

En esta época la tensión, violencia, materialismo y distorsión del sentido armónico y de energía de lo que debe ser nuestra existencia, han provocado que constantemente estemos amenazados por depresión, angustia, ansiedad, estrés, adicciones y falta de sentido profundo a nuestras vidas. En una sociedad donde día a día se vive tan rápida e intensamente, dejamos a un lado una de las cosas más importantes que tenemos como individuos, nuestra salud, física y mental.

Esta problemática aunada al ritmo de vida “civilizada” de la gran cantidad de ciudadanos estresados nos va consumiendo día a día. En general, el crecimiento masivo no pensado y por consecuente mal diseñado de las ciudades ha traído tensiones urbanas, que repercuten gravemente en la calidad de vida de sus habitantes, introduciendo estilos de vida apresurados y poco saludables, influenciados fuertemente por la mercadotecnia y consumismo masivo, creando patrones psicológicos nocivos. Todo esto ocasiona estrés que finalmente es una descompensación de nuestro cuerpo y mente con el ambiente que nos rodea ocasionando un desequilibrio en la energía corporal que finalmente conlleva a la enfermedad.

“Cuatro millones de mexicanos padecen depresión y seis millones más tienen problemas de alcoholismo; el 10% de los adultos mayores de 65 años sufren cuadro demencial y 15% de la población de entre 3 y 12 años tiene problemas mentales o de conducta” informó el secretario de salud de México. Si

consideramos que la población total de México es de 100 millones de habitantes, que una familia promedio es ta integrada por seis elementos, y, finalmente, que la depresión y el alcoholismo son padecimientos que afectan también a los parientes cercanos que conviven con el enfermo, tendremos que aproximadamente 60 millones de mexicanos viven en algún tipo de problema relacionado con la depresión y el alcoholismo<sup>1</sup>. Por lo tanto se podría decir que en el centro del país, suponiendo que habiten unos 35 millones de mexicanos, alrededor de 21 millones de habitantes en el centro de la república atraviesan algún tipo de inestabilidad emocional. Pero el gobierno mexicano no tiene la capacidad para enfrentar este problema de salud pública, ningún gobierno la tiene. Ya que los hospitales e instituciones de salud pública son prácticamente los que se enfocan en enfermedades graves, hospitales, clínicas, centros de desintoxicación, donde poca sensibilidad evocan y solo brindan un sentimiento de mayor depresión aunada a la del paciente. Como dato al respecto, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha declarado que el 30% de los Edificios modernos presentan el “Síndrome de Edificio Enfermo”<sup>2</sup>.

Por eso es que continuamente estamos en busca de salidas al campo, a la playa, tenemos que escapar del concreto, regresar y estar en contacto con la naturaleza, sentirnos vivos y experimentar la vida de una manera mas consciente, sentir nuestro reloj biológico apreciar el sol, la luna, las plantas y sobretodo a nosotros mismos que somos un verdadero templo de Dios. Una vez

---

<sup>1</sup>Ramirez Apud, Tammara. *SINTESIS México, país enfermo mental? Pag.2 Sección El Consultorio*. Mayo 2001.

<sup>2</sup> Conjunto de síntomas causados por agentes químicos, físicos, biológicos y/o factores ergonómicos, relacionados frecuentemente con la estructura, distribución, instalaciones y/o equipamientos del edificio, con relación temporal con el mismo y causa no siempre evidente, que se diagnostica a menudo por exclusión y no afecta a la totalidad de sus ocupantes.

que logramos encontrarlo debemos mantener ese equilibrio, físico-emocional-mental.

En el centro del país es difícil encontrar lugares tranquilos, espacios “cercaños” donde se pueda encontrar esa paz tan codiciada, espacios que nos ayuden a reencontrarnos, que nos inviten a la relajación, el descanso y al trabajo interior, tanto físico como emocional.

Por lo tanto existe una gran necesidad de espacios acondicionados para tratar a este tipo de pacientes que estén en busca de un reencuentro con su persona de manera integral teniendo en cuenta el cuerpo, la mente y las emociones. El concepto de SPA HOLÍSTICO SUSTENTABLE, es una alternativa y oportunidad para crear un espacio único en México en un entorno de exuberante vegetación a las faldas de el volcán Iztaccihuatl. Donde se retoma el concepto de la curación tradicional alternada con métodos modernos para llegar a un óptimo equilibrio y una alta calidad de vida del paciente y por lo tanto de la gente que lo rodea.

Con una arquitectura congruente que proporcione al individuo una sensación de bienestar en armonía con el entorno. Una arquitectura que vaya con el diseño de los espacios abiertos, y como desarrollo exista ese equilibrio entre lo construído y lo abierto. Que la arquitectura sea parte del apoyo al paciente para la recuperación de la salud. En consecuencia es necesario, el uso de un diseño vivo, que mediante los elementos constructivos y materiales poco procesados y no tóxicos brinden la sensación de salud en el lugar. Además de utilizar elementos de apoyo dándole un enfoque ecológico, como es la

calefacción activa y pasiva por medio del sol, recolección de aguas pluviales y reciclamiento de las mismas.

SPA-IZTACCIHUATL, se trata de una alternativa única en las montañas, donde la salud vuelve a estar en nuestras manos, donde la enfermedad significa otra cosa potencialmente positiva, donde la vida se revaloriza y el cuerpo se convierte en un altar, que junto con las emociones y los pensamientos se aprenden a direccionar, por una alegría y el bienestar permanentes.

- 
- La creación de un SPA HOLÍSTICO SUSTENTABLE DE MONTAÑA, único en México gracias a su excelente ubicación, mediante la combinación de técnicas de construcción alternativa ecológica, que nos den como resultados espacios saludables que ayuden en los procesos de curación del individuo.
  - Brindar al paciente-huesped un centro de refugio para alcanzar un equilibrio de manera integral es decir integrando mente, cuerpo y espíritu. Viendo al Ser Humano como una unidad con la naturaleza.
  - Proponer una arquitectura ecológica y sana que tenga un equilibrio con el entorno y sirva como prototipo a futuros proyectos e inquietudes ecológicas para las nuevas generaciones de arquitectos e interesados en el tema.