un impulsor de desarrollo interdisciplinario.

FIGURA 13
 Programas distribuidos según
 los distintos puntos de interés
 dentro de la comuna.
 Fuente: Google earth con
 edición propia.



HIPOTERAPIA

BICICROSS

CENTRO DEPORTIVO

FUTSAL NATACIÓN TENIS DE MESA
 BOXEO CALISTENIA
 GIMNASIA GIMNASIO

SKATEPARK

GRANJA EDUCATIVA

BEISBOL

TERAPIA HORTÍCOLA

06

ESTRATEGIAS DE DISEÑO

Dentro de los factores externos que mayor consideración se le daría a la hora de buscar condicionantes del entorno eran:

1) La estación del tren, la cual se plantea en el predio contiguo teniendo una directa relación con el centro deportivo, generando un nuevo ingreso peatonal hacia el proyecto.

2) Otra de las consideraciones tiene que ver con el paradero en la calle Cacique Colin, que es donde dará frente la mayor parte del proyecto.

3) Por otro lado, se tiene en cuenta la red propuesta de ciclovías y se busca que sea parte del proyecto añadiendo un estacionamiento de bicicletas u otros ciclos para poder acceder a la estación de metrotren.

4) En los límites Norte y Sur del proyecto se propone abundante vegetación para generar biombos que funcionen como límites visuales y así aumentar el carácter de corredor del proyecto.

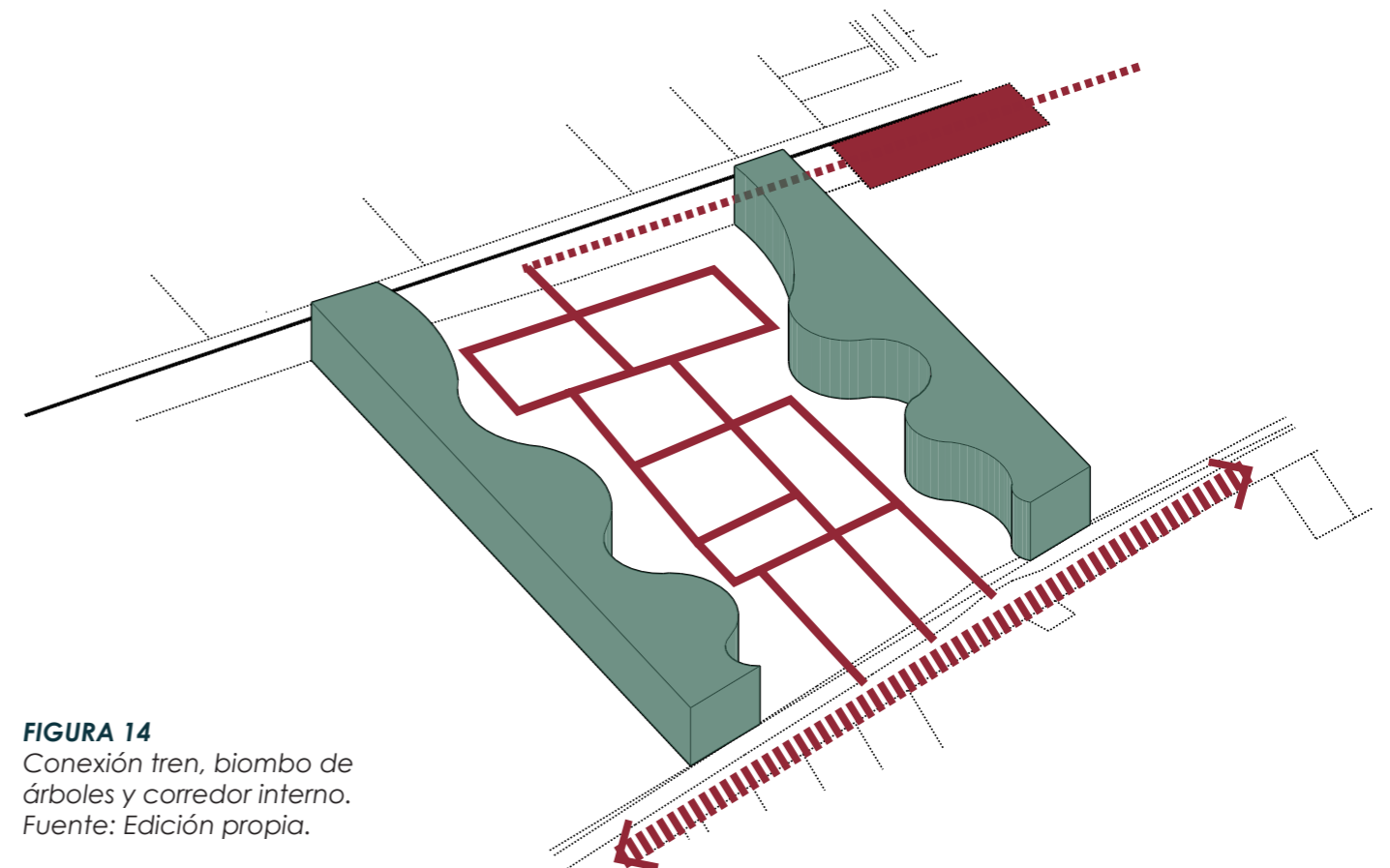


FIGURA 14
Conexión tren, biombo de
árboles y corredor interno.
Fuente: Edición propia.

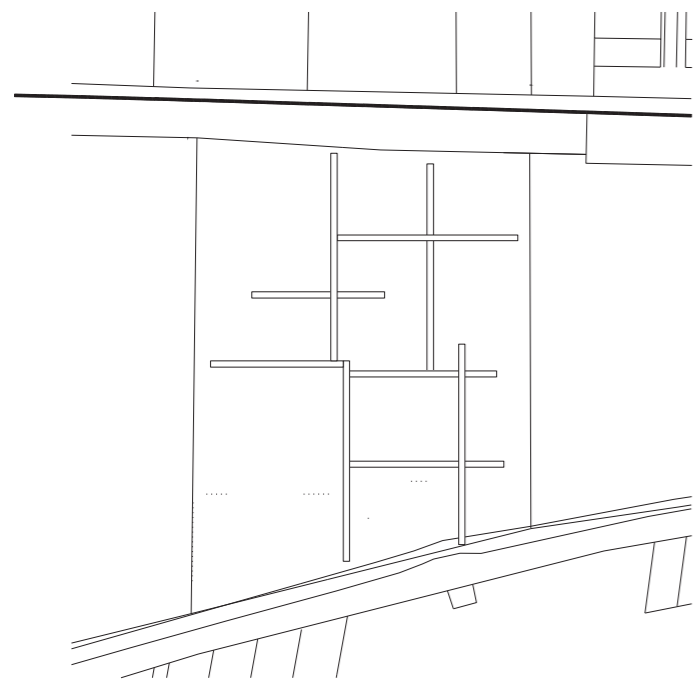


FIGURA 15
 Trazo interna recorridos,
 sectorización según programas.
 Fuente: Edición propia.

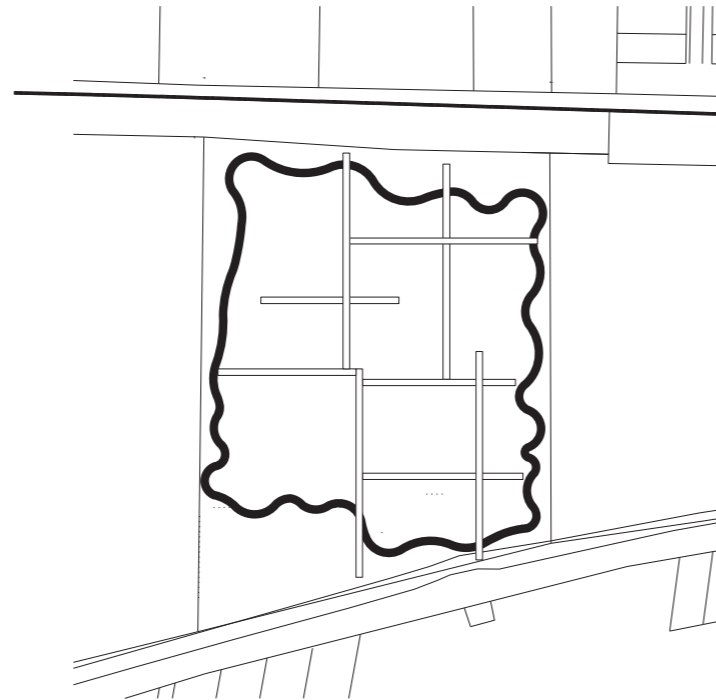


FIGURA 16
 Recorrido externo deportivo.
 Trote y bicicleta.
 Fuente: Edición propia.

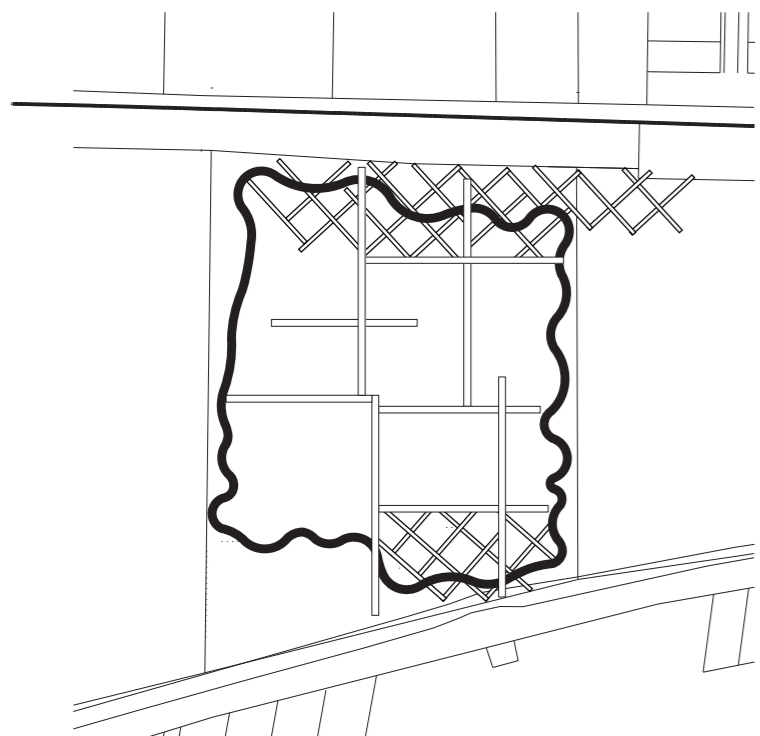


FIGURA 17
 Tramas que se hacen cargo de los
 distintos ingresos (tren y calle)
 Fuente: Edición propia.

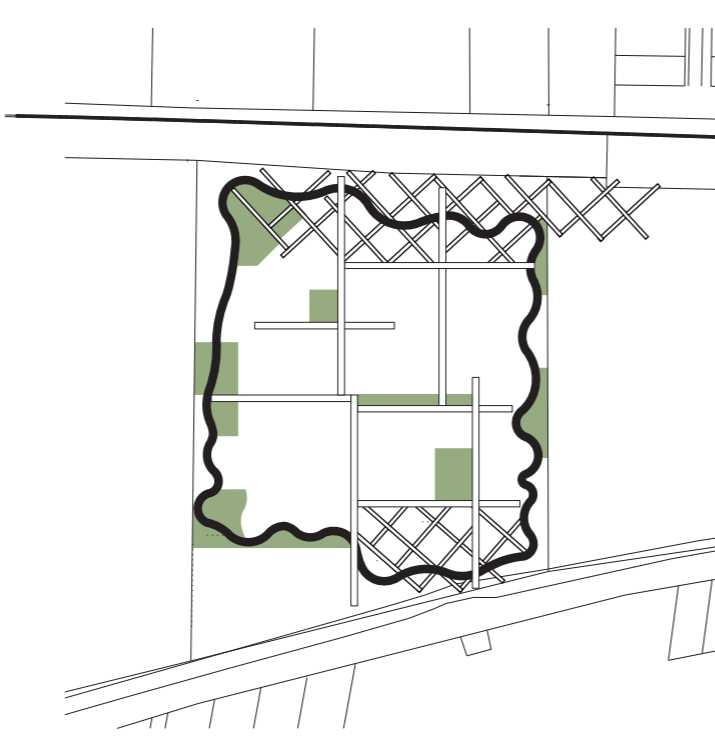


FIGURA 18
 Áreas verdes interiores como espacios
 de apreciación del entorno.
 Fuente: Edición propia.

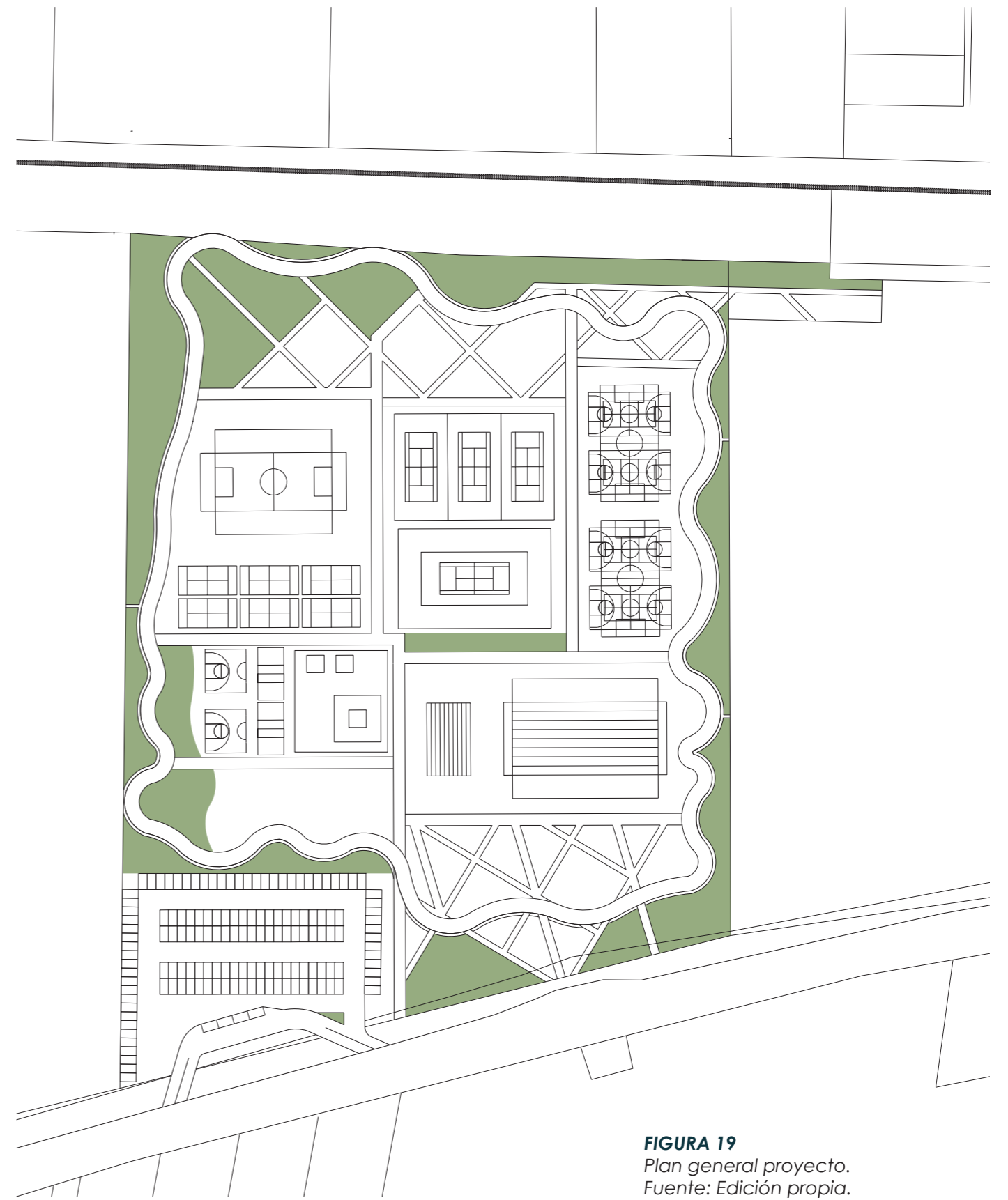


FIGURA 19
 Plan general proyecto.
 Fuente: Edición propia.

07

REFERENCIAS

- Bauman, Z. (2003). *Modernidad Líquida*. Traducción de Mirta Rosenberg. Fondo de Cultura Económica de Argentina.
- Biddle, G., Cavill, N., & Sallis, T. (2022). *Sport and Physical Activity in the Lives of Adults*.
- Caspersen, C., Powell, K. & Christenson, G. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Rep.* 100(2):126-131. <https://stacks.cdc.gov/view/cdc/66195>
- Cantón Chirivella, E. (2001). DEPORTE, SALUD, BIENESTAR Y CALIDAD DE VIDA. Cuadernos de Psicología del Deporte, 1. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/100521>
- Cascón Dorado, Antonio (2005). Educación y Política: el deporte en la sociedad antigua. En: F. García y B. Hernández (Eds.), *In Corpore Sano. El deporte en la Antigüedad y la creación del moderno olimpismo* (pp. 154-175). Madrid, España: Delegación de Madrid de la Sociedad de Estudios Clásicos
- Chaverra F., Beatriz. (2013). Ideas y prácticas de la Grecia ateniense y su influencia en la educación física actual. *Revista de educación física*.
- Comisión europea. (2016). El deporte como motor económico: Impacto económico de los eventos deportivos en las ciudades europeas. Recuperado de <https://example.com/informe-deporte-comision-europea>
- De Navacelle G. (1979). Pierre de Coubertin. *Memorias Olímpicas*.
- Diem, Carl. (1966). *Historia de los deportes*, volumen 1. Barcelona, España: Luis de Caralt.
- Gámez, V. (2006). Ciudad y periferia metropolitana en transición: Configuración de entidades comunales en el Gran Santiago. Universidad Central, Facultad de Arquitectura, Urbanismo y Paisaje.
- Gehl, J. (2010). *Cities for people*. Island Press.
- Jirón, Paola, & Mansilla, Pablo. (2013). Atravesando la espesura de la ciudad: vida cotidiana y barreras de accesibilidad de los habitantes de la periferia urbana de Santiago de Chile. *Revista de geografía Norte Grande*, (56), 53-74. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-34022013000300004>
- Kalazich, C., Valderrama, P., Flández, J., Burboa, J., Humeres, D., Urbina, R., Jesam, F., Serrano, A., Verdugo, F., Smith, R., & Valenzuela, L. (2020). Orientaciones Deporte y COVID-19: Recomendaciones sobre el retorno a la actividad física y deportes de niños niñas y adolescentes. *Revista chilena de pediatría*, 91(7), 75-90. Epub 18 de agosto de 2020. <https://dx.doi.org/10.32641/rchped.vi91i7.2782>
- Mandell, Richard D. (2006). *Historia cultural del deporte*. Barcelona, España: Ediciones Bellaterra.
- Martínez de Osaba ,J. & Cordero, T. (2017). Atenas 1896: Comienzan los Juegos, *Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*. Vol. 12(2): 167-171.
- Martínez Gorroño, María Eugenia (2002). Historia de la actividad física en la antigua civilización cretense (2800-1100 a.c.): El desarrollo de los valores corporales no violentos. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 5(2)
- Moreno, G. A. (2008). La definición de salud de la Organización Mundial de la Salud y la interdisciplinariedad. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 9(1), 93-107.
- Muñoz, F. (1997). Historic evolution and urban planning typology of Olympic Villages. *Centre d'Estudis Olímpics*, 27-51. <https://core.ac.uk/download/pdf/13282887.pdf>.
- Museo Nacional de Bellas Artes. (2016). *MENS SANA IN CORPORE SANO. EL DEPORTE EN LA ANTIGÜEDAD CLÁSICA*. Edificio de Arte Universal.
- Nauright, J., & Zipp, Z. (2018). The complex world of global sport. *Sport in Society*, 21(8), 1113-1119. <https://doi.org/10.1080/17430437.2018.1469846>
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). (2016). *Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional en América Latina y el Caribe*. 2016 [citado el 2 de mayo de 2017]. Disponible en: <http://www.fao.org/americas/publicaciones-audio-video/panorama/2016/es/>
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Recomendaciones mundiales sobre la actividad física para la salud*. Recuperado de https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/
- Parker, A., & Wattie, N. (2021). *Sport and Adolescence: Exploring Context, Identity and Development*
- Pérez Ramírez, María del Carmen (1993). Evolución histórica de la Educación Física. *Apunts. Educación Física y Deporte*, 33:24-39.

PÉREZ RESTREPO, L. A. (2018) Historia del Deporte y la Educación Física. Armenia. Colombia. Editorial: Kinesis

Petermann, F., Durán, E., Labraña, A., Martínez, M., Leiva, A., Garrido-Méndez, A., Poblete-Valderrama, F., Díaz-Martínez, X., Salas, C. & Celis-Morales, C. (2017). Factores asociados al desarrollo de obesidad en Chile: resultados de la Encuesta Nacional de Salud 2009-2010. *Revista médica de Chile*, 145(6), 716-722. <https://dx.doi.org/10.4067/s0034-98872017000600716>
Rial, A., Fernández, D., Rial, J., Picón, E. & Varela, J. (2009). Un intento de segmentación integral de los usuarios de centros deportivos. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 1 (95), 82-91.

Quitán Roldán, D. L., (2013). Deporte y modernidad: caso Colombia. Del deporte en sociedad a la deportivización de la sociedad. *Revista Colombiana de Sociología*.

Richardson, M. (2004). Enciclopedia de la salud. Qué debemos hacer para disfrutar de una buena salud.
Rodríguez, J. (2021). Envejecimiento activo: claves para el bienestar en la vejez.

Rodríguez López, Juan. (2000). Historia del Deporte. Barcelona: Inde.

Romero, A., García-Mas, A., & Brustad, R. (2009). ESTADO DEL ARTE, Y PERSPECTIVA ACTUAL DEL CONCEPTO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(2), 335-347. Retrieved November 11, 2022, from http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342009000200012&lng=en&tlng=es.

San Martín, H. & Pastor Sánchez, V. (1989). Economía de la salud : teoría social de la salud. Interamericana McGraw-Hill,.

Whitson, D. (2004). Bringing the World to Canada: The Periphery of the Centre'. *Third World Quarterly*, 25(7), 1215-1232. <http://www.jstor.org/stable/3993806>.

