



MAESTRÍA DE DISEÑO INTERIOR

Tesis previa a la obtención del título
Magister en Diseño de Interiores

Espacio híbrido de coworking y arteterapia
para la gestión del burnout en creativos

AUTOR: Josselyn Milena **García Villacís**

TUTOR: Arq. María Lorena **Paliz Puente**
MDI Arq. Fernando J. **Larrea C.**

DECLARACIÓN JURAMENTADA

Yo, **Josselyn Milena García Villacís** declaro bajo juramento, que el trabajo aquí descrito es de mi autoría; que no ha sido presentado anteriormente para detallada. Cedo mis derechos de propiedad intelectual a la Universidad Internacional para que sea publicado y divulgado en internet, según lo establecido en la Ley de Propiedad Intelectual, reglamento y leyes.

JOSELYN MILENA GARCÍA
Autor

Yo, **María Lorena Paliz Puente** certifico que conozco al autor del presente trabajo, siendo el responsable exclusivo tanto de su originalidad y autenticidad como de su contenido.

LORENA PALIZ
FERNANDO J. LARREA C.
Director de Tesis

DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS

A Dios, por ser mi guía en cada paso y por bendecir el camino que me ha conducido hasta este momento.

A mis padres, por ser mi ejemplo, mi motor y mi mayor motivación; gracias por su dedicación, sacrificio y amor incondicional.

A mis maestros, gracias por su enseñanza, paciencia y por inspirarme a crecer cada día.

A mis amigos y compañeros, por acompañarme a lo largo de este proceso de crecimiento profesional y personal.

Finalmente, dedico este trabajo a quienes creen en el poder del diseño interior para transformar vidas, sanar emociones y dar significado a los espacios.

01

CONTEXTO

[10-17]

- 1.1 Antecedentes
- 1.2 Burnout en campos laborales creativos
- 1.3 Contexto ecuatoriano
- 1.4 Arteterapia y diseño como estrategias de prevención
- 1.5 Análisis de Marca
- 1.6 Problemática y solución

02

PLANTEAMIENTO

[18-31]

- 2.1 Propuesta de valor
- 2.2 Target
- 2.3 Ubicación y análisis del sector
- 2.4 Servicios y entorno
- 2.5 Asoleamiento
- 2.6 Referentes

03

PROYECTO

[32-45]

- 3.1 Metas del Diseño
- 3.2 Concepto/ Subconcepto
- 3.3 Programación
- 3.4 Diagrama de Adyacencias
- 3.5 Zonificación
- 3.6 Diseño Espacial
- 3.7 Moodboard / 3.8 Material Board
- 3.9 Planta de Distribución

04

PLANOS Y RENDERS

[46-87]

- 4.1 Planta de distribución
- 4.2 Planta amoblada
- 4.3 Corte Longitudinal
- 4.4 Corte Transversal
- 4.5 Elevaciones
- 4.6 Planta Pisos
- 4.7 Revestimientos Verticales
- 4.8 Planta Techos
- 4.9 Planta iluminación
- 4.10 Styling
- 4.11 Renders

05

MOBILIARIO

[88-95]

- 5.1 Mobiliario: Mesa multifuncional
- 5.2 Mobiliario: Área Lounge - Descanso
- 5.3 Mobiliario: Booth Central

06

EPÍLOGO

[96-101]

- 6.1 Conclusiones
- 6.2 Índice de Figuras
- 6.3 Referencias

Resumen

Palabras clave: (Diseño interior, Coworking, Arteterapia, Burnout, Bienestar emocional).

El proyecto de diseño interior "Esto, no es un Boceto" surge como respuesta a la necesidad de generar propuestas espaciales orientadas a la prevención del burnout y a la regulación emocional en el ámbito creativo. Se plantea un coworking para profesionales creativos ubicado en el sector de La Gasca, en Quito, que integra principios de neuroarquitectura, psicología del color y arteterapia, configurando un entorno multisensorial que no solo facilita el trabajo colaborativo, sino que también promueve la recuperación emocional y la expresión creativa como estrategias preventivas frente al desgaste laboral.

Bajo el concepto "Kawsay Taki" —ritmo de la existencia— el diseño reconoce que cada persona crea desde su propio ritmo interior, convirtiendo el espacio en un acompañante activo del proceso creativo. A través de una organización flexible de áreas (ritmo habitable) y la incorporación de recursos de expresión sensorial, el proyecto redefine el coworking tradicional al integrar creatividad, bienestar e introspección en una experiencia espacial coherente, posicionándolo como una herramienta de regulación, conexión y transformación humana.

Abstract

Keywords: (Interior design, Coworking, Art therapy, Burnout, Emotional well-being).

The interior design project "This Is Not a Sketch" arose in response to the need for spatial proposals aimed at preventing burnout and promoting emotional regulation within the creative field. It envisions a coworking space for creative professionals located in the La Gasca neighborhood of Quito, integrating principles of neuroarchitecture, color psychology, and art therapy. This creates a multisensory environment that not only facilitates collaborative work but also fosters emotional recovery and creative expression as preventative strategies against workplace burnout.

Under the concept of "Kawsay Taki"—the rhythm of existence—the design recognizes that each person creates according to their own inner rhythm, transforming the space into an active companion in the creative process. Through a flexible organization of areas (habitable rhythm) and the incorporation of sensory expression resources, the project redefines traditional coworking by integrating creativity, well-being, and introspection into a coherent spatial experience, positioning it as a tool for regulation, connection, and human transformation.

01 CONTEXTO



1.1 ANTECEDENTES

En las últimas décadas, el burnout ha pasado de ser un término clínico poco conocido a convertirse en un problema de salud pública. La Organización Mundial de la Salud incluyó el burnout en la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11) como un “fenómeno laboral asociado al estrés crónico no gestionado”. El cansancio emocional, la despersonalización y la reducción del logro personal afectan no solo el bienestar individual, sino también su creatividad, productividad, relaciones interpersonales y permanencia en el trabajo (Roxana Florina, 2021).

En este contexto, surge la necesidad de propuestas que no solo intervengan en los síntomas, como ocurre en los enfoques terapéuticos tradicionales, sino que aborden los procesos emocionales desde una perspectiva preventiva, especialmente en profesiones donde convergen la creatividad y la alta demanda emocional. Dentro de estas iniciativas, el diseño de espacios orientados al bienestar y la arteterapia se posicionan como respuestas oportunas que integran bienestar integral, conexión humana y proceso creativo.



Figura 1: Kintsugi Repair. Fuente: We are Nomads

1.2 BURNOUT EN CAMPOS LABORALES CREATIVOS

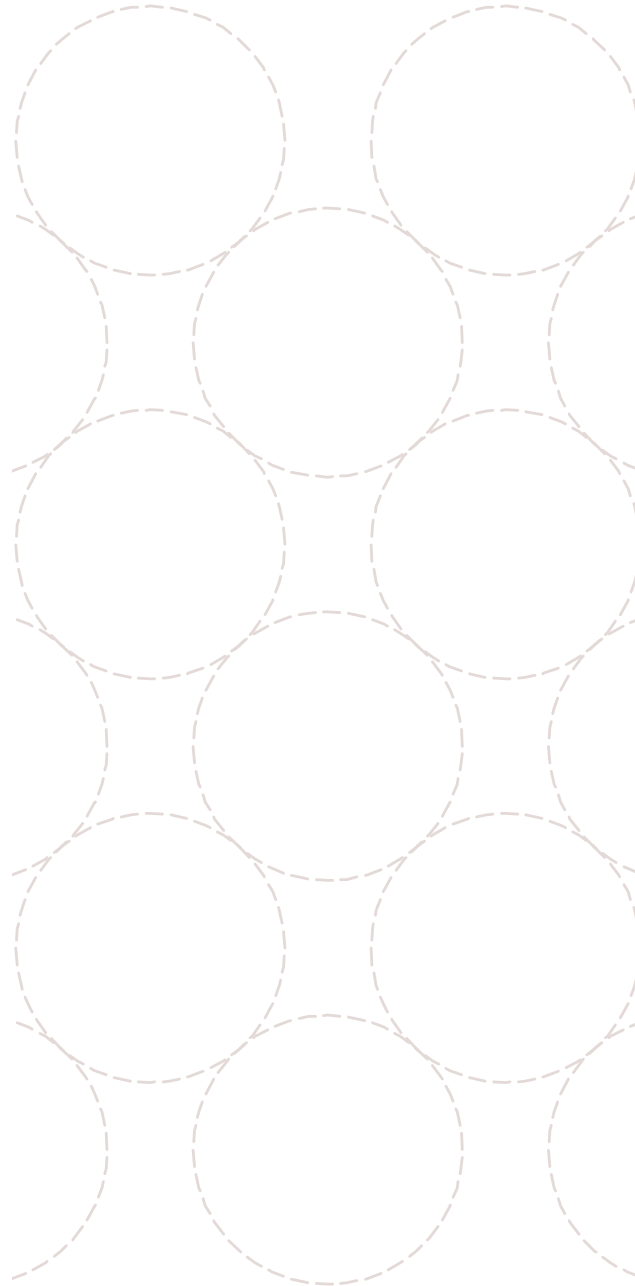
Trabajar desde la creatividad combina una doble dimensión: técnica y emocional. Arquitectos y diseñadores no solo producen resultados tangibles; proyectan experiencias, narrativas y soluciones que nacen de su sensibilidad e identidad. Sin embargo, esta conexión profunda con el trabajo suele volverse un factor de riesgo. Las jornadas extensas, la presión por innovar, la crítica constante y la personalización de los proyectos generan un nivel de desgaste que excede lo físico y disminuyen la capacidad de recuperación entre entregas (Maslach & Leiter, 2016)

La autoexigencia y el perfeccionismo, comunes en disciplinas creativas, tienden a normalizar el sacrificio personal como indicador de compromiso, lo cual perpetúa patrones de sobrecarga y reduce la tolerancia al estrés. En consecuencia, los profesionales creativos no solo pierden productividad, sino su creatividad, motivación y bienestar emocional se ven comprometidos, generando un círculo de agotamiento que afecta tanto la calidad de los proyectos como la salud laboral a mediano y largo plazo.

1.3 CONTEXTO ECUATORIANO

En Ecuador, las investigaciones sobre burnout son reducidas, sin embargo, los indicadores de estrés laboral han aumentado de forma sostenida. El Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2023) reporta que más del 70% de trabajadores formales manifiestan niveles elevados de estrés. Así mismo, en una investigación reciente, se identificó una prevalencia del 20% en arquitectos de la Cámara de la Industria de la Construcción en Quito, siendo mayor en mujeres y grupo etarios entre 20 y 29 años y 40 y 49 años (Alvarado & Zapata, 2024).

El sector creativo ecuatoriano se desarrolla principalmente en modalidades independientes o freelance, caracterizadas por inestabilidad laboral, ingresos variables y ausencia de protección laboral, condiciones que incrementan el desgaste emocional y la sensación de precariedad (Ministerio de Salud Pública del Ecuador & OPS/OMS, 2022). Esta situación evidencia una necesidad urgente: generar espacios laborales que no solo faciliten la productividad, sino que acompañen el bienestar emocional, la colaboración y la recuperación creativa.



1.4 ARTETERAPIA Y DISEÑO COMO ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN

La arteterapia se considera una herramienta válida para la gestión del estrés laboral y la regulación emocional, ofreciendo una comunicación no verbal (lenguaje visual y simbólico) para procesar experiencias y reencontrar sentido en la creación (Lycke et al., 2023; Ho et al., 2024). Martin et al. (2018) demuestran que intervenciones de arteterapia disminuyen síntomas de agotamiento y ansiedad, y fortalecen la resiliencia y el sentido de conexión social, aspectos esenciales en profesiones creativas donde la identidad profesional se entrelaza con la producción artística.

Integrar programas de arteterapia en espacios de coworking diseñados desde la neuroarquitectura como luz natural, materialidad, zonas de descanso y áreas para la expresión no verbal puede facilitar procesos preventivos y reparadores. En Ecuador, esta combinación (diseño + arteterapia) representa una respuesta accesible y culturalmente pertinente frente a las limitaciones del sistema de salud, posicionando el diseño y la creación como puentes entre bienestar y productividad.



Figura 2: Vintage interior collection. Fuente: F Studio

1.5 ANÁLISIS DE MARCA

“**Esto, no es un boceto**” es una marca conceptual desarrollada para esta investigación, cuyo propósito es sugerir un espacio dirigido a personas creativas que reconocen en el acto de crear una herramienta para reconectar consigo mismas y favorecer su bienestar emocional.

La propuesta parte de una premisa fundamental: la creatividad no solo es una habilidad, también es un recurso de regulación, resiliencia y comprensión personal. A través de procesos de arteterapia, este espacio plantea integrar creación y recuperación emocional como parte de un mismo camino, donde el diseño acompaña silenciosamente y facilita la experiencia.

Desde mi formación en arquitectura y psicología, he observado cómo el burnout impacta la calidad de vida, la claridad mental y la satisfacción personal. Por ello, “**Esto no es un Boceto**” se define como un espacio creativo para creativos, donde el acto de crear se vuelve un acto terapéutico y sanador, y donde el espacio está diseñado para favorecer la calma, la introspección y la expresión.



Figura 3: Marca Conceptual. Fuente: Elaboración Propia

1.6 PROBLEMÁTICA Y SOLUCIÓN

La problemática central radica en la falta de espacios diseñados para prevenir el burnout en profesionales creativos, así como de servicios especializados que gestionen el estrés desde enfoques preventivos, expresivos y colectivos.

Aunque existen coworkings orientados a productividad, pocos consideran las necesidades emocionales, sensoriales y de salud mental que enfrentan arquitectos, diseñadores y demás actores del sector creativo. Esta ausencia refleja un vacío entre el diseño del espacio de trabajo y el bienestar integral del usuario creativo, cuya labor exige altos niveles de imaginación, comunicación simbólica y carga emocional.

En respuesta, el proyecto “Esto no es un Boceto” propone un coworking para profesionales creativos que integra diseño interior orientado al bienestar, neurodiseño y arteterapia como estrategias para reducir el impacto del estrés laboral crónico identificado como riesgo para la salud por la Organización Mundial de la Salud (2019).

Se ha demostrado que el ambiente físico influye en la regulación emocional y productividad (Pérez-Gómez, 2022), mientras que la arteterapia facilita expresión emocional y disminución de ansiedad (Malchiodi, 2015; Salgado-García & Ruiz, 2023). Esta propuesta transforma el acto creativo en un proceso terapéutico y preventivo, resignificando el trabajo como experiencia humana, colaborativa y emocionalmente sostenible.



PLANTEAMIENTO 02

2.1 PROPUESTA DE VALOR

La propuesta de valor del proyecto “Esto, no es un boceto” propone un espacio colaborativo para profesionales creativos, donde el diseño interior y la neuroarquitectura se complementan con estrategias de arteterapia para prevenir el burnout, mejorar la gestión del estrés y favorecer procesos de creatividad sostenible.

El espacio se concibe como un ambiente regulador, multisensorial y expresivo, donde el usuario no solo trabaja, sino que también se recupera, conecta y encuentra bienestar a través del acto creativo.

2.2 TARGET

El proyecto está orientado principalmente a profesionales y estudiantes del sector creativo (arquitectos, diseñadores, artistas visuales, entre otros) que trabajan bajo esquemas freelance o independientes y enfrentan altos niveles de autoexigencia, tiempos reducidos y presión laboral que demanda innovación constante.

Estos usuarios requieren espacios que, además de facilitar la productividad y el trabajo colaborativo, integren la gestión emocional, pausas conscientes y la expresión creativa como parte de su rutina laboral.

2.3 UBICACIÓN Y ANÁLISIS DEL SECTOR



Figura 4: Ubicación de proyecto de estudio. Fuente: Elaboración Propia

Ubicado en el norte de Quito, en el sector de La Gasca, el predio se sitúa en la intersección de la Av. La Gasca y la Av. Gaspar de Carvajal, en un entorno mixto residencial y comercial que cuenta con servicios, conexión de transporte y acceso a espacios públicos. Su localización estratégica responde a las dinámicas contemporáneas del ámbito creativo urbano, ofreciendo un punto central y de fácil llegada para quienes buscan alternativas de trabajo fuera de los modelos tradicionales. Además, su proximidad a la Universidad Central lo vincula a una comunidad estudiantil y profesional en constante actividad.

2.4 SERVICIOS Y ENTORNO

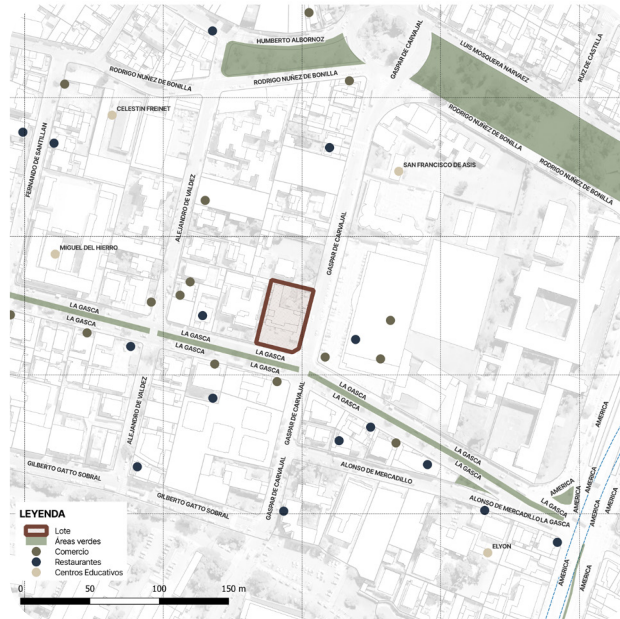


Figura 5. Equipamientos. Fuente: Elaboración Propia

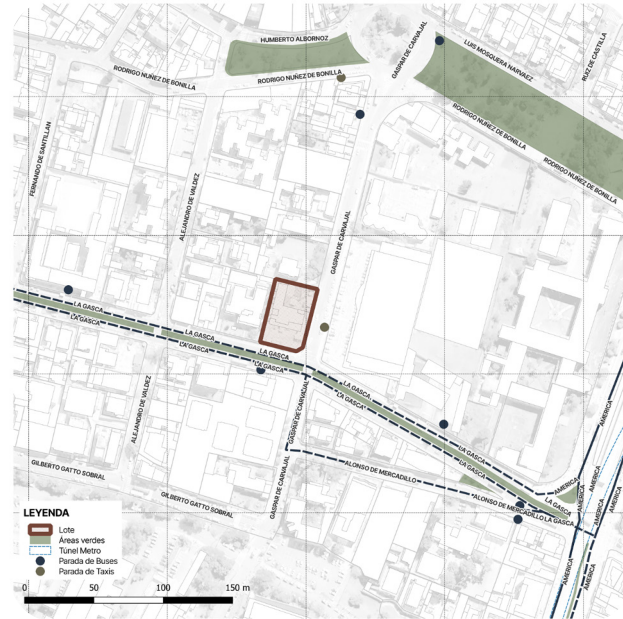


Figura 6. Accesibilidad. Fuente: Elaboración Propia

El predio se ubica en un contexto de uso mixto, donde predominan los espacios comerciales que van desde pequeños emprendimientos barriales hasta equipamientos de mayor escala, como el Mercado de Santa Clara.

Limita con referentes urbanos importantes:

Norte: Parque La Isla y Embajada de Italia

Sur: Universidad Central del Ecuador

Este: Seminario Mayor, Supermaxi y Polideportivo Fénix

Oeste: ONG “Acción Ecológica”

En términos de accesibilidad, el área donde se implanta el proyecto dispone de diversas opciones de transporte público, incluyendo el Corredor Occidental, paradas de buses y servicio de taxis. A ello se suma la cercanía de la estación “Universidad Central” del Metro de Quito. El predio también cuenta con acceso vehicular y peatonal tanto por la Av. La Gasca como por la Av. Gaspar de Carvajal, lo que optimiza la conectividad y facilita el ingreso de usuarios desde distintos puntos de la ciudad.

2.5 ASOLEAMIENTO

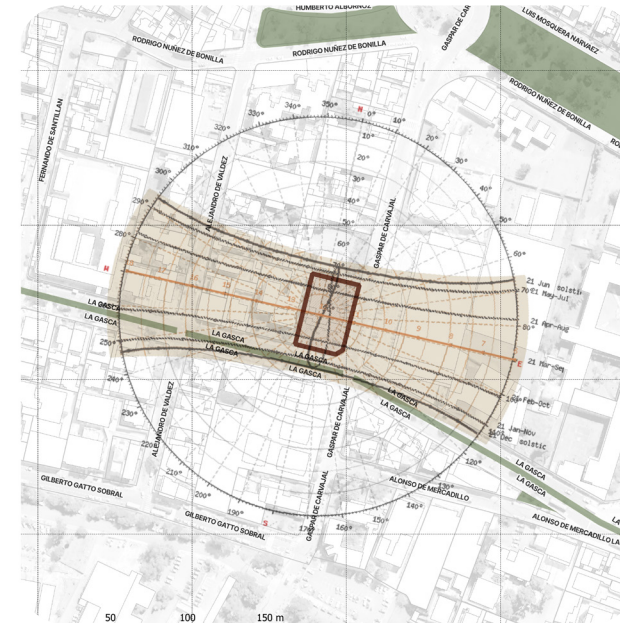


Figura 7. Asoleamiento. Fuente: Elaboración Propia

En la Figura 7 Y 8 se evidencia que el predio presenta una incidencia solar predominante en el eje este-oeste, generando un corredor de radiación directa que impacta de forma constante el área de intervención.

Ventajas:

- Aumento de iluminación natural en el interior.
- Mejora en la percepción espacial y el confort visual del usuario.
- Posibilidad de incorporar y aprovechar áreas al aire libre con asoleamiento favorable.

Desventajas:

- Necesidad de implementar estrategias de control solar en zonas que requieren menor ingreso lumínico, como oficinas privadas y espacios de concentración.

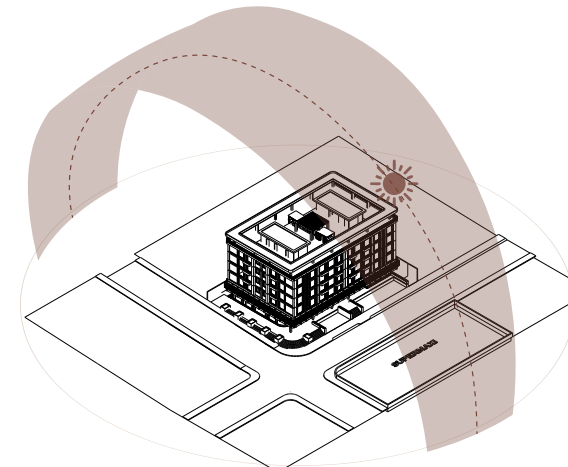


Figura 8. Asoleamiento 3D. Fuente: Elaboración Propia

2.6 ESTADO ACTUAL



Figura 9. Visualización 3D Exterior.
Fuente: Arq. Juan Pablo Pineda



Figura 10. Visualización 3D Exterior.
Fuente: Arq. Juan Pablo Pineda

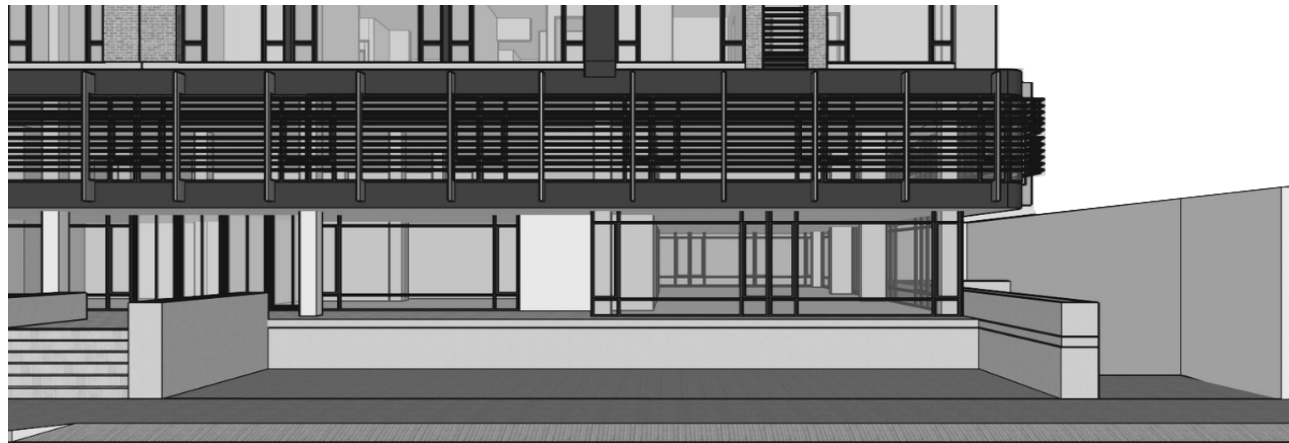


Figura 11. Fachada Local Comercial. Fuente: Arq. Juan Pablo Pineda

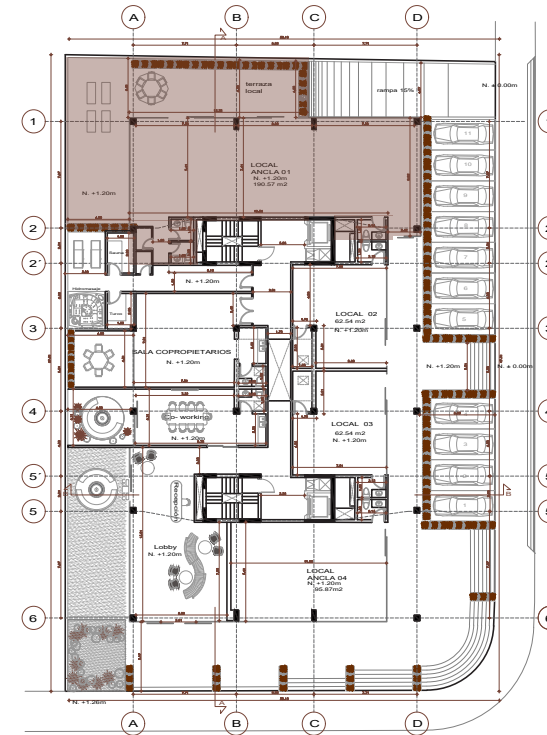


Figura 12. Planta Baja. Fuente: Arq. Juan Pablo Pineda

El proyecto se encuentra dentro del desarrollo inmobiliario de uso mixto Central Garden, actualmente en proceso de construcción.

Este conjunto integra unidades residenciales de uno, dos y tres dormitorios, complementadas con una planta baja destinada a áreas comerciales.

La propuesta se ubica específicamente en el Local Comercial N.º 1, cuya superficie se compone de 190,57 m² de área cubierta y 114,43 m² de área abierta, ofreciendo condiciones adecuadas para el desarrollo de actividades creativas, comunitarias y de bienestar.

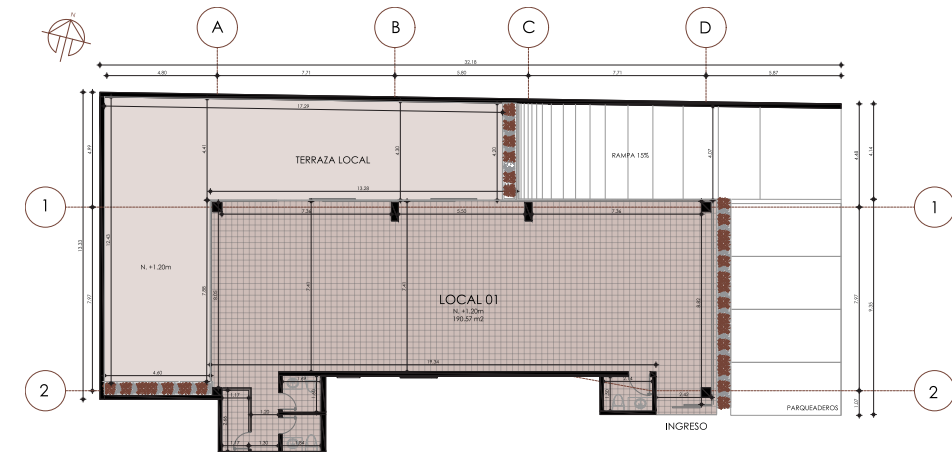


Figura 13. Planta Local 1. Fuente: Arq. Juan Pablo Pineda

2.7 REFERENTES

Nombre: Oldham de Maggie

Ubicación: Reino Unido

Año: 2017

Arquitecto: dRMM

Uso: Ofrecen apoyo práctico y emocional gratuito a personas afectadas por el cáncer

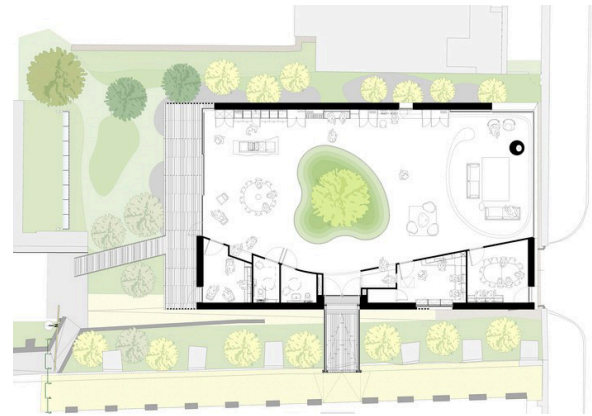


Figura 14. Planta Oldham de Maggie. Fuente: Archdaily



Figura 14. Fotografía espacio interior. Fuente: Alex de Rijke

PUNTOS RELEVANTES:

- Diseño enfocado en bienestar emocional:

Uso de materiales cálidos y naturales (madera) para generar calma, confianza y un ambiente no institucional.

- Naturaleza como terapia: integra jardines, luz natural y vegetación interior para reducir el estrés y favorecer la creatividad.

- Espacios flexibles: áreas abiertas que se adaptan a talleres, conversaciones, descanso o trabajo individual.

- Sensación de hogar, no de hospital: prioriza una atmósfera humana y acogedora para que el usuario se recupere y se exprese.



Figura 15 - 16 . Fotografía espacio interior. Fuente Alex de Rijke

Nombre: Second Home Holland Park

Ubicación: Reino Unido

Año: 2017

Arquitecto: Selgascano

Uso: Espacio de coworking y oficinas creativas, diseñado por el estudio Selgascano



Figura 17. Planta Second Home Holland Park. Fuente: Archdaily



Figura 18. Fotografía espacio interior. Fuente: Iwan Baan

PUNTOS RELEVANTES:

- **Integra vegetación en el interior:** plantas, árboles, naturaleza para generar calma, bienestar, estímulo sensorial.
- **Diseño:** Uso de luz natural, materiales cálidos o neutros, y una paleta de colores que invita a la creatividad y al confort.
- **Genera espacios flexibles:** áreas para trabajo, espacios para pausa/relax, rincones creativos, zonas de socialización, así como zonas de privacidad.
- **Recupera o reutiliza** espacios existentes para dar identidad, historia y autenticidad.



Figura 19 y 20. Fotografía espacio interior. Fuente: Iwan Baan

Ubicación: República Checa

Año: 2018

Arquitecto: KOGAA

Uso: Reconversión adaptativa de una antigua destilería del siglo XIX

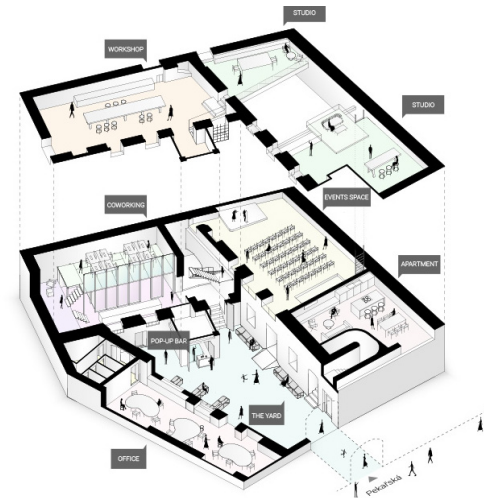


Figura 21. Planta Reconversión adaptativa. Fuente: Archdaily

PUNTOS RELEVANTES:

- **Reutilización adaptativa:** transformar espacios existentes (en desuso, industriales, históricos, deteriorados) en centros creativos y de bienestar.
- **Flexibilidad espacial + versatilidad:** áreas grandes y abiertas, mezzanines, varios niveles, espacios mutables permiten talleres, coworking, descanso, arte, comunidad.
- **Hibridación de funciones:** convivencia de trabajo, cultura, relax, socialización, comunidad
- **Diseño para creatividad y bienestar, no sólo productividad:** fomenta encuentros, inspiración, colaboración y comodidad, en lugar del esquema rígido tradicional.



Figura 22. Fotografía exterior. Fuente: BoysPlayNice



Figura 23 y 24. Fotografía espacio interior. Fuente: BoysPlayNice

03 PROYECTO



3.1 METAS DE DISEÑO

QUÉ

Diseñar un espacio de coworking para el sector creativo en Quito que integra el trabajo colaborativo con actividades de arteterapia. El proyecto cuenta con estaciones de trabajo, salas para talleres, zona de café y espacios silenciosos y sensoriales, orientados a reducir el desgaste emocional y estimular la creatividad. Más que un lugar de trabajo, es un entorno que promueve el bienestar, la inspiración, la conexión y el aprendizaje mutuo.

QUIÉN

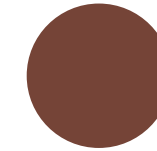
Dirigido para profesionales y estudiantes del sector creativo (arquitectos, diseñadores, ilustradores, artistas visuales, entre otros.), que buscan un espacio de trabajo donde se respete su ritmo, su proceso y se fortalezca su salud mental y bienestar. Este espacio está diseñado para personas que valoran la expresión, el diseño, la introspección y las experiencias compartidas; y que ven el espacio no solo como un recurso físico, sino como una herramienta para generar ideas y soluciones.

CÓMO

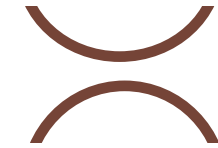
A través del diseño del espacio de coworking, aplicando principios de neuroarquitectura, psicología del color, arteterapia, distribución funcional, iluminación balanceada, y texturas que generan impacto emocional positivo. Adicionalmente, se combinan actividades creativas como herramienta para la gestión del estrés y burnout; espacios diseñados para enfocarse, colaborar o desconectarse según la necesidad; y una programación que mezcla formación, bienestar y arte.

3.2 CONCEPTO- TOKEN DE DISEÑO

KAWSAY TAKI



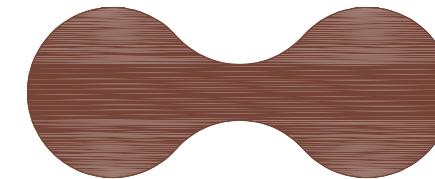
CICLO DE VIDA



TENSIÓN-LIBERACIÓN

“**Kawsay**” Proviene del idioma kichwa que significa vida o existencia, entendido no solo como el acto de sobrevivir, sino como la experiencia de vivir de manera plena, consciente y en armonía con uno mismo y con el entorno.

“**Taki**” Proviene del kichwa y representa un lenguaje no verbal que se expresa mediante el canto, la melodía, el ritmo o la danza como una manera de comunicar aquello que las palabras no logran expresar.



TOKEN DE DISEÑO

“**Kawsay Taki**” se traduce de manera literal como ritmo o canto a la vida. La propuesta reconoce que cada persona crea desde su propio ritmo interior, donde la creatividad surge a partir de las vivencias y las emociones. El espacio actúa como un acompañante en este proceso, permitiendo que dicho ritmo se exprese a través del trazo, el color, la idea o incluso el silencio.

Invita a transformar la carga, la pausa y la tensión en expresión creativa. Aquí, la vida se manifiesta como arte; el arte, como lenguaje; y el espacio, como un escenario donde la creatividad se convierte en una herramienta de bienestar, permitiendo a los creativos trabajar, socializar y transformar emociones.

3.2 CONCEPTO

Kawsay Taki

Subconcepto 1: Ritmo habitable: Un diseño enfocado en la creatividad y bienestar, no solo en la productividad, por ende busca fomentar encuentros, inspiración y colaboración. Se organiza mediante zonas que permiten concentrarse, colaborar, pausar o experimentar, según la necesidad del usuario. La distribución y el mobiliario facilitan cambiar entre modos de trabajo sin fricciones, acompañando el proceso en lugar de imponerlo.

Subconcepto 2: Expresión Sensorial: El diseño aporta texturas, colores, trazos y materiales, las personas pueden explorar y expresar su mundo interior de forma segura y espontánea. Pizarras, paneles, mesas de creación y áreas de experimentación se integran pensando en el usuario, facilitando la comunicación visual y sensorial de ideas, sensaciones y procesos personales. El espacio se convierte en un aliado terapéutico que acompaña, contiene y transforma.



Figura 25. Imagen Conceptual. Fuente: Imagen generada IA + Producción propia

3.3 PROGRAMACIÓN

El proyecto se configura como un coworking híbrido que integra espacios de trabajo con talleres de arteterapia como herramienta para la gestión del estrés y el burnout. El programa combina áreas tradicionales de coworking como puestos flexibles, oficinas privadas, salas de reuniones, y servicios con espacios terapéuticos y creativos que permiten la expresión sensorial, la regulación emocional y la pausa activa.

Las áreas cubiertas concentran el núcleo operativo: coworking abierto, salas flexibles para reuniones y arteterapia, zonas de descanso

regulador, coffee break creativo y servicios de apoyo. Las áreas exteriores funcionan como extensión del proceso terapéutico y colaborativo, incorporando trabajo informal, talleres al aire libre y espacios de creación libre.

El programa se organiza para permitir una transición continua entre trabajo, creación, descarga emocional y retorno productivo, donde el espacio no solo alberga actividades, sino que actúa como agente activo de bienestar.

TIPO DE ÁREA	ESPACIO	M ² / PERSONA	CAPACIDAD	SUBTOTAL (M ²)	TOTAL ÁREA
ÁREA INTERIOR	Recepción y control	4 m ²	2	8	190
	Área de coworking abierto (puestos flexibles)	5 m ²	10	50	
	Oficinas privadas	9 m ²	2	18	
	Salas de reuniones / arteterapia (flexibles)	3 m ²	9	28	
	Sala de llamadas / phone booths	3 m ²	1	3	
	Zona lounge / descanso y regulación	4 m ²	4	18	
	Coffee break / área social creativa	3 m ²	5	17	
	Servicios higiénicos	—	—	12	
	Área de impresión y soporte tecnológico	3 m ²	2	6	
	Lockers / almacenamiento personal	—	—	6	
	Circulaciones y áreas comunes	—	—	14	
	Cuarto técnico / limpieza	—	—	10	
ÁREA EXTERIOR	Área de trabajo exterior	5 m ²	8	40	120
	Talleres al aire libre (arteterapia)	4 m ²	12	50	
	Zona de creación libre / expresión sensorial	4 m ²	7	30	

Tabla 1. Cuadro de áreas

3.4 DIAGRAMA DE ADYACENCIAS



Figura 26. Cuadro de áreas. Fuente: Elaboración propia

3.5 ZONIFICACIÓN

La programación y zonificación del espacio está dividida en tres tipos de áreas: públicas, semiprivadas, privadas y de servicios, permitiendo una transición gradual entre espacios de interacción, concentración y apoyo funcional.

Áreas públicas: Recepción y control, coworking abierto, salas flexibles de reuniones y arteterapia, zona lounge, coffee break y espacios exteriores, destinados a la interacción, la expresión creativa y el bienestar.

Áreas semiprivadas: Oficinas privadas, salas de llamadas y talleres al aire libre, pensados para actividades que requieren mayor concentración y control de acceso.

Áreas privadas y de servicios: Agrupan espacios de soporte, como el área de impresión, lockers, servicios higiénicos, circulaciones y el cuarto técnico, asegurando el correcto funcionamiento del proyecto.

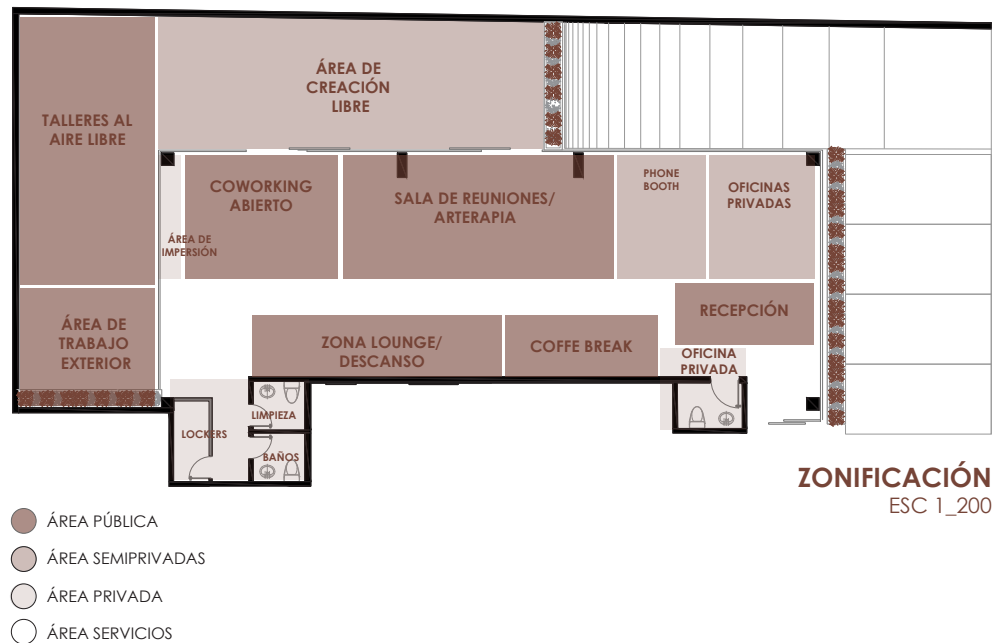


Figura 27. Zonificación. Fuente: Elaboración Propia

3.6 DISEÑO ESPACIAL

El póster de la Bauhaus representa las exploraciones gráficas desarrolladas por la escuela alemana en la década de 1920, donde la geometría básica, especialmente el círculo, se utilizó como un lenguaje visual universal. Estas composiciones no buscan la representación figurativa, sino el estudio de relaciones como el ritmo, la repetición, el equilibrio y la percepción, principios fundamentales del diseño moderno (Gropius, 1923).

A partir de este enfoque, los círculos interconectados se reinterpretan en Kawsay Taki como una metáfora del ritmo vital y emocional del usuario, expresando la transición entre tensión, pausa y liberación. El estrechamiento de las formas simboliza la carga emocional y la introspección, mientras que las expansiones representan la expresión creativa. Esta configuración formal también alude al diálogo y la interconexión entre los distintos espacios del proyecto. La repetición y el contraste cromático refuerzan la experiencia emocional del espacio, que actúa como un escenario sensible donde la arquitectura se convierte en una herramienta de bienestar y de expresión no verbal.



Figura 28. Póster de la Bauhaus 1923. Fuente: Bauhaus Posters

3.6 DISEÑO ESPACIAL

El diseño espacial parte de la reinterpretación de la geometría Bauhaus mediante la repetición de formas circulares interconectadas, las cuales estructuran la organización del espacio y generan un ritmo continuo.

Esta lógica formal permite un espacio flexible y dinámico, donde las áreas se articulan sin límites rígidos, favoreciendo la fluidez del recorrido y la adaptabilidad de los usos.

La repetición geométrica se traduce en una modulación clara del mobiliario, la iluminación y los elementos divisorios, optimizando la funcionalidad del espacio y reforzando una experiencia espacial coherente y flexible.

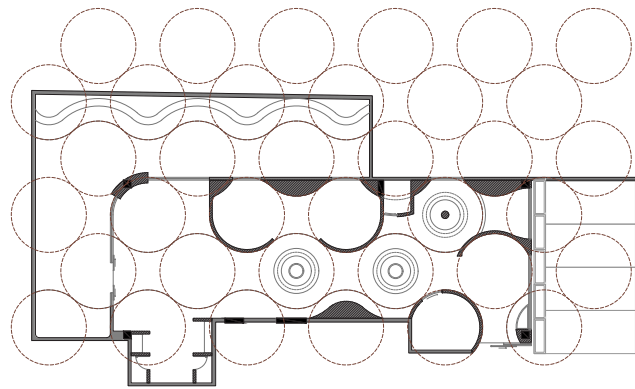


Figura 29. Malla Circular 1. Fuente: Elaboración Propia

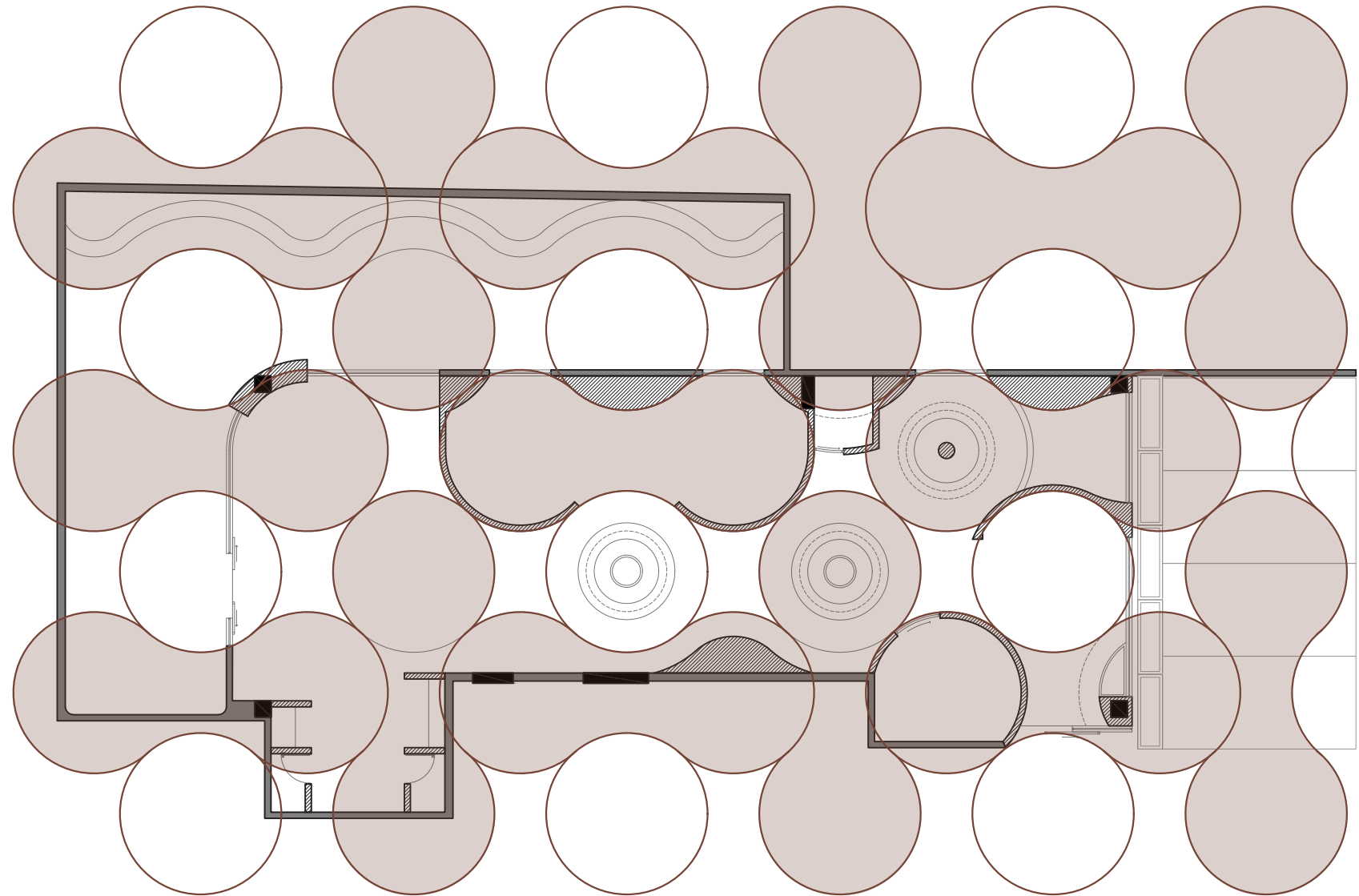


Figura 30. Malla Circular 2. Fuente: Elaboración Propia

3.7 MOODBOARD



Figura 31. Moodboard. Fuente: Elaboración Propia

3.8 MATERIAL BOARD

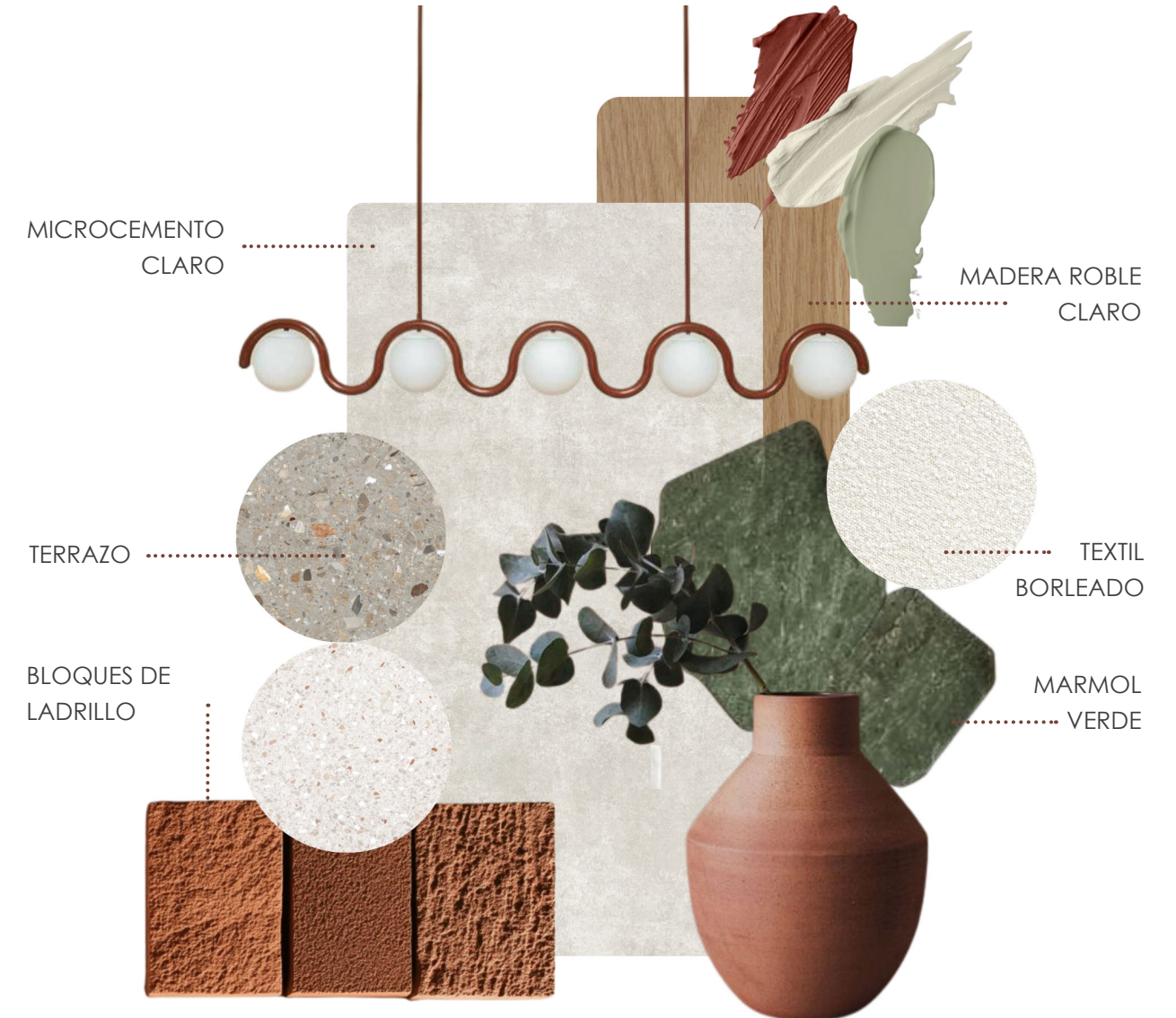


Figura 32. Material Board. Fuente: Elaboración Propia

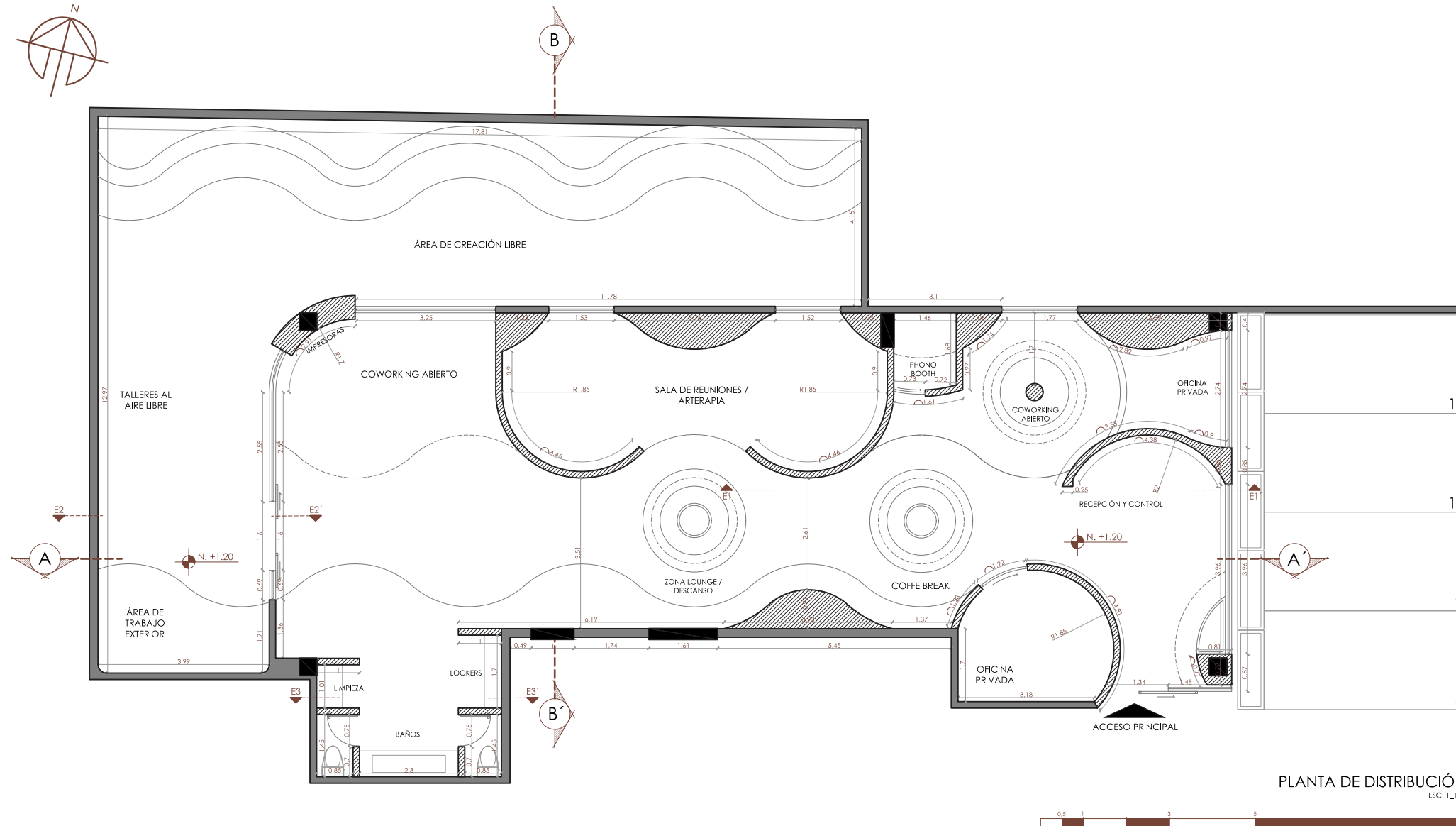


P. 46

PLANOS Y RENDERS 04

P. 47

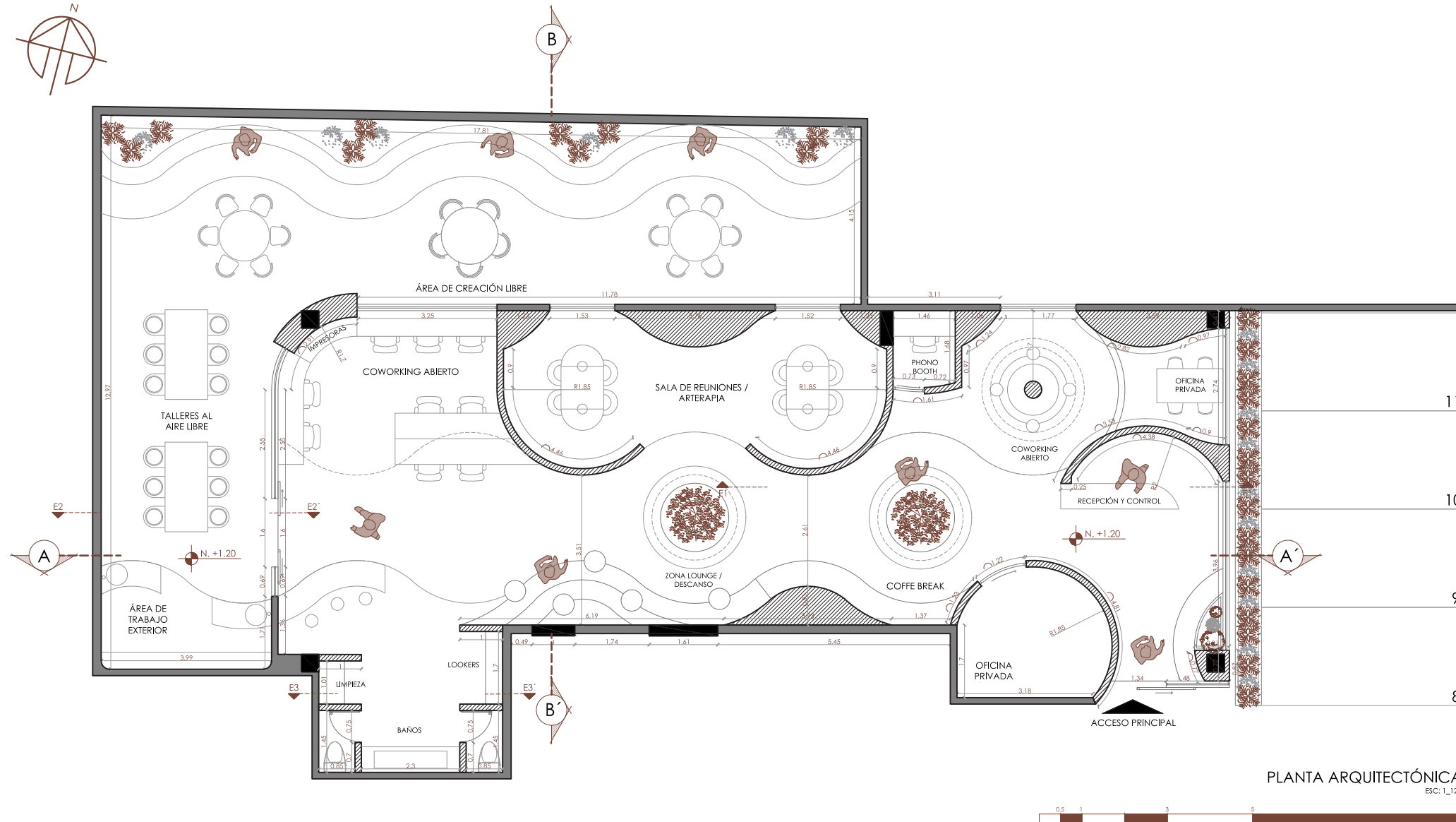
4.1 PLANTA DE DISTRIBUCIÓN



P. 48

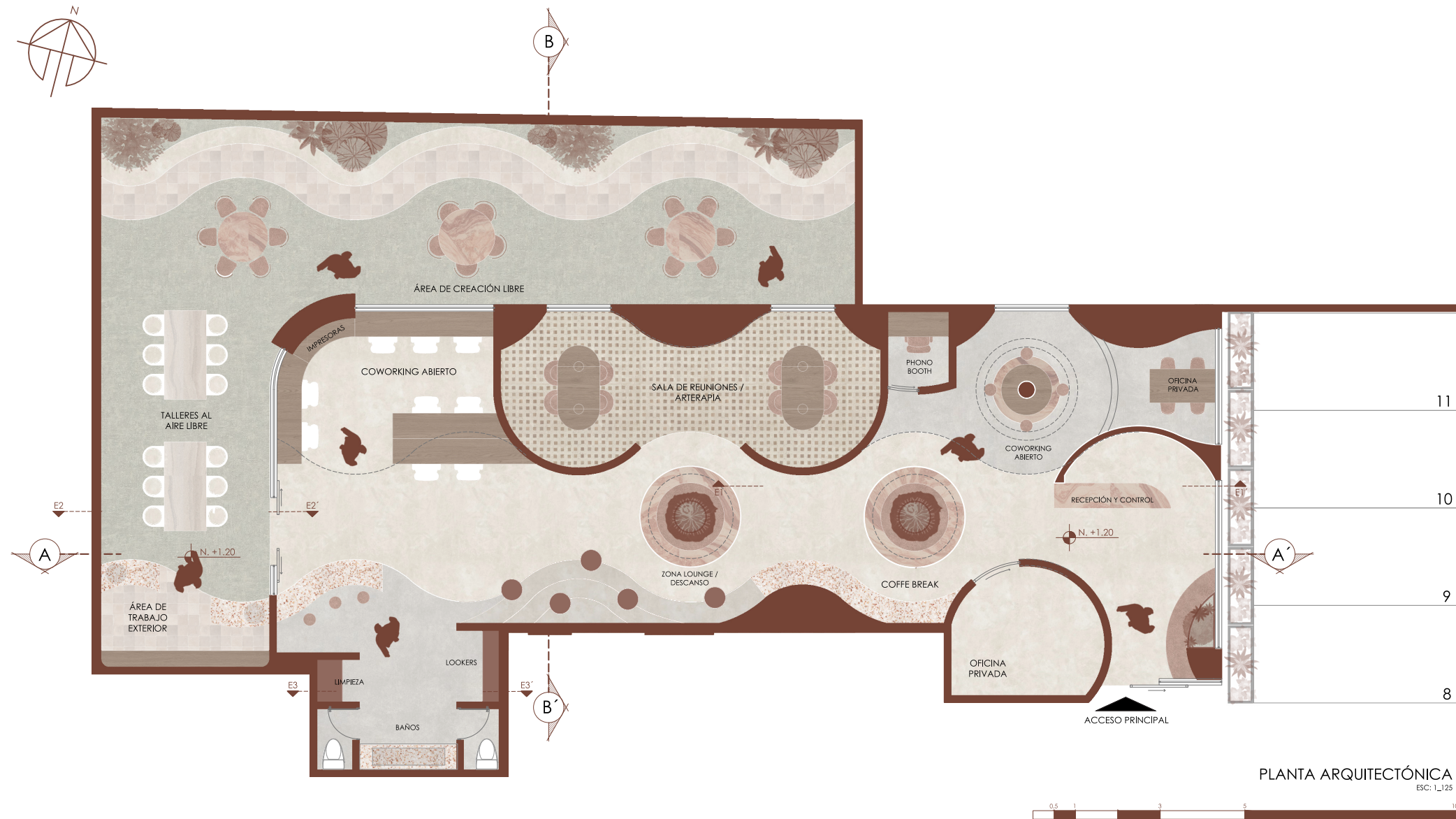
P. 49

4.2.1 PLANTA AMOBLADA ARQUITECTÓNICA



PLANTA ARQUITECTÓNICA
ESC: 1_125

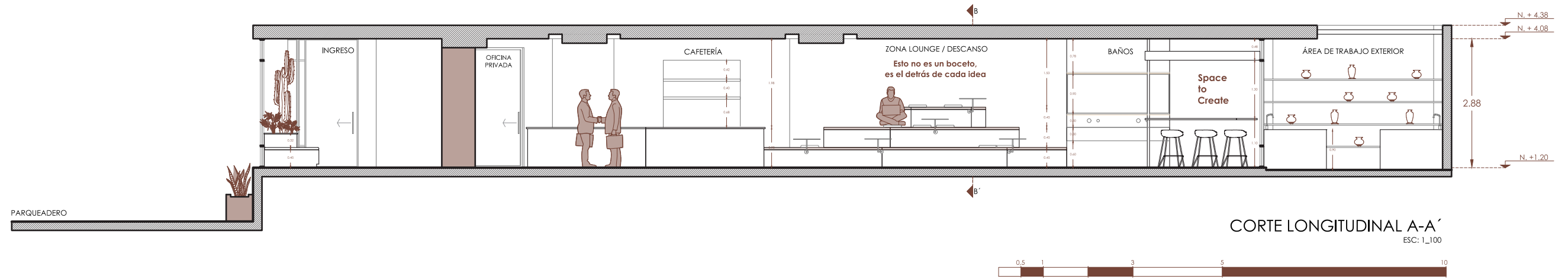
4.2.2 PLANTA AMOBLADA AMBIENTADA



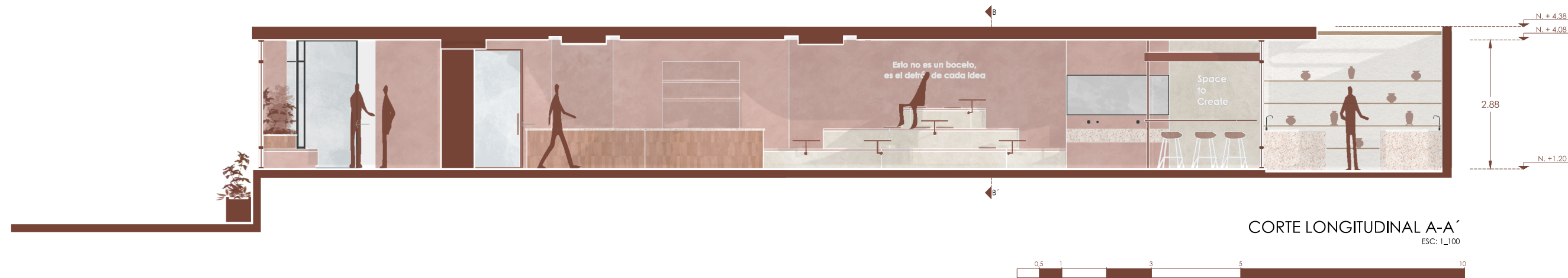
P. 52

P. 53

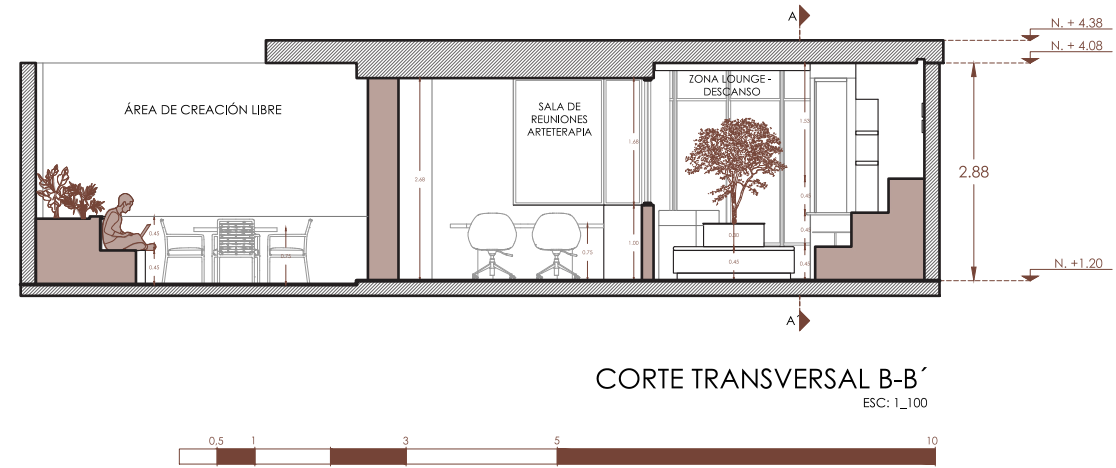
4.3 CORTE LONGITUDINAL ARQUITECTÓNICO



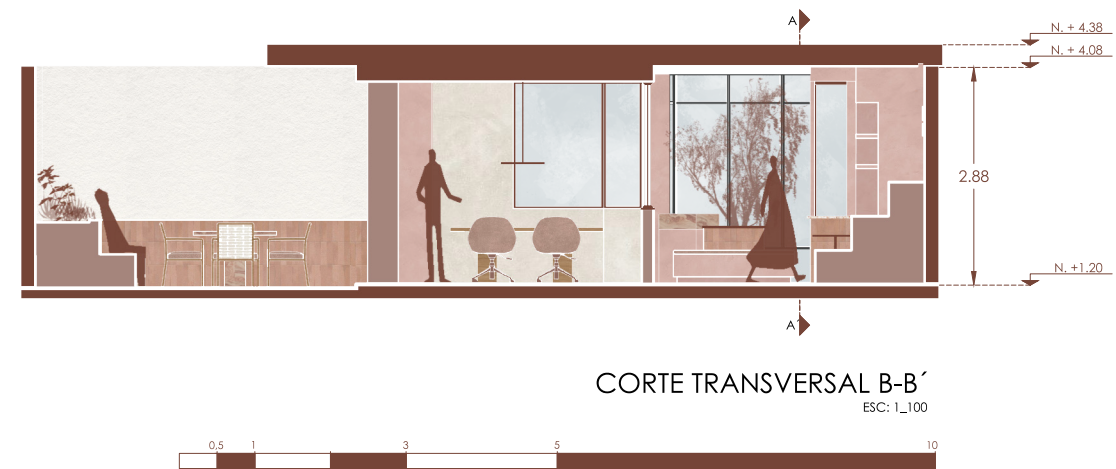
4.3.1 CORTE LONGITUDINAL AMBIENTADO



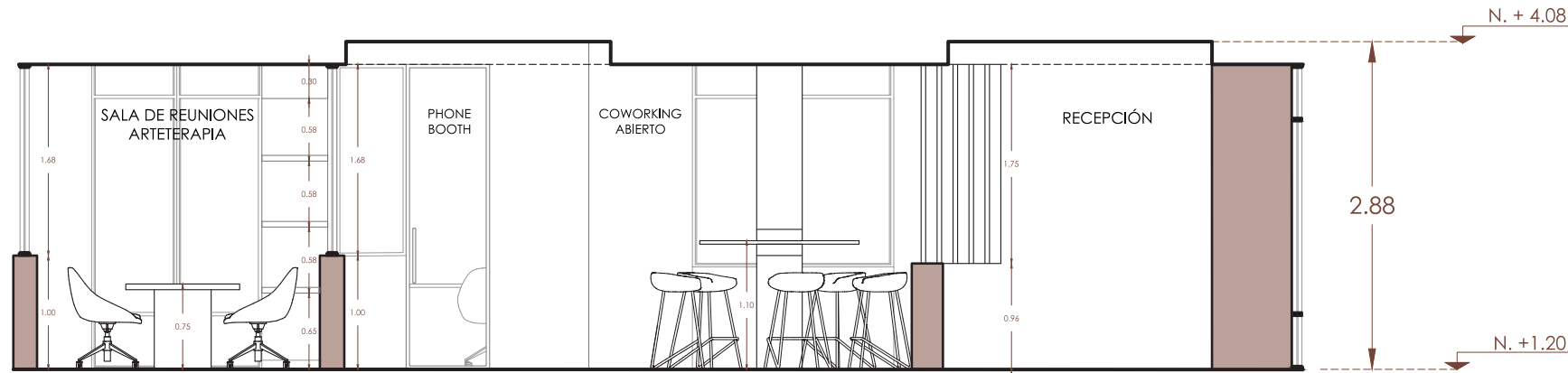
4.4 CORTE TRANSVERSAL ARQUITECTÓNICO



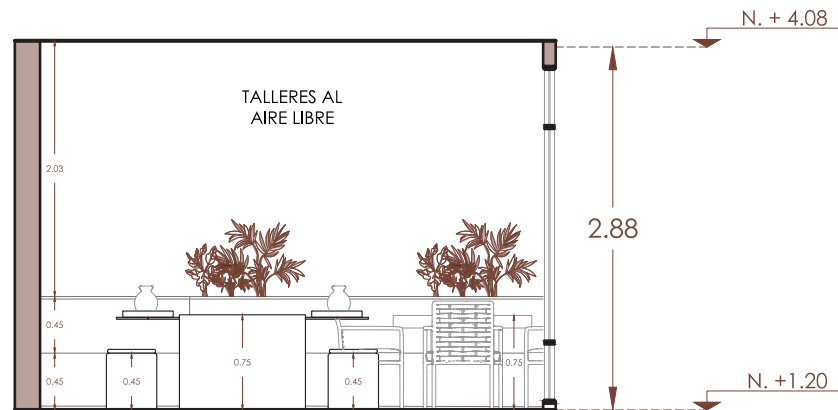
4.4 CORTE TRANSVERSAL AMBIENTADO



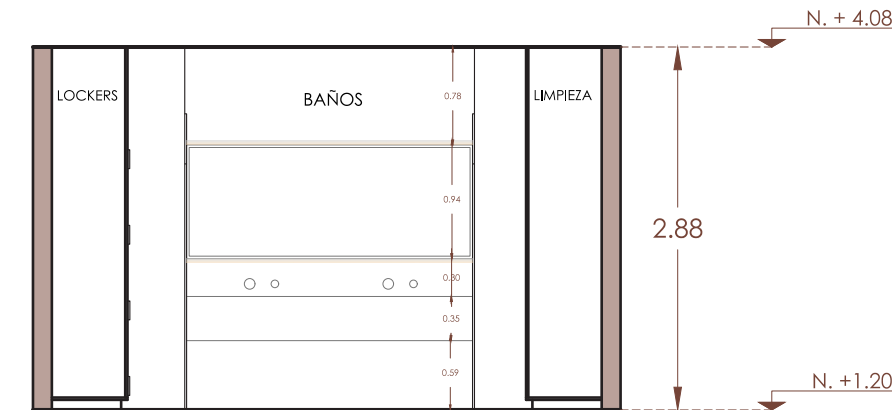
4.5 ELEVACIONES ARQUITECTÓNICAS



ELEVACIÓN 1 - ÁREA TRABAJO
- ESC: 1_60



ELEVACIÓN 2 - TALLERES AL AIRE LIBRE
ESC: 1_60



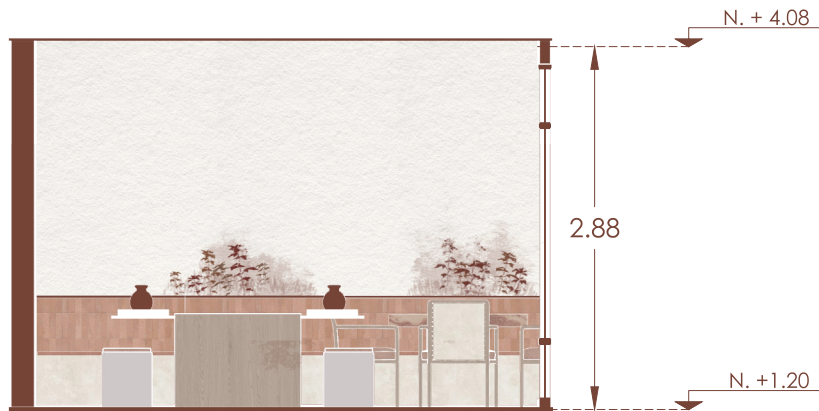
ELEVACIÓN 3 - SERVICIOS
ESC: 1_60



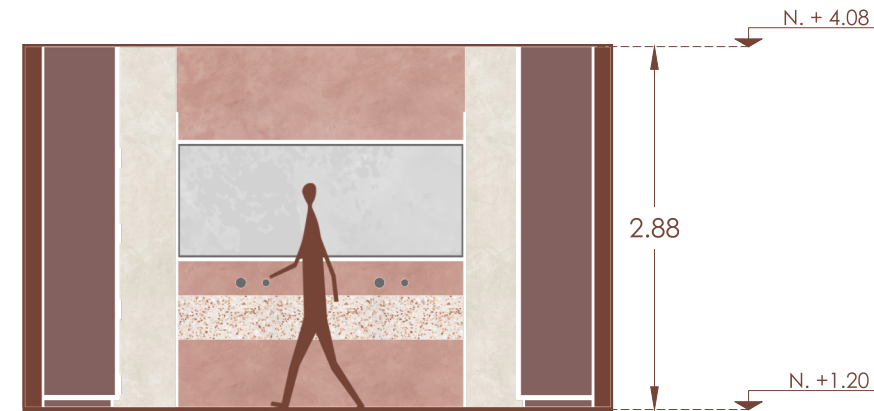
4.5.1 ELEVACIONES AMBIENTADAS



ELEVACIÓN 1 - ÁREA TRABAJO
- ESC: 1_60



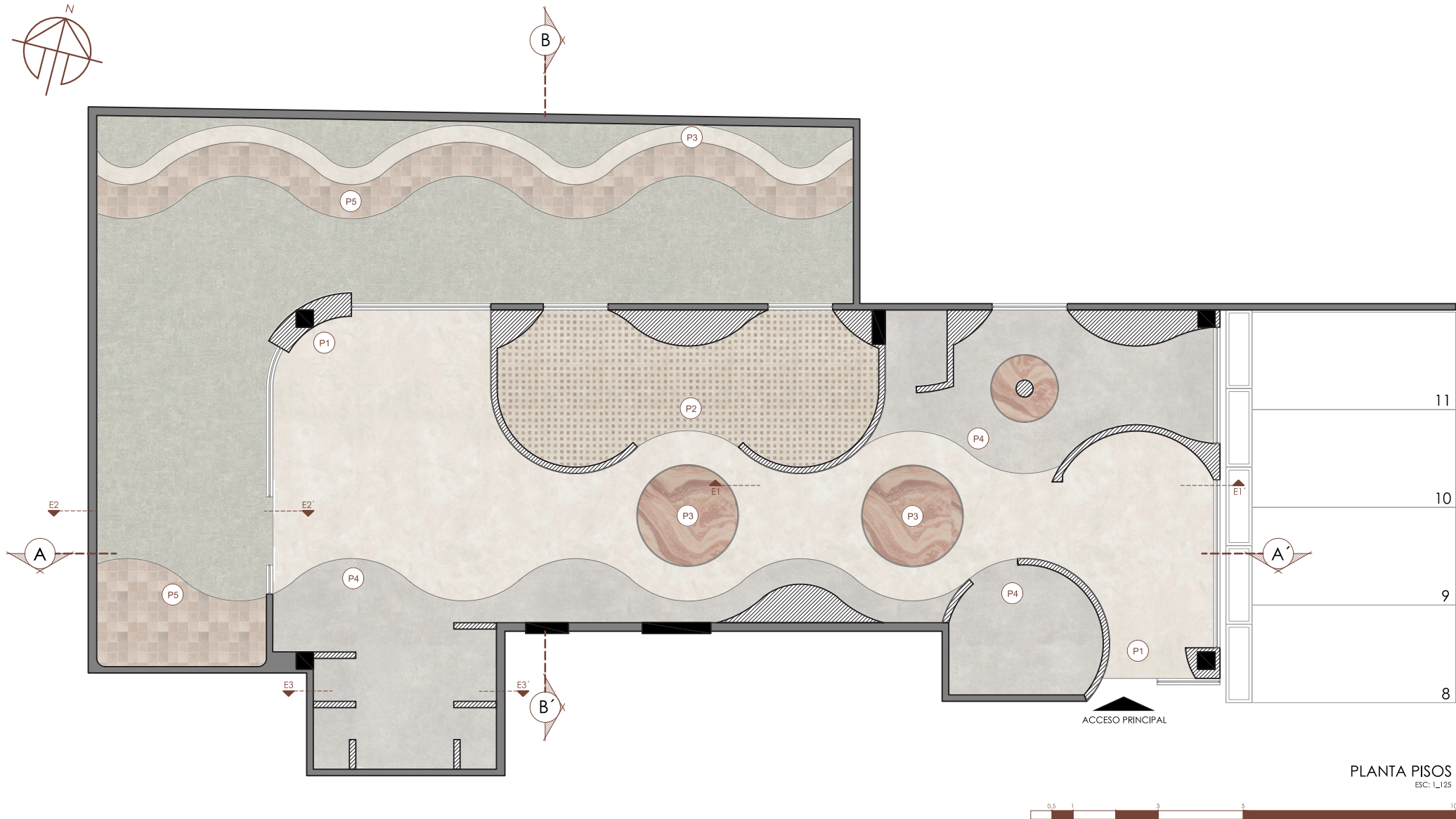
ELEVACIÓN 2 - TALLERES AL AIRE LIBRE
ESC: 1_60



ELEVACIÓN 3 - SERVICIOS
ESC: 1_60



4.6 PLANTA PISOS



PLANTA PISOS
ESC. 1/25

SIMBOLOGÍA

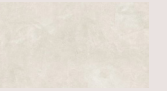
SIMBOLOGÍA

DESCRIPCIÓN

IMAGEN REFERENCIAL

P1

Microcemento Beige - CEMHER



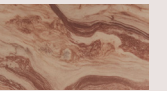
P2

Azulejos Beige



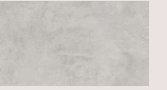
P3

Marmol Terracota



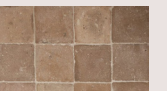
P4

Microcemento Hakuba - CEMHER

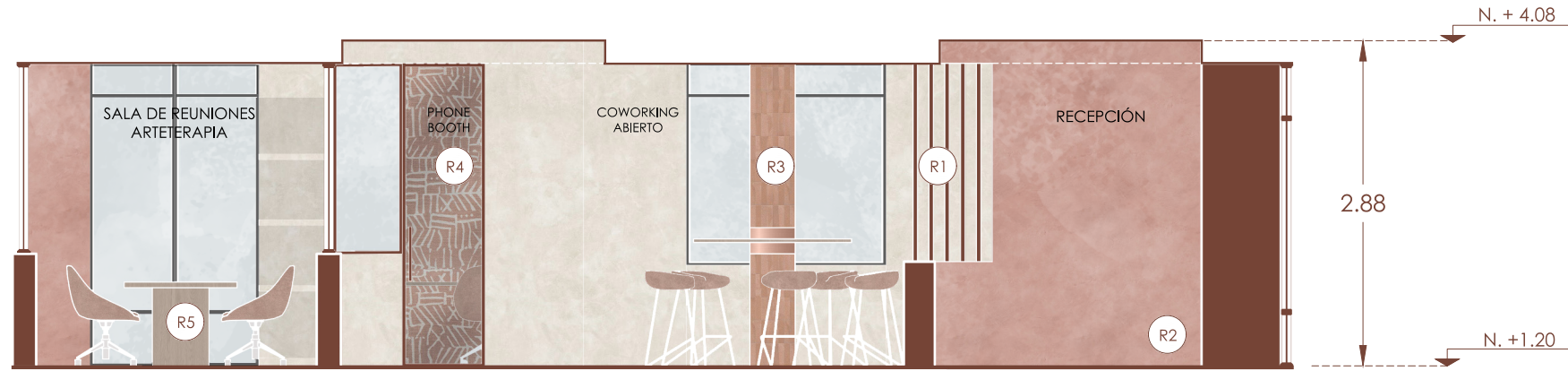


P5

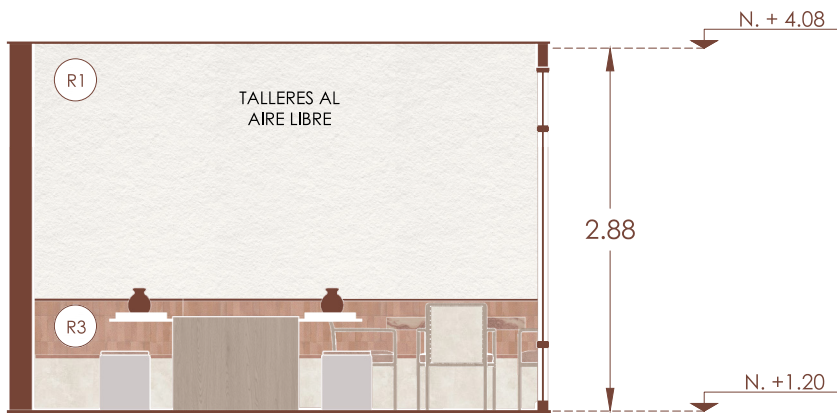
Mini Versalles Terracota



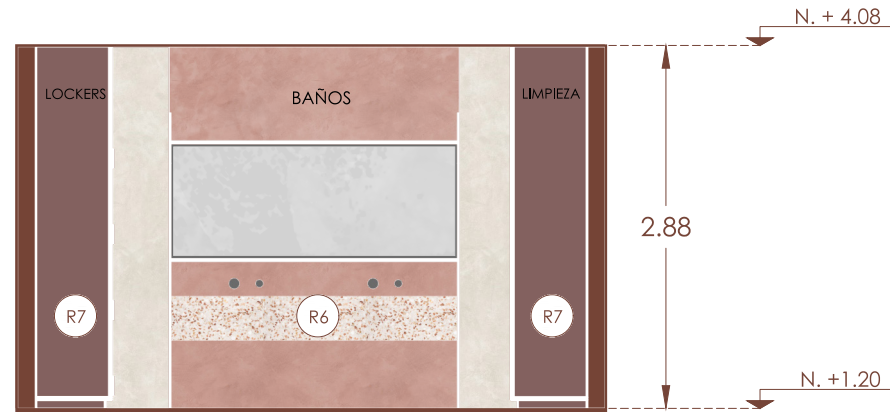
4.7 REVESTIMIENTOS VERTICALES



ELEVACIÓN 1 - ÁREA TRABAJO
- ESC: 1_60



ELEVACIÓN 2 - TALLERES AL AIRE LIBRE
ESC: 1_60



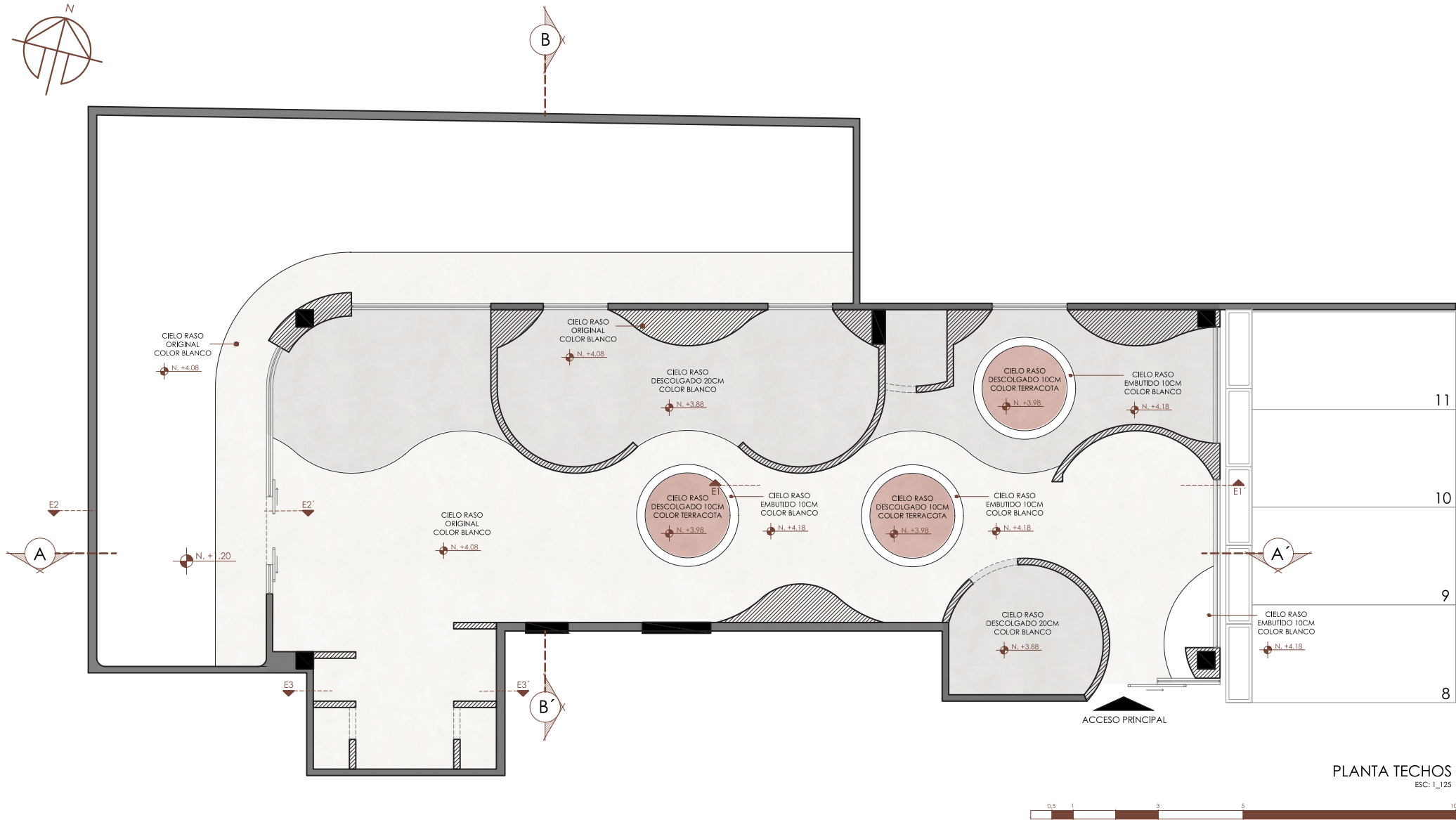
ELEVACIÓN 3 - SERVICIOS
ESC: 1_60



SIMBOLOGÍA

SIMBOLOGÍA	DESCRIPCIÓN	IMAGEN REFERENCIAL
R1	Microcemento Beige - CEMHER	
R2	Microcemento Terracota - CEMHER	
R3	Tiles Terracota	
R4	Papel tapiz con diseño	
R5	Travertino Beige	
R6	Terrazo en tonos naranja	
R7	Melamina Burdeos - Pelikano	

4.8 PLANTA TECHOS

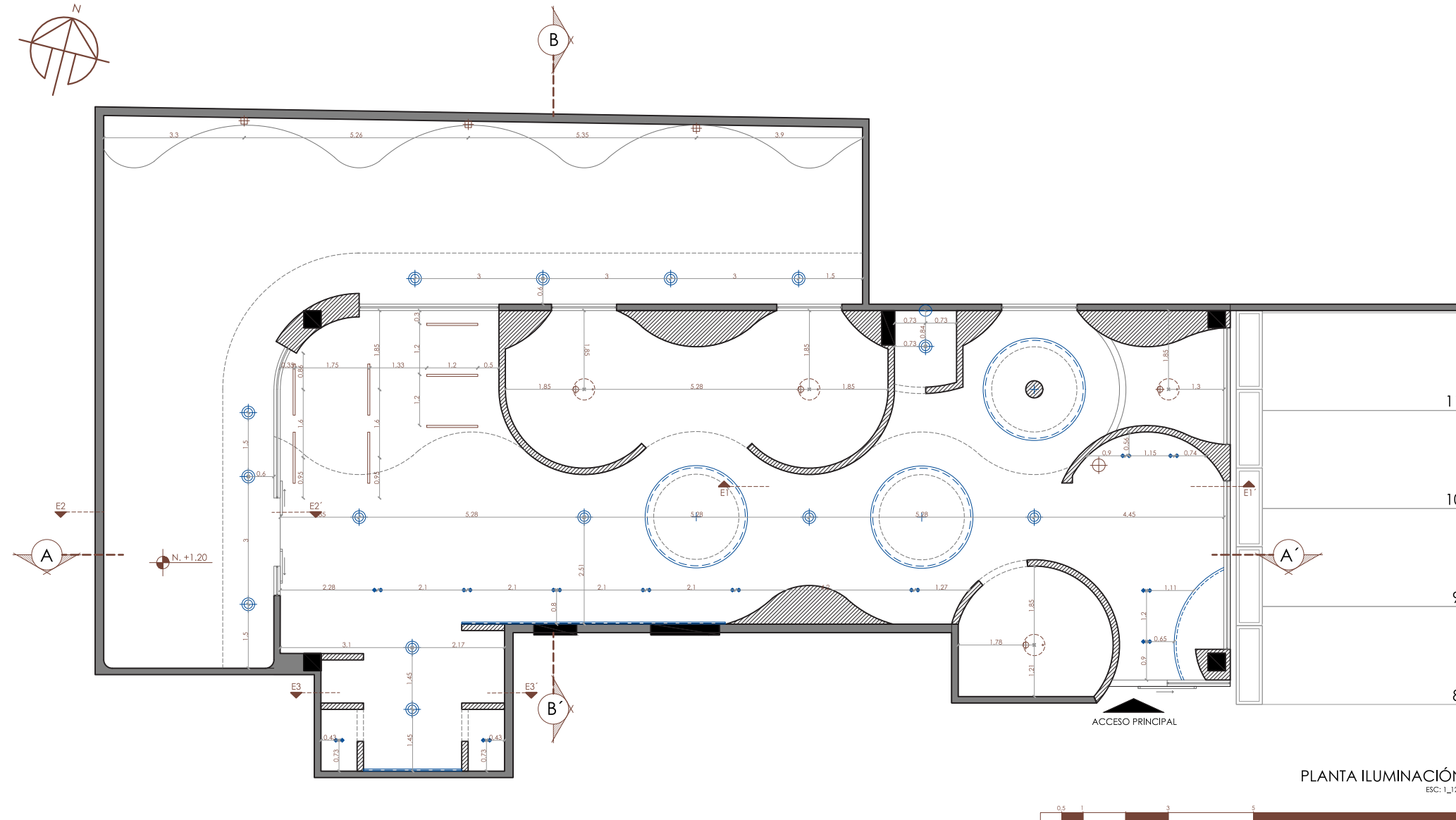


PLANTA TECHOS
ESC: 1/25

SIMBOLOGÍA

SIMBOLOGÍA	DESCRIPCIÓN	IMAGEN REFERENCIAL
C1	Cielo Raso Blanco	
C2	Cielo Raso Terracota	

4.9 PLANTA ILUMINACIÓN



SIMBOLOGÍA

SIMBOLOGÍA	DESCRIPCIÓN	IMAGEN REFERENCIAL
	Lámpara de pared, Primary Shape Nº3, hormigón, A8cm, A18cm - Serax	
	Lámpara Ceramic Disc Pendant	
	Luz lineal LED, 43W, de tres sombras suspendida regulable	
	Lámpara Eenvoudige moderne verstelbare hanglamp met zwenkarm HL885	
	Panel luz led redondo empotrado 10cm	
	Perfil LED tenso flex con difusor opal continuo.	
	Aplique de pared estilo japonés retro: lámpara minimalista de resina - ETSY	
	(2) Ojos de dragón led 7.5cm	

4.10 STYLING



LÁMPARA DE SUSPENSIÓN
LENOX - 5 LUCES

MODERN SILVER
MICROFIBER POUF
OTTOMAN WITH UNIQUE
SHAPE AND WOODEN
FRAME

LUXURY MEETING TABLE WITH
ESSENTIAL LINES AND SINOUS
SHAPES - DEA

MONICA
CONFERENCE ON
CASTERS- BULO

SIMBOLOGÍA

DESCRIPCIÓN	IMAGEN REFERENCIAL
Modern Silver Microfiber Pouf Ottoman with Unique Shape and Wooden Frame	
Monica Conference CASTERS - BULO	
Luxury meeting table with essential lines and sinuous shapes - DEA	
Lámpara de suspensión Lenox - 5 Luces	

4.11 RENDERS - COFFEE BREAK



P. 72

P. 73

4.11 RENDERS - ZONA LOUNGE-DESCANSO



P. 74

P. 75

4.11 RENDERS - COWORKING ABIERTO



P. 76

P. 77

4.11 RENDERS - COWORKING ABIERTO - INGRESO



P. 78

P. 79

4.11 RENDERS - COWORKING ABIERTO - SALA DE JUNTAS/ARTETERAPIA



P. 80

P. 81

4.11 RENDERS - SERVICIOS



P. 82

P. 83

4.11 RENDERS - ÁREA DE CREACIÓN LIBRE



4.11 RENDERS - ÁREA DE TRABAJO EXTERIOR



P. 86

P. 87

05 MOBILIARIO



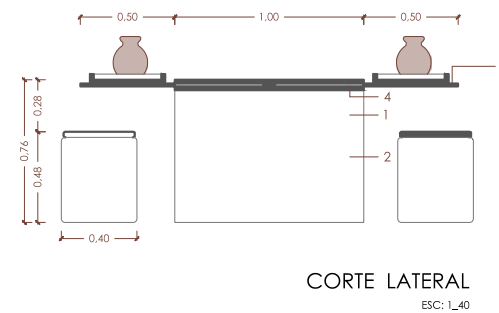
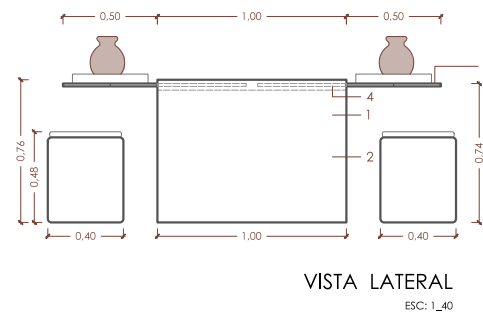
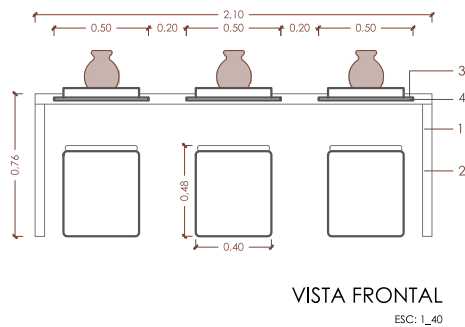
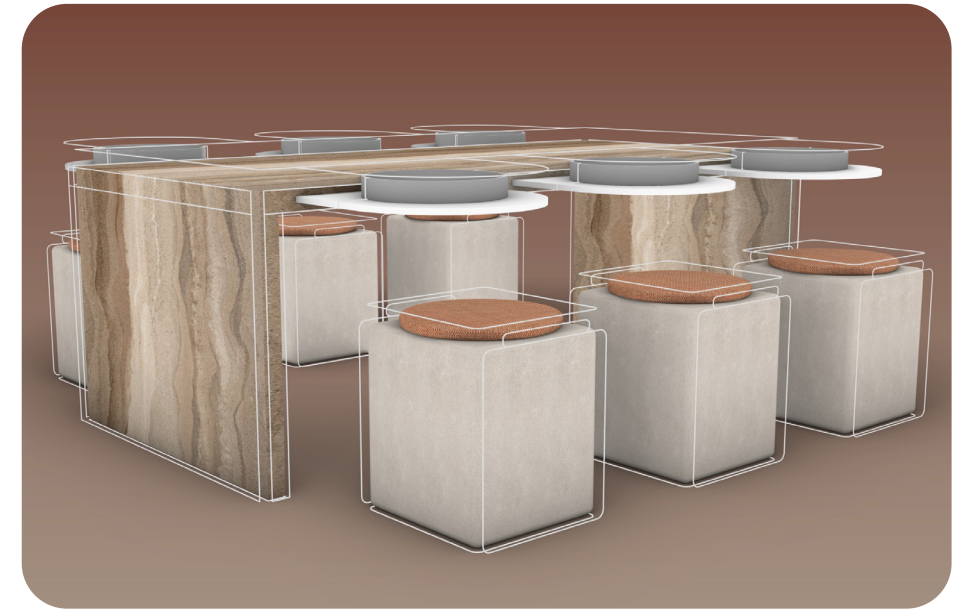
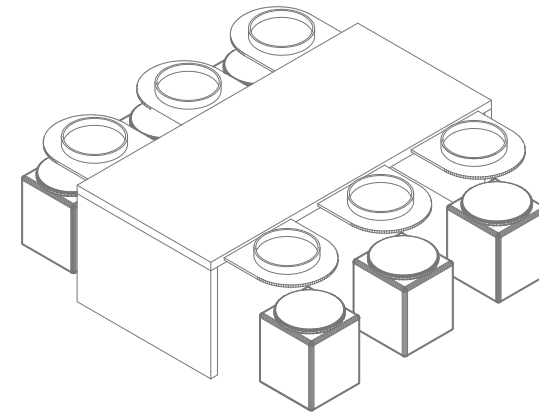
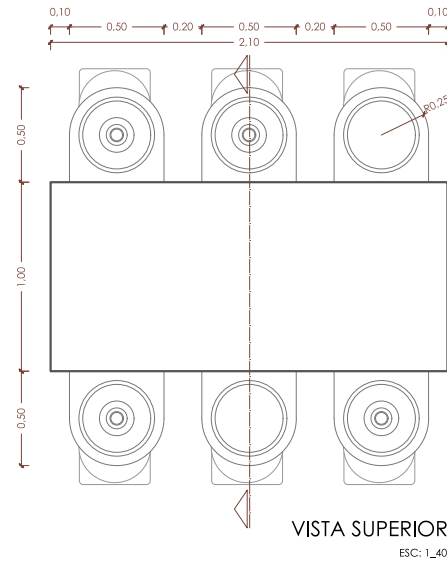
5.1 MOBILIARIO - MESA MULTIFUNCIONAL

Especificaciones Técnicas

- 1. Estructura:** Mesa con estructura portante en perfilera metálica estructural.
- 2. Revestimiento:** Travertino natural sellado.
- 3. Bandejas retráctiles:** Superficie sólida blanca con rieles metálicos reforzados.
- 4. Sistema estructural:** Preparado para soportar carga y vibración de torno cerámico.

Funcionalidad

Mesa multifuncional adaptable para trabajo colaborativo y producción cerámica, con bandejas extraíbles que permiten su uso como soporte para torno o como superficie continua convencional.



5.2 MOBILIARIO - ÁREA LOUNGE DESCANSO

Especificaciones Técnicas

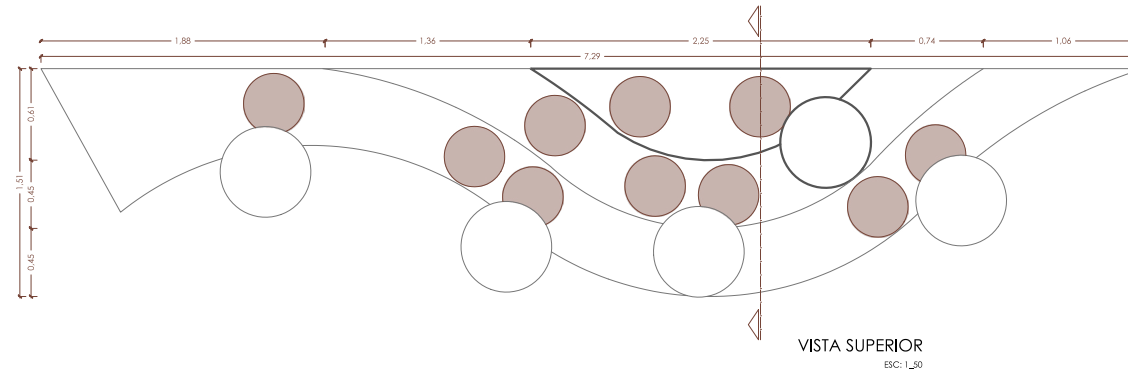
1. Estructura: Gradas escalonadas con estructura interna en perfilería metálica estructural, con cerramiento en panelería de fibrocemento / panel estructural.

2. Revestimiento: Microcemento color beige con franja de acento en microcemento terracota.

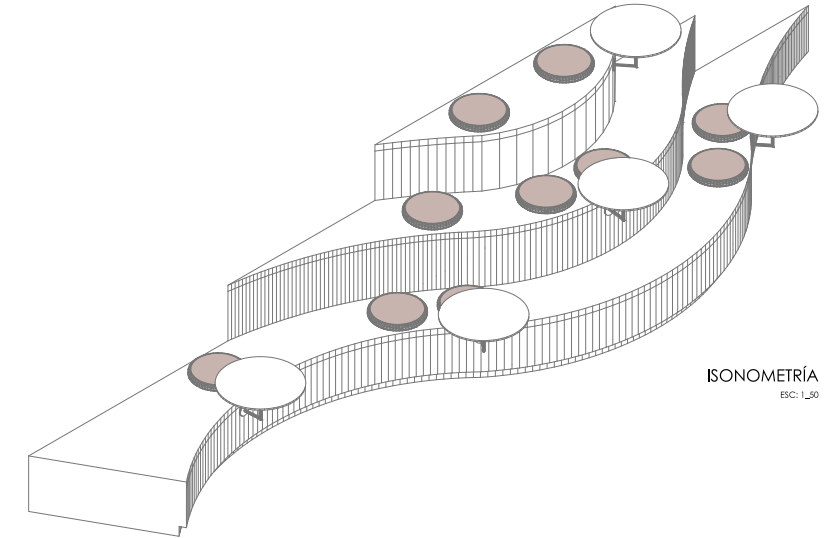
3. Complementos:

Cojines móviles acolchados en tonos terracota, tapizados en tejido de alto gramaje.

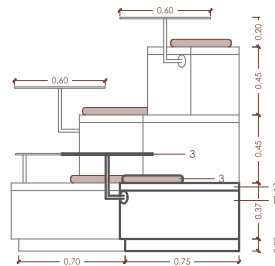
Mesas metálicas integradas en color terracota.



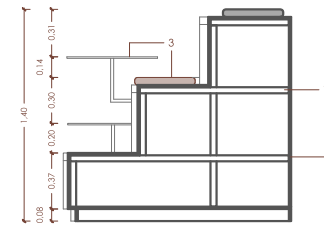
VISTA SUPERIOR
ESC: 1_50



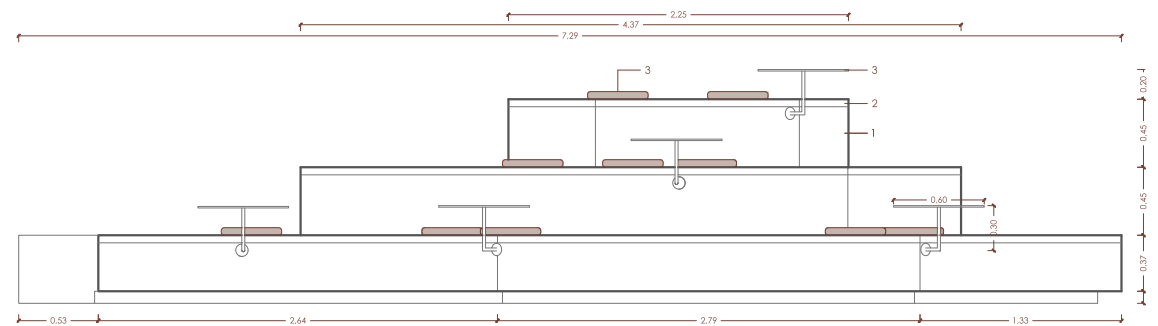
ISONOMETRÍA
ESC: 1_50



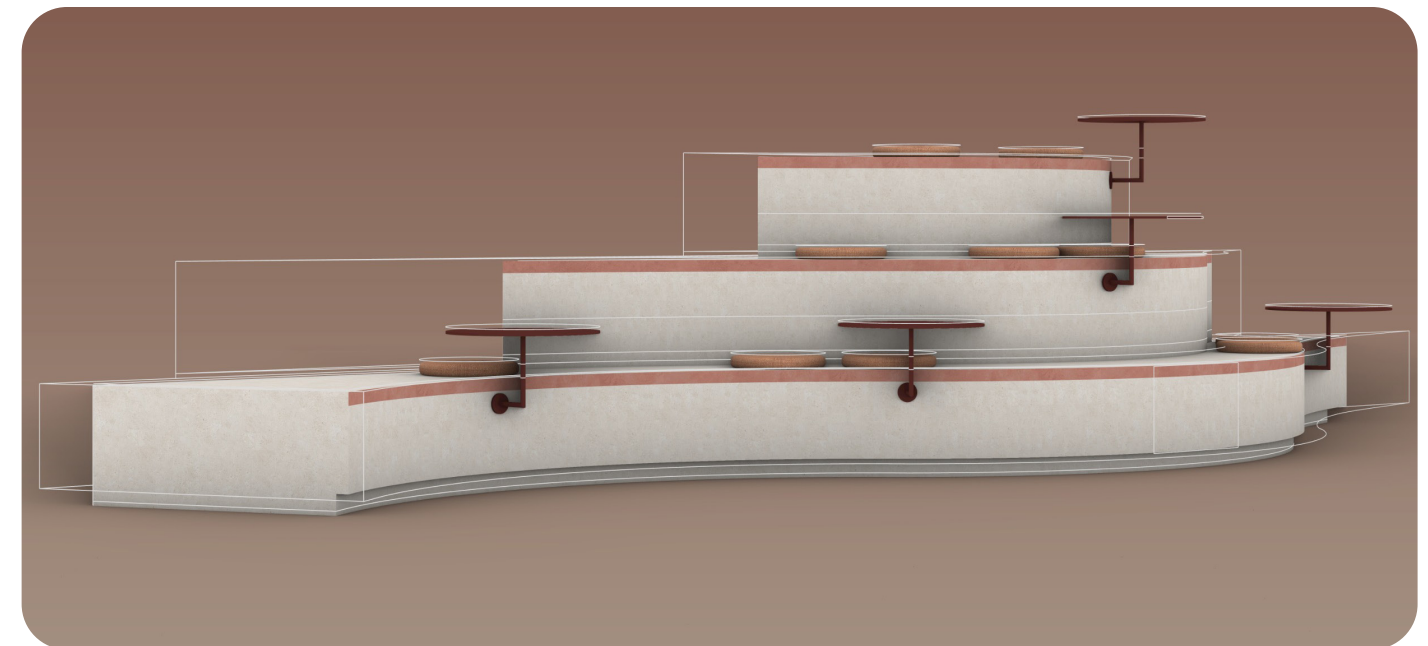
VISTA LATERAL
ESC: 1_50



VISTA LATERAL
ESC: 1_50



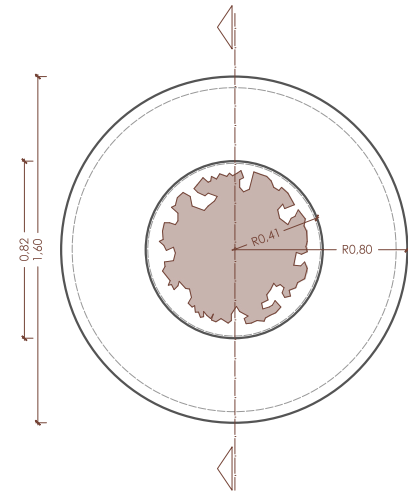
VISTA FRONTAL
ESC: 1_50



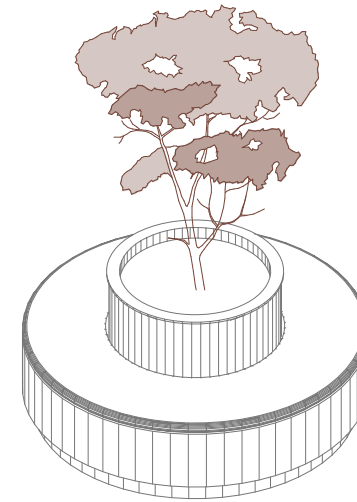
5.3 MOBILIARIO - BOOTH CENTRAL

Especificaciones Técnicas

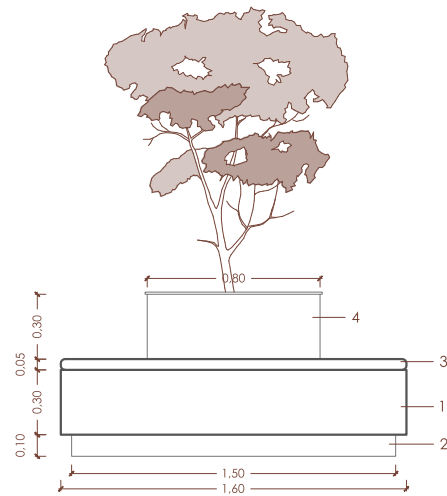
- 1. Estructura:** Banca con base de madera, revestida en microcemento color terracota.
- 2. Zócalo:** Perimetral de 10 cm en madera, recubierto en microcemento color terracota.
- 3. Asiento:** Superficie acolchada tapizada en tejido de alto gramaje, color terracota.
- 4. Maceta integrada:** Maceta incorporada a la estructura, revestida con tiles en tonos terracota; interior acondicionado con sustrato vegetal para plantas naturales.



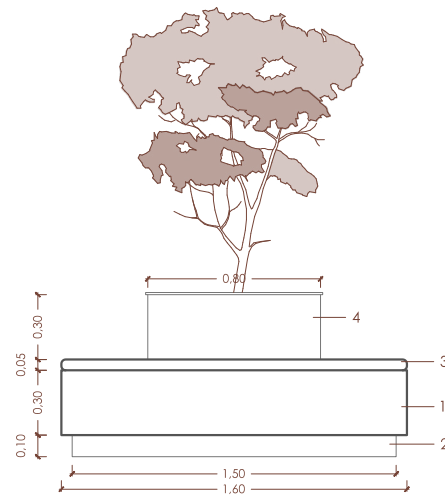
VISTA SUPERIOR
ESC: 1_35



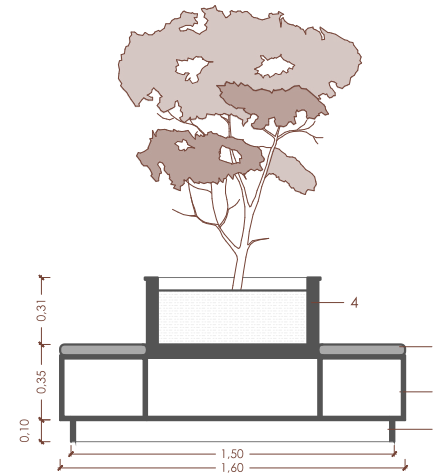
ISONOMETRÍA
ESC: 1_35



VISTA FRONTAL
ESC: 1_35



VISTA LATERAL
ESC: 1_35



VISTA CORTE LATERAL
ESC: 1_35





ΕΠÍΛΟΓΟ 06

6.1 CONCLUSIONES

Impacto en el Bienestar del Usuario

El diseño interior del coworking “Esto, no es un Boceto” demuestra que el espacio puede influir directamente en la regulación emocional y en la prevención del burnout en profesionales creativos. La incorporación de principios de neuroarquitectura, iluminación natural controlada, psicología del color y zonas de pausa ha generado un entorno que favorece la concentración, la calma y la recuperación mental. El proyecto no solo responde a necesidades funcionales, sino que promueve una experiencia laboral más consciente, donde el usuario puede equilibrar productividad y bienestar.

Integración de Creatividad y Salud Mental

La propuesta evidencia que el arteterapia, integrada al diseño interior, puede convertirse en una estrategia preventiva dentro del entorno laboral.

La incorporación de espacios de expresión sensorial, talleres creativos y áreas flexibles permite transformar el acto de crear en un proceso de regulación emocional.

De esta manera, el coworking deja de ser únicamente un espacio productivo y se convierte en un escenario donde la creatividad funciona como herramienta terapéutica y de

reconexión personal.

Aporte Conceptual e Innovación

Bajo el concepto “Kawsay Taki”, el proyecto introduce una visión innovadora del coworking en el contexto ecuatoriano, integrando diseño, cultura y bienestar emocional.

La propuesta redefine el espacio laboral tradicional al posicionarlo como una herramienta de transformación humana y sostenibilidad emocional.

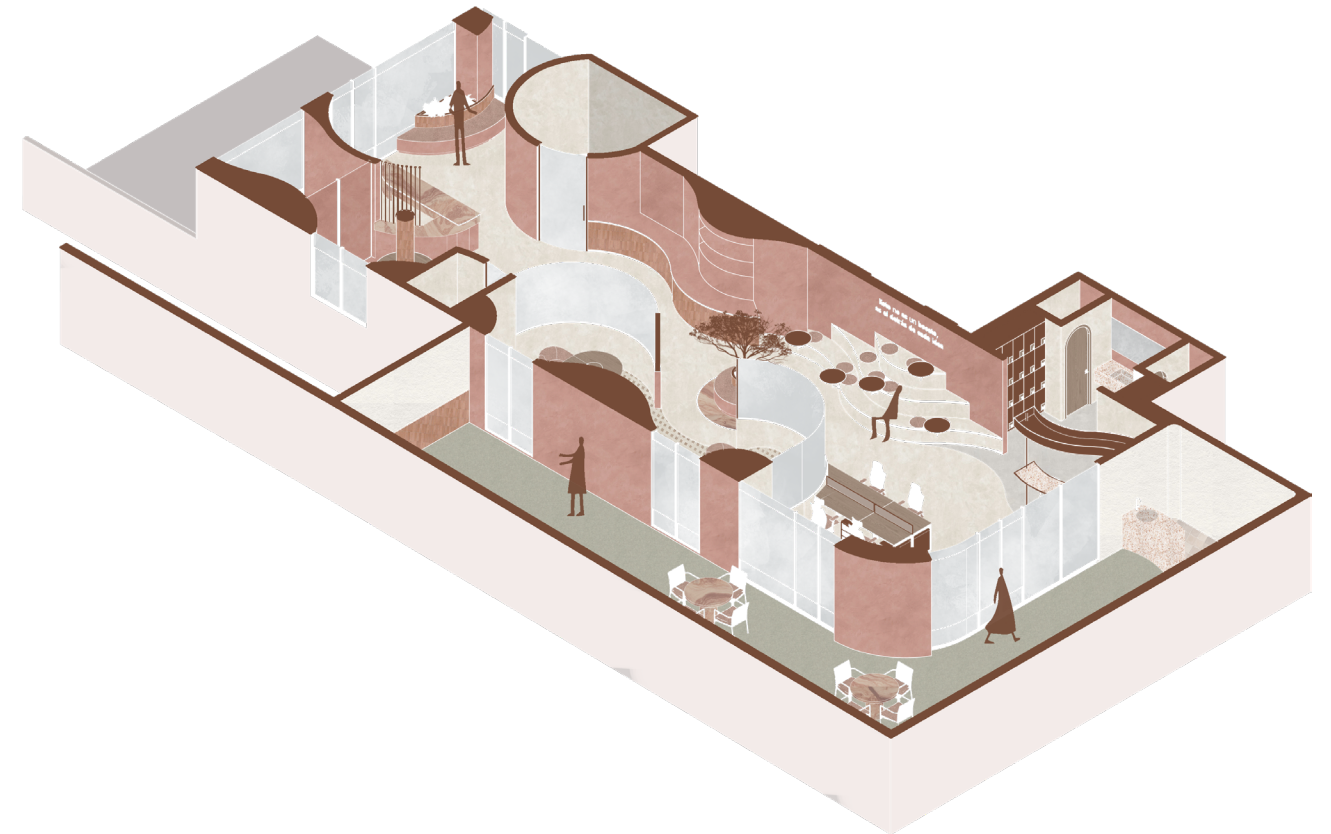
Este enfoque interdisciplinario demuestra que el diseño interior puede trascender lo estético y funcional, convirtiéndose en un agente activo en la salud mental laboral.

Recomendaciones Futuras

Se recomienda evaluar el impacto del espacio en la experiencia de los usuarios a mediano y largo plazo, mediante herramientas de medición de bienestar y satisfacción.

Asimismo, podría explorarse la incorporación de programas continuos de acompañamiento emocional y actividades interdisciplinarias que fortalezcan la comunidad creativa.

El proyecto abre la posibilidad de replicar este modelo en otros contextos, ampliando el alcance del diseño como estrategia preventiva frente al burnout.



Finalmente, esta investigación reafirma que la arquitectura y el diseño interior no solo resuelven necesidades funcionales, sino que también pueden acompañar procesos humanos, emocionales y creativos. El espacio, cuando se diseña con intención y sensibilidad, tiene el potencial de convertirse en un agente de cuidado, conexión y transformación.

6.2 ÍNDICE DE FIGURAS

- Figura 1: Kintsugi Repair. Fuente: We are Nomads
 Figura 2: Vintage interior collection. Fuente: F Studio
 Figura 3: Marca Conceptual. Fuente: Elaboración Propia
 Figura 4: Ubicación de proyecto de estudio. Fuente: Elaboración Propia
 Figura 5: Equipamientos. Fuente: Elaboración Propia
 Figura 6. Accesibilidad. Fuente: Elaboración Propia
 Figura 7. Asoleamiento. Fuente: Elaboración Propia
 Figura 8. Asoleamiento 3D. Fuente : Elaboración Propia
 Figura 9. Visualización 3D Exterior. Fuente: Arq. Juan Pablo Pineda
 Figura 10. Visualización 3D Exterior. Fuente: Arq. Juan Pablo Pineda
 Figura 11. Fachada Local Comercial. Fuente: Arq. Juan Pablo Pineda
 Figura 12. Planta Baja. Fuente: Arq. Juan Pablo Pineda
 Figura 13. Planta Local 1. Fuente: Arq. Juan Pablo Pineda
 Figura 14. Fotografía espacio interior. Fuente Alex de Rijke
 Figura 15. Fotografía espacio interior. Fuente Alex de Rijke
 Figura 16. Fotografía espacio interior. Fuente Alex de Rijke
 Figura 17. Planta Second Home Holland Park. Fuente: Archdaily
 Figura 18. Fotografía espacio interior. Fuente: Iwan Baan
 Figura 19. Fotografía espacio interior. Fuente: Iwan Baan
 Figura 20. Fotografía espacio interior. Fuente: Iwan Baan
 Figura 21. Planta Reconversión adaptativa. Fuente: Archdaily
 Figura 22. Fotografía exterior. Fuente: BoysPlayNice
 Figura 23. Fotografía espacio interior. Fuente: BoysPlayNice
 Figura 24. Fotografía espacio interior. Fuente: BoysPlayNice
 Figura 25. Imagen Conceptual. Fuente: Imagen generada IA + Producción propia
 Figura 26. Cuadro de áreas. Fuente: Elaboración propia
 Figura 27. Zonificación. Fuente: Elaboración Propia
 Figura 28. Póster de la Bauhaus 1923. Fuente: Bauhaus Posters
 Figura 29. Malla Circular 1. Fuente: Elaboración Propia
 Figura 30. Malla Circular 2. Fuente: Elaboración Propia
 Figura 31. Moodboard. Fuente: Elaboración Propia
 Figura 32. Material Board. Fuente: Elaboración Propia

6.3 REFERENCIAS

Alvarado, C., & Zapata, D. (2024). *Determinar la prevalencia de Burnout entre los arquitectos pertenecientes a la Cámara de la Industria de la Construcción ubicada en la ciudad de Quito – Ecuador* (Tesis de maestría). Universidad de las Américas.

Creative arts interventions to mitigate burnout in health-care professionals: A systematic review. (2022). *Journal of Medical Education and Practice*, 13(2). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37303185/>

Florina, R. (2025). *A literature review about burnout syndrome and how it can be prevented.* *Acta Medica Transilvanica.* https://www.academia.edu/123292658/A_Literature_Review_About_Burnout_Syndrome_and_How_it_Can_Be_Prevented

Gropius, W. (1923). *Idee und Aufbau des Staatlichen Bauhauses.* Weimar: Staatliches Bauhaus.

Ho, A. H. Y., Tan-Ho, G., Ngo, T. A., Ong, G., Chong, P. H., Dignadice, D., ... & Potash, J. (2024). *Art therapy to reduce burnout and mental distress in healthcare professionals in acute hospitals: A randomised controlled trial.* *BMJ Public Health.* <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40761359/>

INEC. (2023). *Encuesta Nacional de Empleo y Condiciones Laborales.*

Lycke, B., et al. (2023). *Art therapy-based interventions to address burnout and psychosocial distress in healthcare workers: A systematic review.* *BMC Health Services Research*, 23, Article 1059. <https://doi.org/10.1186/s12913-023-09958-8>

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). *Latent burnout profiles: A new approach to understanding the burnout experience.* *Burnout Research*, 3(4), 89–100. <https://doi.org/10.1016/j.burn.2016.09.001>

Ministerio de Salud Pública del Ecuador & Organización Panamericana de la Salud. (2022). *Primer Estudio Nacional sobre Condiciones de Trabajo, Empleo y Salud.*

Pérez-Gómez, A. (2022). *Diseño del entorno y bienestar emocional: Impactos de los espacios centrados en el usuario.* *Revista Iberoamericana de Psicología Ambiental*, 18(2), 45–58.

World Health Organization. (2019,). *Burn-out an «occupational phenomenon»: International classification of diseases.* World Health Organization. <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>