

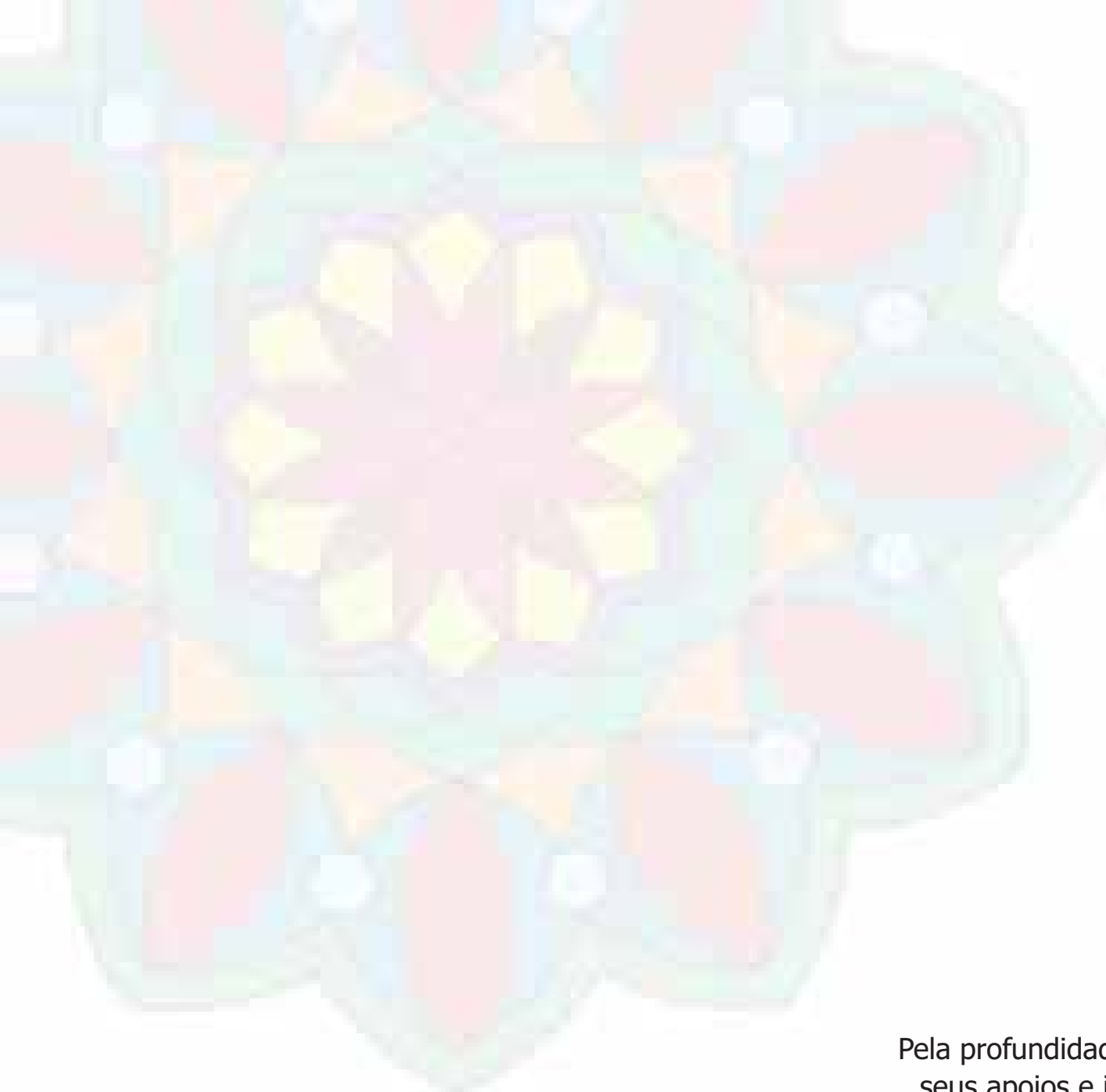


UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA "JULIO DE MESQUITA FILHO"  
FACULDADE DE ARQUITETURA, ARTES E COMUNICAÇÃO – FAAC  
DEPARTAMENTO DE ARQUITETURA, URBANISMO E PAISAGISMO

# Complexo DIA: espaço de tratamento e prevenção ao stress

Autora: Maria Emilia Soares da Silva  
Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Ms. Silvana Aparecida Alves

Curso de Arquitetura e Urbanismo  
Trabalho Final de Graduação  
Bauru, 2009.



## **DEDICATÓRIA**

Pela profundidade de sua fé, pela força dos seus exemplos,  
seus apoios e incentivos, dedico esta obra aos meus pais,  
Maria Odila e Benedito.



## **AGRADECIMENTOS**

**O primeiro e maior de todos agradecimentos, a Deus, que em todos os momentos esteve ao meu lado me fazendo acreditar que eu era capaz e que esse trabalho era possível.**

**À minha família querida, à qual eu amo e dedico esse trabalho. Em especial meu irmão, André que sempre esteve ao meu lado me ajudando e apoiando, não só nesse TFG, como em toda faculdade. Agradeço pelo amor, pela paciência e principalmente incentivo.**

**Ao meu namorado, Tiago, pela motivação e paciência em todo esse ano, agradeço por toda ajuda e por me agüentar ouvir falar o ano inteiro sobre a mesma coisa! “Peu m´importe, si tu m´aimes je me fous du monde entier.”**

**Agradeço especialmente à minha orientadora Silvana, por me acompanhar durante maior parte da minha caminhada dentro dessa faculdade. Obrigada por todo apoio e oportunidades que me foram dados! À Norma, por ter aceitado acompanhar esse trabalho.**

**Aos meus amigos de Bauru, aos que estão longe ou perto, por me acompanharem, aconselharem e ajudarem, senão nesse trabalho, na vida mesmo.**

**E...**



**A vocês. Uma família à parte que eu construí ao longo desses 5 anos. Aos que sempre estiveram presentes, aos que estiveram por perto por um tempo e hoje seguem outros caminhos, mas que nem por isso deixam de se fazer presentes na minha vida. Aos que eu fui conhecendo aos poucos e que se tornaram indispensáveis, e aos que surgiram no fim, mas que fizeram uma enorme diferença e que agradeço por ter conhecido a tempo!**

**A todos, meu muito obrigada! Vou levar um pouco de vocês sempre comigo, e com certeza haverá muito de vocês em cada traço que eu fizer!**



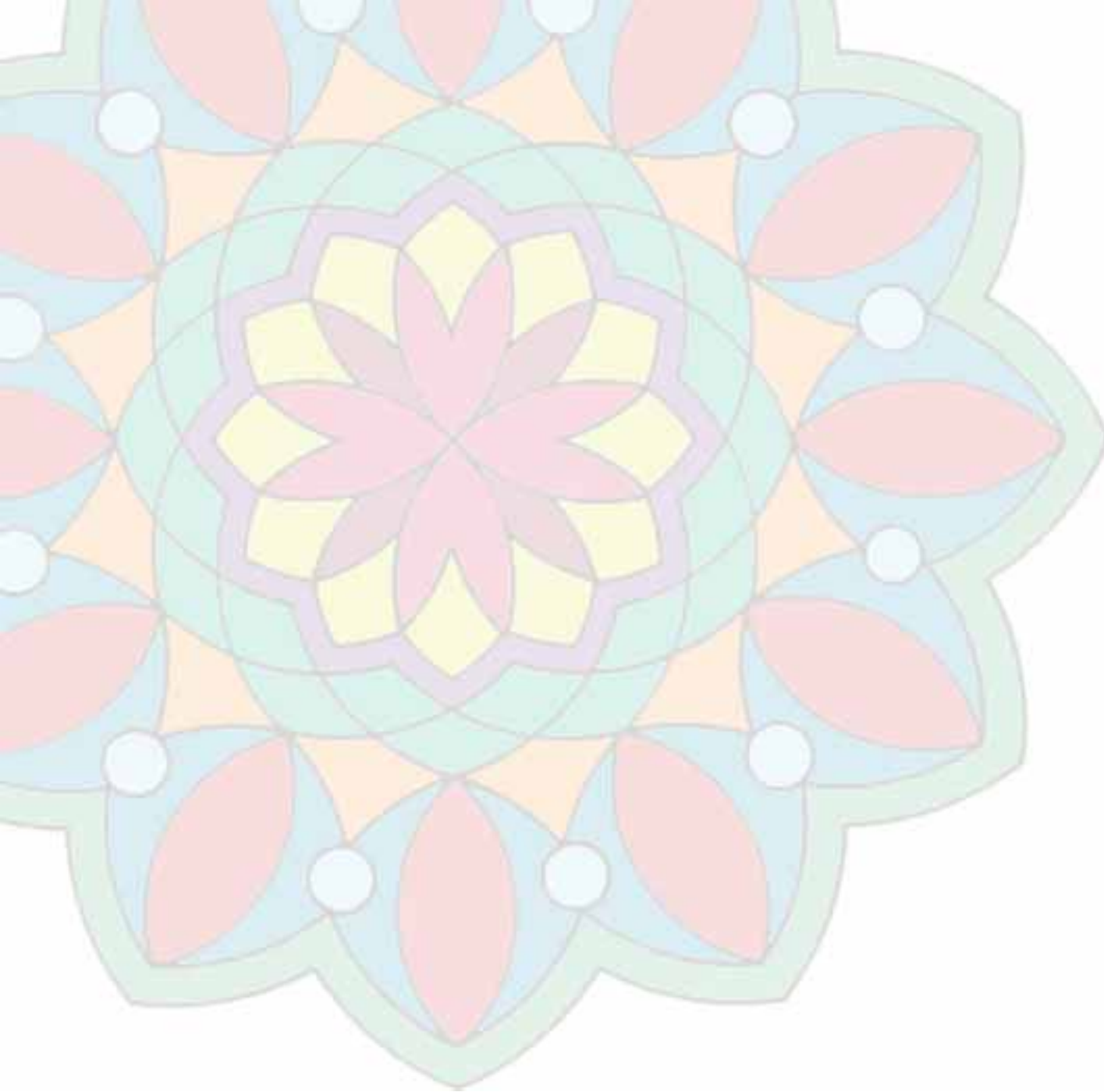
“A arquitetura é a arte que dispõe e adorna de tal forma as construções erguidas pelo homem, para qualquer uso, que vê-las pode contribuir para sua saúde mental, poder e prazer.”

John Ruskin

## Sumário

|           |                                                                                              |           |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1.</b> | <b>INTRODUÇÃO.....</b>                                                                       | <b>01</b> |
| 1.1       | Justificativa.....                                                                           | 03        |
| 1.2       | Objetivos.....                                                                               | 03        |
| 1.3       | Metodologia.....                                                                             | 04        |
| <b>2.</b> | <b>CONCEITOS FUNDAMENTAIS / REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.....</b>                                   | <b>05</b> |
| 2.1       | O que é stress?.....                                                                         | 06        |
| 2.2       | Sintomas e doenças causadas pelo stress.....                                                 | 06        |
| 2.3       | Exemplos de algumas reações emocionais / transtornos mentais causados pelo stress.....       | 07        |
| 2.3.1     | Depressão.....                                                                               | 07        |
| 2.3.2     | Síndrome do Pânico.....                                                                      | 08        |
| 2.4       | O stress subdividido em níveis.....                                                          | 08        |
| 2.4.1     | Fase Alerta.....                                                                             | 08        |
| 2.4.2     | Fase de resistência.....                                                                     | 08        |
| 2.4.3     | Fase de exaustão.....                                                                        | 09        |
| 2.5       | Stress: suas consequências e tratamentos.....                                                | 09        |
| 2.6       | O ambiente construído e a percepção do usuário.....                                          | 10        |
| 2.7       | História da evolução e humanização dos estabelecimentos ligados à saúde.....                 | 10        |
| 2.7.1     | Exemplos de instituições que se utilizam dos princípios de humanização.....                  | 13        |
| 2.8       | Humanização presente nas obras de Lelé – “A arte a serviço da cura”.....                     | 16        |
| 2.9       | Levantamento bibliográfico acerca de espaços especializados na cura e combate ao stress..... | 18        |
| 2.9.1     | Hospital Dia.....                                                                            | 18        |
| 2.9.2     | SPA.....                                                                                     | 21        |
| 2.9.2.1   | Day SPA.....                                                                                 | 22        |

|           |                                                                 |           |
|-----------|-----------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.9.2.2   | SPA Med.....                                                    | 24        |
| 2.9.2.3   | Medical SPA Day.....                                            | 26        |
| <b>3.</b> | <b>CARACTERIZANDO O PROJETO.....</b>                            | <b>27</b> |
| 3.1       | Prédio Central.....                                             | 30        |
| 3.2       | Área Fitness.....                                               | 31        |
| 3.3       | Piscinas.....                                                   | 31        |
| 3.4       | Hospital Dia.....                                               | 32        |
| 3.5       | Salas para atividades.....                                      | 33        |
| 3.6       | Área de lazer e esportes.....                                   | 34        |
| 3.7       | Conceitos utilizados no projeto – Arquitetura Bioclimática..... | 35        |
| 3.7.1     | Orientação solar / Iluminação.....                              | 36        |
| 3.7.2     | Ventilação.....                                                 | 43        |
| 3.8       | Descrição dos elementos e materiais do projeto.....             | 46        |
| 3.9       | Escolha da área.....                                            | 48        |
| 3.9.1     | Apresentação do terreno.....                                    | 49        |
| 3.9.2     | Coleta de dados.....                                            | 54        |
| 3.9.2.1   | Estudo de caso: visita do Hospital Dia de Botucatu.....         | 54        |
| 3.10      | Resultados.....                                                 | 58        |
| <b>4.</b> | <b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>                                | <b>75</b> |
| <b>5.</b> | <b>BIBLIOGRAFIA.....</b>                                        | <b>77</b> |
| <b>6.</b> | <b>APÊNDICES.....</b>                                           | <b>81</b> |



# Introdução



## 1. INTRODUÇÃO

**“Para curar um paciente é preciso primeiro curar sua cabeça, depois vem o corpo”.**  
**João Filgueiras Lima, o Lelé**

As primeiras referências à palavra stress significando opressão, desconforto e adversidade datam do século XIV, sendo que, no século XVII, o vocábulo de origem latina passou a ser utilizado em inglês, que é a forma como atualmente o conhecemos (LIPP, 1996).

As mudanças ocorridas na sociedade moderna são marcantes. Elas são excitantes, frenéticas, e, muitas vezes, rápidas demais para permitir ao homem uma absorção do seu ritmo e do seu significado (LIPP, 1996). Com tantas situações de tensão acontecendo ao mesmo tempo na vida de uma pessoa, seja essa situação agradável ou não, é natural que haja reação emocional e muitas vezes física à esses acontecimentos, gerando muitas vezes stress.

Dessa maneira, o projeto proposto pretende abordar a relação entre a arquitetura e o bem estar que ela pode proporcionar ao usuário, através de um ambiente que atenda as principais necessidades espaciais e humanas, cumprindo o programa proposto, mas tendo em vista as noções de humanização pregadas ao longo da história da arquitetura hospitalar e também da arquitetura bioclimática. A fim de gerar ambientes mais confortáveis do ponto de vista térmico e lumínico, o projeto também se preocupa com a racionalização do uso da energia elétrica, tanto em relação à iluminação quanto à ventilação mecânica.

No início da Segunda Guerra Mundial era constantemente notado nos soldados em campo de batalha, que estes necessitavam de ajuda especial para suportar toda a pressão por que passavam. Desde então, vasta literatura sobre o tema do stress foi produzida. Tais pesquisas possibilitaram o crescimento das profissões ligadas à psicologia, que começaram a ganhar espaço e importância entre a sociedade. Estas mesmas pesquisas basearam o Trabalho Final de Graduação a ser apresentado que tem como tema o stress com o objetivo de elaborar um projeto de arquitetura, no qual é proposto a criação do Complexo Dia: espaço de tratamento e prevenção ao stress.

Atualmente, os estudos feitos sobre o assunto se preocupam não somente com as consequências psicofisiológicas, mas também suas implicações para a qualidade de vida humana (LIPP, 1996).



### 1.1 Justificativa

A temática escolhida para o Complexo Dia – stress - deu-se pela contemporaneidade do assunto, uma vez que, segundo pesquisa realizada pela Gazeta Mercantil em 2008, 70% dos trabalhadores das mais diversas partes do mundo, dizem sofrer alguma consequência do stress.

O objetivo do projeto foi demonstrar que seria possível reunir em um só local varias linhas de tratamento e prevenção para pacientes vitimas de danos psicológicos causados pelo stress. Atualmente, de acordo com a pesquisa realizada, existem apenas projetos isolados, que obrigam o paciente a se deslocar às vezes por varias instituições a fim de ter seu tratamento. Portanto, trata-se de um projeto inovador reunir muitas atividades e funções relacionadas à saúde psíquica das pessoas em um único local, permitindo maior conforto, facilidade de deslocamento e qualidade no atendimento a essas pessoas.

### 1.2 Objetivos

**“O espaço arquitetônico atua como coadjuvante nos processos de implementação das propostas de humanização, capaz de fomentar o bem-estar de pacientes e funcionários”.**  
(FONTES, 2003)

O projeto proposto tem como objetivo a criação de um espaço que ofereça os mais variados tipos de cuidados e tratamentos para pessoas afetadas por qualquer tipo de doença ocasionada pelo stress. Foi criado o Complexo Dia para o tratamento dessas doenças tendo sempre em mente o fato de que se pode dividir o stress em três níveis de gravidade, devendo, o projeto, portanto, atender a cada um destes níveis de forma específica e apropriada, organizando-se basicamente em duas grandes partes, que em linhas gerais poderiam ser denominadas de SPA (como área de relaxamento) e área psiquiátrica (para os tratamentos especializados necessários).

Diversas diretrizes foram traçadas para que o projeto vise integralmente o bem-estar do paciente. Alguns fatores que influenciam grandemente na percepção e que foram explorados no trabalho são as características observadas em áreas onde se aplicou conceitos do movimento chamado humanização dos espaços ligados a saúde, que incluem presença de cor e a influência de cada uma delas no cognitivo, a-

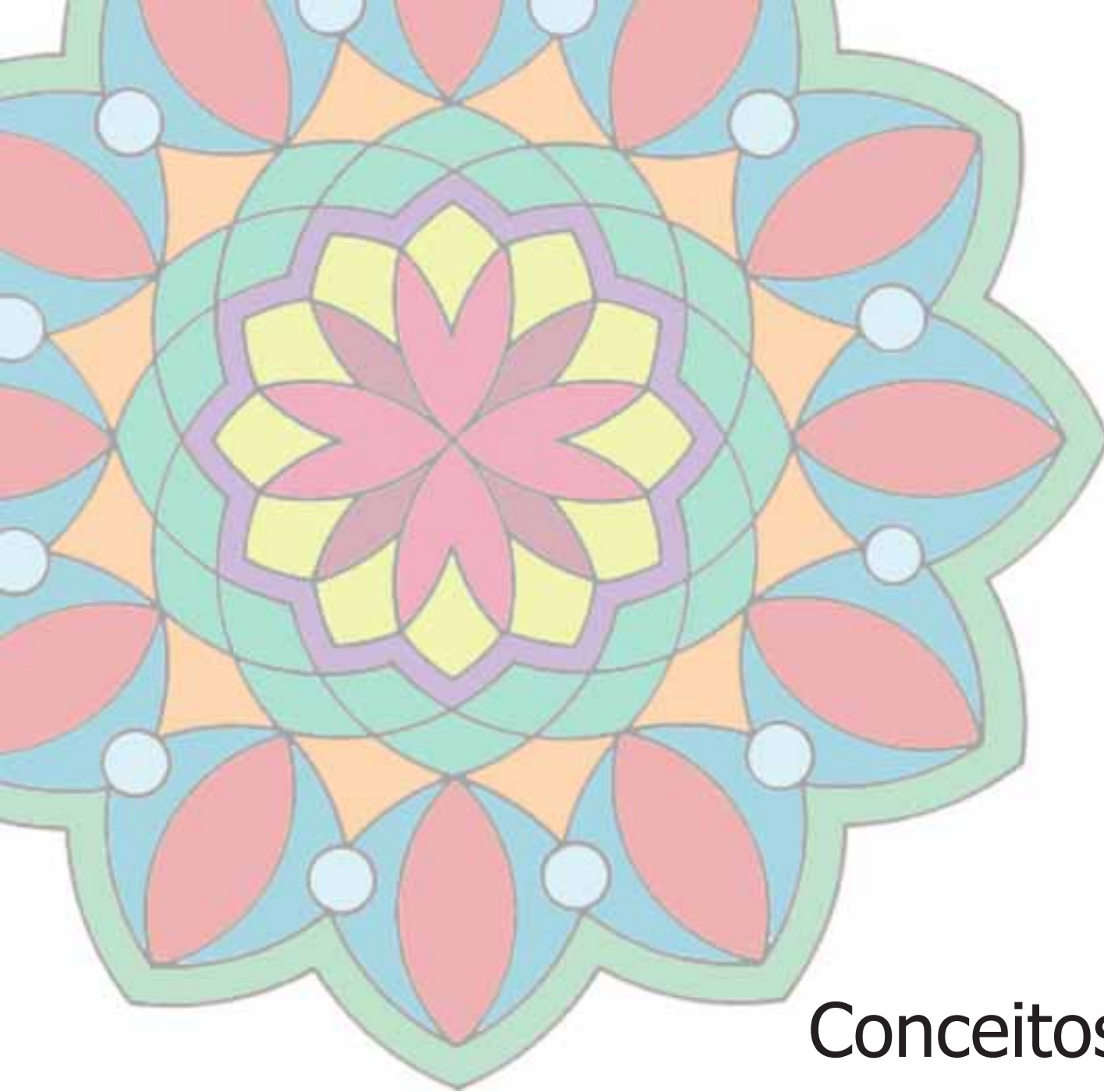


dequado estudo da iluminação natural e artificial do local e contato com a área externa, pois foi comprovado que o ser humano prefere um ambiente onde haja um janela para entrada de luz, a um ambiente totalmente fechado, independente da vista que essa abertura proporciona (HEIMSTRA e MCFARLING, 1978).

### **1.3 Metodologia**

Esse trabalho foi realizado seguindo algumas etapas que nortearam o projeto e foram essenciais para se chegar ao projeto final:

- **Revisão Bibliográfica:** a pesquisa inicial foi baseada em conceitos de stress, suas consequências e os tratamentos específicos necessários para cada uma delas. Posteriormente, procurou-se analisar projetos com temática semelhantes às serem propostas, como, por exemplo, SPA e Hospital Dia, prioritariamente. A pesquisa também fundamentou-se em textos relacionados ao conforto ambiental e a influência do meio sobre o homem, levando, consequentemente, a estudo de obras sobre humanização hospitalar.
- **Coleta de Dados:** a revisão bibliográfica foi complementada com entrevistas a pessoas que já vivenciaram de alguma forma as doenças características do stress, como, por exemplo, um psiquiatra e um autor de livros sobre a Síndrome do Pânico, presente na bibliografia. Estes entrevistados, com seus conhecimentos e vivências, puderam dizer de forma mais concreta que tipos de ambientes e quais as características destes que fazem com que as pessoas possam se sentir mais confortáveis, produzindo maior sensação de bem-estar. Para aprofundar a temática do Hospital Dia, que é um espaço ainda pouco conhecido, realizou-se uma visita a um hospital dessa modalidade na cidade de Botucatu - SP, que permitiu esquematizar, posteriormente, com maior clareza o projeto desse espaço.
- **Projeto:** Desenvolvimento de um complexo, a partir dos conceitos e dados adquiridos nas duas etapas anteriores, que reunisse todos os tipos de espaços necessários para pacientes portadores de alguma doença acarretada pelo stress.



# Conceitos Fundamentais e Revisão Bibliográfica



## **2. CONCEITOS FUNDAMENTAIS / REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

### **2.1 O que é stress?**

Walter B. Cannon, professor e pesquisador da Universidade de Harvard no final do século XVIII, foi quem primeiro discorreu sobre o stress de forma científica, sendo seus estudos muito importantes para pesquisas posteriores, como as realizadas por Hans Selye, que conseguiu definir de forma mais exata a reação do corpo humano a uma situação de stress.

Para Selye (1936), o termo stress poderia ser utilizado para designar uma síndrome produzida por diversos agentes nocivos que rompem o estado de equilíbrio do organismo, e que para combatê-los, se submete a processos de adaptação, ou como sugeriu Cannon (1939), homeostase, para tentar evitar então seu enfraquecimento.

Lipp (1996), entretanto, define stress como alterações não apenas fisiológicas, mas também psíquicas que decorrem do confronto da pessoa com eventos traumáticos, como acidentes e morte de pessoas próximas, e eventos stressores, como situações que irrite, amedrontem, excitem, confundam, exijam alguma situação protetora, ou até que façam a pessoa extremamente feliz, uma vez que situações agradáveis, porém de grande carga emocional, também podem desencadear o stress. A autora diz também que é importante conceituá-lo como sendo um processo e não uma reação única que temos diante das situações acima citadas ou como uma doença em si, pois no momento em que uma pessoa é sujeita a uma fonte de stress, um longo processo bioquímico é desencadeado, gerando inicialmente a sensação de tensão constante e de estar sempre alerta, e posteriormente, quando há continuidade nesse processo, diversas doenças podem se desencadear, sendo que um dos fatores para este desencadeamento pode se dar também pelas predisposições genéticas e pela história de vida, valores e crenças de cada pessoa, que são fatores decisivos para interpretar a situação que estão vivenciando.

### **2.2 Sintomas e doenças causadas pelo stress**

Como já dito, diversos sintomas são desencadeados em uma pessoa que passa por uma situação



que considere stressante, e estes sintomas quando não combatidos podem evoluir para doenças de forte influência negativa em uma pessoa além da mudança drástica que podem causarem sua vida.

Segundo Lipp (1996), essas reações podem ser divididas em dois grupos: emocionais e físicas, sendo que o primeiro pode ser considerado como o início de muitos sintomas presentes no segundo. Vale lembrar que o stress não é a causa dessas patologias, mas sim uma ação desencadeadora ou agravante, uma vez que afeta de forma direta o sistema imunológico deixando o indivíduo mais suscetível a doenças.

- Reações emocionais: apatia, depressão, desânimo, hipersensibilidade emotiva, irritabilidade, depressão e síndrome do pânico. Essas reações tem o potencial de desencadear surtos psicóticos e crises neuróticas, situações em que é completamente impossível pensar racionalmente: o indivíduo perde o poder de encadear logicamente o raciocínio. Essas conseqüências são consideradas transtornos mentais, e tanto a depressão quanto a síndrome do pânico podem ser consideradas como transtornos mentais graves, devendo portanto serem tratados como tais.
- Reações físicas: gripe, hipertensão arterial, enfarte, úlceras, cefaléia, herpes, psoríase, vitiligo, retração de gengivas e até câncer.

## **2.3 Exemplos de algumas reações emocionais / transtornos mentais causados pelo stress**

### **2.3.1 Depressão**

Segundo a Revista Brasileira de Psiquiatria, a exposição a fatores estressantes tem papel importante no desenvolvimento de transtornos depressivos, uma vez que a depressão ocorre quando o corpo não tem energia suficiente para superar uma situação de stress seja ela qual for, como, por exemplo, o stress pós-traumático, responsável por desencadear a doença em cerca de 26% dos portadores entrevistados para uma pesquisa da revista acima citada.

Quase todos os exercícios propostos para combater a depressão são os mesmos propostos para combater o stress, como prática de esportes, praticar técnicas de relaxamento e meditação e se propor a seguir um novo estilo mais saudável de vida.



### 2.3.2 Síndrome do Pânico

A Síndrome do Pânico pode ser definida como um transtorno de ansiedade uma vez que esta é definida como um estado emocional de apreensão, expectativa de que algo ruim aconteça, acompanhado por várias reações físicas e mentais desconfortáveis. O stress pós-traumático também é definido como um tipo de transtorno de ansiedade, podendo, portanto, se desenvolver paralelamente à Síndrome do Pânico, até pelo fato de suas crises poderem ser desencadeadas por causas semelhantes, que é a ansiedade antecipatória, ou seja, a tensão constante por pensarem que certas situações que lhes causam medo e potencial risco possam ocorrer a qualquer momento.

Há também as crises isoladas de pânico, que não se repetem como no caso da síndrome, e que são causadas unicamente por stress (KELLER, 1996).

Em qualquer um dos casos de transtorno mental decorrente do stress há a parte farmacológica no tratamento, que segundo o psiquiatra Evandro Borgo, quando ingerida rigorosamente conforme prescrição, auxilia de forma essencial na cura das doenças.

### 2.4 O stress subdividido em níveis

De acordo com Selye (1952), o stress se desencadeia em três fases, sendo que alguns sintomas podem aparecer em duas fases, pelo fato de que muitas vezes não se pode dividir com precisão essas fases e também pelo fato de que o mesmo sintoma pode em uma fase ser mais ameno e na seguinte, mais severo.

**2.4.1 Fase Alerta:** Dá-se no momento em que é feito contato com o agente stressor, ocorrendo então a quebra do equilíbrio interno. Nesse momento o organismo se prepara para reagir a uma situação de perigo, natural do instinto de sobrevivência humano, porém quando esse estado alerta não é superado, pode ser considerado que o indivíduo começa a apresentar os primeiros sinais de stress.

**2.4.2 Fase de resistência:** Ocorre a partir do momento em que o stressor se torna demasiadamente forte para ser combatido imediatamente pela pessoa. O organismo se vale de energia



reserva no combate, sendo que quando essa é suficiente o indivíduo se recupera, caso contrário fica vulnerável a terceira fase, ou seja, às doenças.

**2.4.3 Fase de exaustão:** É a evolução do processo por falta de resistência. Exaustão psicológica em forma de depressão e outras doenças mentais aparecerão, além das consequências físicas.

## **2.5 Stress: suas consequências e tratamentos**

As mudanças ocorridas na sociedade moderna são marcantes, excitantes, frenéticas e, muitas vezes, rápidas demais para permitir ao homem uma absorção do seu ritmo e do seu significado (LIPP, 1996). Muitas pesquisas têm demonstrado que a inabilidade de um indivíduo em lidar com essas mudanças e o stress decorrente delas pode levá-lo a um burnout, ou seja, esgotamento e frequente deterioração do bem estar físico. A pessoa torna-se exausta e facilmente fica doente, além de apresentar alterações em seu quadro físico da mesma forma que o stress apresenta, como úlceras, insônia, dor de cabeça entre outras. O burnout geralmente é um estado que pode ser facilmente tratado com exercícios para relaxamento e desligamento de tudo aquilo que o causa, como, por exemplo, problemas no trabalho ou dedicação prolongada a alguma atividade. O burnout se encaixa, portanto, na primeira fase do stress.

A gravidade e a frequência com que uma pessoa sofre por stress está intimamente ligado com a forma com que vive, ou seja, diversas medidas preventivas básicas podem ser tomadas para que o stress possa ser barrado desde início ou para nos tornamos menos suscetíveis a esse problema. Um passo importante é a alimentação, que supre o organismo com nutrientes que são exigidos na fase de alerta e adaptação ao elemento stressor. Momentos de relaxamento também são essenciais pois levam ao equilíbrio tanto da mente quanto do corpo, auxiliando assim no combate de sintomas de stress presentes no organismo. Temos também o tão estudado fator da prática de exercícios físicos e práticas terapêuticas, seja ela qual for, até mesmo a prática de hobbies no combate ao stress, por produzir substâncias que promovem sensação de tranquilidade e bem estar e também a prática necessária de reestruturação das crenças, que influenciam diretamente na forma como encararmos os agentes stressores, ou seja, enxergar o que nos ocorre de uma maneira diferente pode ser essencial para que não sejamos tão agredidos



psicofisiologicamente diante de diversas situações.

Porém, a seriedade de muitas doenças desencadeadas pelo stress, necessitam mais do que a força de vontade para encarar e tentar mudar a situação utilizando-se das formas citadas. Em muitos casos é necessário se valer de substâncias farmacológicas devido a sua gravidade, visando sempre restabelecer no paciente o equilíbrio emocional e físico.

## **2.6 O ambiente construído e a percepção do usuário**

Segundo Fontes (2003), a construção das relações do homem com o espaço, se fundamenta na sua percepção deste, devendo-se, portanto, tomar como princípio o fato de que a arquitetura tem como missão fazer desses espaços, locais sensíveis e estimulantes, que favoreçam o desenvolvimento da existência humana e que tenham a capacidade de tocar a imaginação do usuário (OKAMOTO, 1996).

A percepção e a sensação de bem-estar em um espaço pode ser afetada por muitos filtros, ou seja, fatores que levam as pessoas a interpretar certas situações de diferentes formas. Como exemplo desses filtros podemos citar educação, valores pessoais, sociais e familiares, além de diversos paradigmas. Todas essas condicionantes definem a forma como se vê e se sente o mundo, pois filtram muitas das informações que chegam até nós e influenciam de forma direta os movimentos, atitudes e reflexos de um indivíduo dentro de um ambiente (OKAMOTO, 1996).

Outros fatores influenciam no processo cognitivo, tanto positiva quanto negativamente e de forma menos subjetiva. A exemplo disso, podemos citar todo tipo de poluição que interfere de forma depreciativa em um ambiente, seja ela poluição sonora, visual ou do ar. Outros fatores como cor, ventilação e luz, quando bem projetados e pensados de forma a criar um ambiente confortável, são importantes instrumentos do sentido sensorial positivo.

## **2.7 História da evolução e humanização dos estabelecimentos ligados à saúde**

De acordo com Bittencourt (1998), as primeiras formas de instituições ligadas a saúde eram tidas como espaço de assistências àqueles a quem se devia dar os últimos cuidados e o último sacramento.



Este pensamento refletia diretamente na arquitetura, sendo que não era tomado nenhum tipo de cuidado com o espaço de forma a torná-lo mais agradável e proporcionar maior bem estar a quem o freqüentava.

Inicialmente esses estabelecimentos eram tidos como grandes hospedarias de caridade, mas que também abrigavam doentes nas condições acima citadas. Foi apenas no século XVIII que a medicina entrou no hospital, porém esses espaços ainda eram extremamente controlados e funcionavam como áreas de isolamento para os doentes, que conforme explica Foucault (1979) “era o preço atribuído ao indivíduo, o desejo de evitar que as epidemias se propagassem”.

Na evolução da história dessas instituições, pode-se citar duas pessoas de extrema importância principalmente no que se refere a humanização: Pasteur, que no século XIX fez descobertas sobre a dimensão dos micróbios e o papel das bactérias nas doenças infecciosas, e Florence Nightingale também no século XIX, que fez importantes observações sobre a necessidade de iluminação natural e ventilação cruzada nesses espaços.

Com as descobertas de Pasteur, a limpeza se torna um item muito importante nos estabelecimentos de saúde, e é nessa época que o branco e as cores claras começaram a ser utilizados, devido a imagem de limpeza que transmitiam. Ele também influenciou na eliminação dos ornamentos e na complexidade das formas dentro dessas áreas, pois eram locais propícios para acúmulo de sujeira. Todo esse conceito de higiene levou então à concepção da arquitetura preocupada com a manutenção do edifício e com os detalhes da disposição tanto do prédio quanto dos mobiliários em relação ao sol, pela sua eficácia contra os micróbios.

Abrir maiores e melhor localizadas janelas e trazer luz para o interior do ambiente passou a ter importância graças a Florence Nightingale, enfermeira que trabalhou por muitos anos em hospitais militares ingleses, difundindo essa idéia inovadora de conforto. Dentre as modificações que realizou podem-se citar a redução do pé-direito para obter maior controle de temperatura e a ventilação cruzada, pois considerava a luz e o ar puro fundamentais para um espaço termicamente agradável. Os corredores, antes mal-iluminados e estreitos, também receberam alterações, como janelas para se obter luz natural e sol, que segundo a enfermeira eram essenciais para fornecer atmosfera agradável ao paciente.

Segundo Costi (2005), o ambiente hospitalar passou por diversas fases no que diz respeito à ilu-



minação. Nas enfermarias da Idade Média, o escuro era amedrontador, e a pouca iluminação era natural, vinda de pequenas e insuficientes aberturas, ou produzida por archotes. As sombras e os altos contrastes conferiam dramaticidade ao ambiente. O estilo gótico também se fez presente em estabelecimentos de saúde, porém não houve sucesso, uma vez que as altas e pequenas janelas e as paredes com grande inércia proporcionavam luz difusa e um ambiente termicamente desconfortável. O trabalho de Florence Nightingale, aliado às descobertas de Pasteur, trouxeram qualidade aos interiores, que passaram a ser mais arejados e higienizados. No Brasil foi Paulo Sá, um engenheiro do Rio de Janeiro, que introduziu idéias de conforto para diversas edificações, principalmente da década de 30. Ele foi o responsável por estudos sobre o conforto termohigrométrico dos edifícios, criando uma ferramenta a partir de resultados experimentais para determinar as áreas de janelas necessárias à iluminação natural e a melhor orientação destas sob o ponto de vista da insolação (SCARAZZATO e LABAKI, 2001).

A arquitetura sempre esteve ligada e sempre caminhou paralelamente a esse processo de evolução pelo qual passaram as instituições. Os pensamento de Foucault (1979) que dizem que “em sua estrutura espacial, o hospital é um meio de intervenção sobre o doente.” E que “A arquitetura deve ser o instrumento de cura” exemplifica bem a idéia que guiou essas transformações e que permitiram que aos poucos os pacientes pudessem construir relações com o local através da percepção positiva que construíam, e segundo Norberg-Schulz (apud FONTES, 1993), o ser humano tem necessidade vital de estabelecer esses relações e se apropriar de alguma forma do espaço para que possa imprimir ali um pouco da sua individualidade.

O espaço arquitetônico atua como coadjuvante nos processos de implantação das propostas de humanização, pois é capaz de fomentar o bem estar tanto de pacientes quanto de funcionários. Iluminação e cor são medidas que vêm sendo constantemente utilizadas para o alcance dos objetivos citados. Na verdade, esses dois fatores estão intrinsecamente ligados e possuem grande importância na vida do homem. A luz, como já comprovado, é capaz de provocar reações emocionais, além de possibilitar a melhor visualização do espaço e conseqüentemente da própria cor, que segundo Cunha (2004), possibilita provocar diversas reações no usuário do ambiente, entre elas a sensação de tranquilidade, que é fator primordial em um ambiente voltado para a saúde. O uso da cor deve ainda atender soluções específicas para diferentes ambientes, levando em conta a estética e as condições de conforto visual, sem nunca

tirar o foco do ser humano e suas fragilidades. Tendo em vista todos esses fatores, a escolha deve ser criteriosa e baseada em estudos da área e das cores a serem utilizadas, observando a reação que cada uma delas pode desencadear no ser humano.

### **2.7.1 Exemplos de instituições que se utilizam dos princípios de humanização**

#### **Instituto de Psiquiatria, São Paulo-SP**

Nesse projeto de reforma e modernização do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas na cidade de São Paulo, o Núcleo de Pesquisa em Tecnologia da Arquitetura e Urbanismo (NUTAU), tinha-se como diretriz tornar o ambiente mais tranquilo e acolhedor. Para alcançar esse objetivos, foi instalada na fachada frontal do edifício uma grande cobertura de vidro duplo para embarque e desembarque de pacientes, além de favorecer a iluminação natural do edifício. O vidro duplo de alta reflexão permite que menos de 20% do calor penetre a edificação, tornando o ambiente agradável e minimizando o uso do ar-condicionado.



Fonte: [www.arcoweb.com.br](http://www.arcoweb.com.br)

## Centro de reabilitação motora, Vicente López, Argentina

Um elemento fundamental do projeto foi o controle lumínico dos diferentes ambientes através da configuração do desenho das janelas de cada ambiente com formas livres e variadas de modo a adaptar-se rigorosamente a sua função e ser adequado aos pacientes de diferentes faixas etárias, o que facilita a visão dos usuários, tanto para o pátio como para a tela, que como um filtro, estabelece relacionamento com a rua.



## Pronto-socorro Amil, Barueri-SP

Para a autora do projeto, Neide Senzi, arquiteta especializada em projetos de iluminação hospitalares, a luminotécnica é um dos grandes diferenciais desse projeto, uma vez que a meta era proporcionar conforto ao usuário e tornar o ambiente menos impessoal, criando uma cenografia dentro do espaço hospitalar. Essa idéia está presente em todos os ambientes do edifício, desde a fachada, até jardins, enfermaria e salas de atendimento. Senzi acredita que o uso correto da luz é tão importante para o bem estar dos pacientes quanto o uso das cores. Para alcançar os resultados que podem ser observados nas fotos, a arquiteta se valeu de dois sistemas de iluminação utilizados paralelamente: um indireto, que joga luz para o teto, e outro direto, que proporciona luz suficiente para a realização de tarefas que exigem maior nível de luminância.





## 2.8 Humanização presente nas obras de Lelé – “A arte a serviço da cura”

“Se você não tiver um paciente devidamente tratado psicologicamente é muito difícil haver cura integral.”

João Filgueiras Lima, o Lelé

### Hospitais da rede Sarah

Em entrevista concedida à Revista AU em outubro de 2008, João Filgueiras Lima, o Lelé, explica um pouco como cria espaços totalmente voltados para as pessoas que o freqüentam e quais as técnicas que utiliza para alcançar seus objetivos.

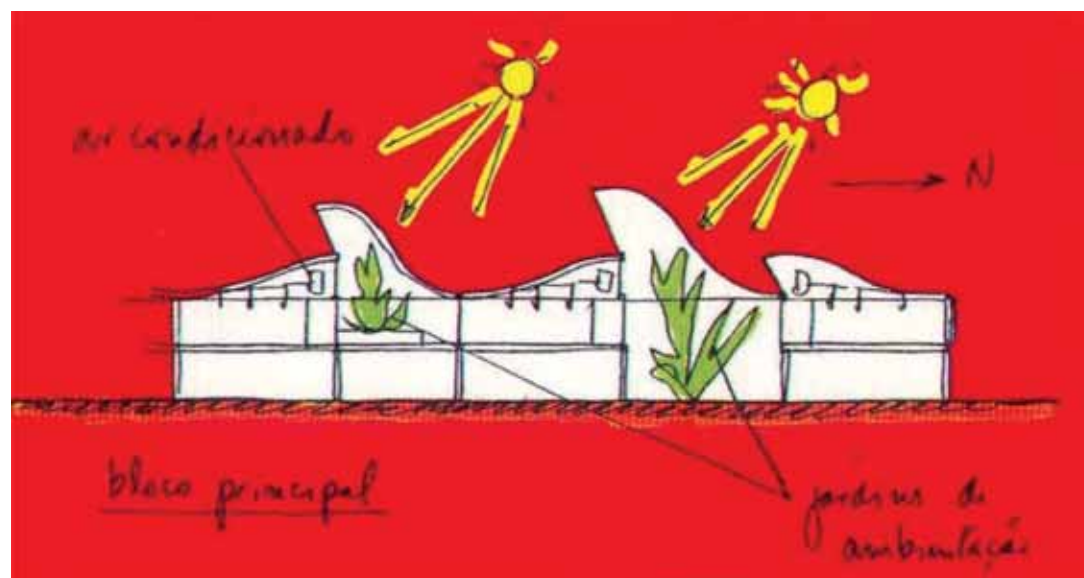
Segundo o arquiteto, a palavra chave para qualquer projeto é a humanização, sendo que a parte industrial entra pela facilidade de uso e também pela redução de custos que proporciona. Sempre há avanço tecnológico em cada obra que projeta, porém acima de tudo sempre está o ser humano, e é esse princípio que utilizou em todos seus projetos da rede Sarah Kubitscheck.

Os conceitos que envolveram a criação da rede de hospitais Sarah estão ligados justamente a criar espaços mais humanos, integrar a medicina e criar situações mais acessíveis para o paciente, relata Lelé, negando todos os conceitos dos hospitais surgidos no Brasil na década de 40, que se tornaram inóspitos e inadequados com espaços herméticos, ventilados com ar-condicionado, que não propicia a melhora psicológica do paciente.

Em seus projetos, o arquiteto além de fazer um estudo aprofundado sobre formas de estabelecer contato do indivíduo com o exterior, iluminação, ventilação e mecanismos para torná-las viáveis de forma natural, também desenha mobiliários que oferecem maior conforto e mobilidade do paciente dentro do estabelecimento.



Hospitais Sarah em Salvador e em Brasília respectivamente



Desenho do arquiteto ilustrando o sistema de iluminação natural e ventilação do hospital Sarah

Fonte: [www.arcoweb.com.br](http://www.arcoweb.com.br)



## **2.9 Levantamento bibliográfico acerca de espaços especializados na cura e combate ao stress**

O espaço criado, a ser apresentado posteriormente, se resume basicamente em um complexo onde foram unidos os conceitos de Day SPA, SPA Med e Hospital Dia para criar áreas que ofereçam tratamento para pessoas que apresentem qualquer sintoma de stress, em qualquer um dos níveis, priorizando, porém, os tratamentos psicológicos. Essa separação por áreas visa atender da melhor forma a cada um dos pacientes.

Segue abaixo, o levantamento bibliográfico referente aos conceitos Hospital Dia e também de SPA acima citados:

### **2.9.1 Hospital Dia**

De acordo com Lima e Botega (2001), os serviços de internação parcial são oferecidos no Brasil desde a década de 60, porém tornou-se popular apenas a partir da década de 90, como alternativa entre as possibilidades de atendimento em saúde mental, sendo que o aumento de pacientes interessados nesse tipo de serviço pode ser notado pela considerável mudança no número de leitos e "leitos-dia" desses locais, saltando de 330 leitos em 1995 para 2013 em 1999, informação essa fornecida pelo Ministério da Saúde.

A pesquisa realizada pelos autores acima citados esclarece ainda que os HDs tem sido classificados em cinco modalidades: alternativos à hospitalização psiquiátrica, continuidade à internação fechada, extensão ao tratamento ambulatorial e reabilitação e apoio a crônicos, sendo que apenas nas duas primeiras alternativas há orientação exclusivamente médica e disponibilidade de leitos noturnos aos pacientes, nas duas últimas alternativas citadas são encontrados os chamados leitos-dia, que são o número de pacientes que o local pode suportar e que freqüentam o espaço apenas em certo período do dia, não permanecendo portanto, no período noturno.

Esse tipo de hospital surgiu das decisões tomadas na Reforma Psiquiátrica e na luta anti-manicomial, que discutiram e analisaram a questão da internação, chegando a conclusão de que esta atitude



deve ser tomada apenas em último caso, onde apenas dessa forma o paciente poderá obter melhora, caso contrário não há necessidade de internação, podendo-se optar por tratamentos alternativos, sendo que uma das formas seria recorrer então ao hospital dia, local onde além do acompanhamento médico psiquiátrico, o paciente encontra psicólogos e terapeutas ocupacionais que auxiliam no seu processo de melhora, além de diversas atividades oferecidas com esse mesmo objetivo, como terapias em grupo, atividades recreativas e palestras esclarecedoras acerca dos problemas que os acometem. Espaços que ofereçam essas atividades, são alternativas para que os pacientes não permaneçam nas suas casas por meses ou anos sem obter melhora significativa e continuando com suas dificuldades de estabelecer contato com outras pessoas e apenas aderindo aos tratamentos ambulatoriais convencionais, como o uso de fármacos, que possuem obviamente grande importância no tratamento de doenças psicológicas, porém não são alternativa única.

Por fim, a pesquisa de Lima e Botega (2001), realizada no hospital da Faculdade de Medicina de Botucatu, apontou que 79,4% dos pacientes observados durante um ano de tratamento apresentaram melhora considerável, provando dessa forma a eficácia dos hospitais dia em relação a doenças psicológicas.

À seguir, serão apresentados alguns modelos de hospital dia do modelo "leitos-dia", que é a tipologia que inspirará o projeto a ser criado. Nessa análise serão observados não só os espaços físicos, mas também todas as atividades oferecidas, para que assim seja pensado um espaço que atenda da melhor forma e que ofereça maior bem-estar aos pacientes.

### **Instituto A Casa**

**Localização:** São Paulo, bairro da Aclimação

**Horário de funcionamento:** das 9 às 17 h.

Os pacientes, assim que ingressam no Instituto, são direcionados a grupos de psicoterapia e terapia ocupacional. A presença da família é importante para definir o horário e grupos que serão frequentados. Os grupos de psicoterapia e os de terapia ocupacional se reúnem duas vezes por semana, os demais, uma vez por semana, de manhã ou à tarde. Os pacientes em período integral participam de

dois ou mais grupos por dia. Há horário para o almoço e o que chamamos de espaço livre - quando os pacientes podem se organizar livremente, escolhendo a melhor forma de ocupar o tempo, organizando jogos, combinando programas para o fim de semana ou conversando.

Há também um momento para conversas individuais com os terapeutas, muito importante quando o paciente tem dificuldade de tratar certas questões em seu grupo de psicoterapia. Nesse espaço mais reservado, o terapeuta facilita uma aproximação mais informal do paciente com os demais e o acompanha em momentos de muita solidão.

Programa oferecido:

- Grupo da Economia do cotidiano: para reabilitar o paciente para o trabalho.
- Grupo da Sétima Arte: produção de um curta metragem com o objetivo de estimular o indivíduo a se expressar.
- Grupo de encontro: acontece nas segundas-feiras logo pela manhã, para que o paciente se livre um pouco de todas situações desagradáveis ocorridas no fim-de-semana relacionadas a sua condição psíquica.
- Grupo de passeio: atividade das sextas-feiras, onde o grupo se reúne para visitar algum local da cidade.
- Assembléias: são exposições orais de especialistas que visam esclarecer, com bases teóricas, os problemas enfrentados pelas pessoas que freqüentam o hospital dia.
- Reunião de família: reuniões quinzenais que acontecem com a presença da família, pois acredita-se que grande parte da melhora de um paciente se deve ao acompanhamento e interesse



Imagens de algumas atividades oferecidas pelo Instituto

Fonte: [www.acasa.com.br](http://www.acasa.com.br)



familiar em seu problema.

Além das atividades acima citadas, ainda existem as atividades de terapia também já citadas e o espaço ao ar livre, que oferece diversas possibilidades para que os pacientes interajam entre si.

### **Hospital HOJE – João Evangelista**

**Localização:** São Paulo, Tucuruvi.

Programa oferecido: Terapia Ocupacional, Psicologia, Oficina de Criação, Arte Terapia, Grupo de apoio espiritual (principalmente como alívio ao medo da morte), Yoga, Educação Física, Recreação, palestras, além de acompanhamento psiquiátrico.

O Hospital-Dia pode ser indicado tanto para egressos da Internação Integral, na passagem para o atendimento ambulatorial, quanto para pacientes em crise mas que não necessitem de pernoite.

### **2.9.2 SPA**

Em relação à origem da palavra, as opiniões se divergem, porém entre as teorias mais citadas nas bibliografias, estão a inspiração na cidade belga homônima ou a baseada na frase em latim “Sanitas Per Acqua” (cura pela água).

Segundo Dadazio (2000), as primeiras formas de SPA já podiam ser observadas entre os mesopotâmios, egípcios, gregos, romanos, japoneses e europeus há séculos, sendo que cada um desses povos, utilizando-se de sua sabedoria, contribuiu para a formação e popularização do SPA da forma como o conhecemos hoje, sendo que a conquista do corpo e mente sãos, era e sempre foi o grande objetivo desse espaço.

Associar os benefícios da água ao bem estar físico, espiritual e mental à palavra SPA é corriqueiro, atualmente, porém, há muitos outros recursos dentro desse espaço que podem ser utilizados para alcançar esses objetivos, como massagens, atividades monitoradas ao ar livre, exercícios físicos, técnicas de relaxamento, entre outros, que somando os objetivos acima, visa primordialmente oferecer melhor qualidade de vida a quem o frequenta.



SPAs são divididos de diversas formas em relação a sua estrutura, e encontrados sob duas formas em relação à sua localização: urbano ou campestre. Os objetivos não se alteram muito quando comparadas uma tipologia a outra, apenas algumas características são mais ressaltadas que as demais, criando as diferentes formas de SPA hoje encontradas: SPA Urbano, SPA clube, Medical SPA, SPA de fontes aquecidas, SPA salão, Day SPA e outros.

À seguir, serão apresentadas com mais detalhes o Day SPA e o SPA Méd (ou Medical SPA), que são as tipologias que serão utilizadas como base para o projeto a ser apresentado.

### **2.9.2.1 Day SPA**

Os day spas são centros de tratamento diários projetados para terapias de curto espaço de tempo. Os clientes desses locais podem agendar tratamentos de algumas horas ou, até mesmo com duração de dia inteiro. Se tornaram bastante populares não só pelo fator tempo, mas também pelo custo: menor que a estadia em um SPA do tipo resort. Esse tipo de Spa é localizado sempre na área urbana, e possui horário de funcionamento.

Serão apresentados em seguida, alguns SPAs que seguem essa tipologia. A análise desses espaços auxiliará na formulação do programa de necessidades do projeto a ser proposto, porém haverá alterações quanto ao público alvo, mantendo, entretanto, muitas das atividades propostas para a área.

#### **Sensus Day SPA**

**Localização:** São Paulo, ao lado do Parque do Ibirapuera.

**Horário de funcionamento:** 9 às 21h.

Programa oferecido: tratamentos corporais, faciais, medicina estética, pilates e salão de beleza.





Fonte: [www.sensusbemestar.com.br](http://www.sensusbemestar.com.br)



### **Olímpia Day SPA**

**Localização:** Vila Olímpia, São Paulo.

**Horário de funcionamento:** 10 às 21h.

Programa oferecido: estética, massagem, nutricionista, banhos, ofurô, bronzamento artificial e dia da noiva.



Fonte: [www.olimpiaspaspa.com](http://www.olimpiaspaspa.com)



### **SPA Aeroporto**

**Localização:** ao lado do aeroporto de Congonhas.

**Horário de funcionamento:** 8 à meia noite.

Programa oferecido: pilates, saunas, massagens, hidroterapia, estética e dia da noiva.



Fonte: [www.spaaeroporto.com.br](http://www.spaaeroporto.com.br)

### **2.9.2.2 SPA Med**

O método do SPA Med, tem como objetivo principal, estimular mudanças nos hábitos de vida, tendo sempre em vista melhoria no bem estar geral das pessoas que o frequentam. Os tratamentos dentro desses espaço possuem sempre supervisão médica, e maioria deles possui como público alvo, pessoas que desejam perder peso, porém existem muitos outros tipo de tratamentos dentro desse tipo de SPA que visam outros objetivos.

Esse tipo de SPA oferece hospedagem e em geral possui um período mínimo exigido para que a pessoa lá permaneça.

Vale ressaltar que no caso da análise de projetos que se utilizam dessa tipologia, da mesma forma

que a realizada com os Day SPAs, auxiliará posteriormente na formulação do programa de necessidades, tendo em vista as atividades que são realizadas dentro desse SPA.

### **SPA Med Sorocaba**

**Localização:** Sorocaba

Programa oferecido:

- Consultas Médicas: Cardiologia, Clínica Geral, Cirurgia Plástica, Dermatologia, Endocrinologista, Fisioterapia, Ginecologia, Medicina Estética, Medicina do Sono e Psiquiatria.

- Avaliações Multidisciplinares: Avaliação Física, Avaliação Fisioterápica, Avaliação Estética e Avaliação Nutricional.

- Check-up: Bioimpedância (Avaliação Corporal), Eletrocardiograma de Repouso, Espirometria, Teste de Flexibilidade e Teste de Resistência.

- Exames Laboratoriais: Ácido Úrico, Cálcio, Colesterol Total e Frações, Creatinina, Glicemia, TSH, Hemograma, Potássio, Triglicérides, Protoparasitológico, T4 Livre e Urina Tipo 1.

- Atividades Físicas: ABS, Aero Boxe, Aero Cardio, Alongamento, Caminhada Aquática, Caminhada



Fotos da área de lazer com piscinas, quadra, campo, sala de ginástica e galeria de artes

Fonte: [www.spamed.com.br](http://www.spamed.com.br)

Interna, Caminha Externa, Circuito Local, Dança, Local Express, Hidroginástica Light, Hidroginástica Power e Step.

- Atividades Recreativas: Aulas de Dança, Aulas de Pintura, Yoga, Tai Chi Chuan, Gincanas Culturais, Torneios de Baralho, Bingos, Jantares Temáticos, Festas Temáticas, Shows Musicais, Luau, Discoteca, Leilão de Artes, Cinema e Teatro.

Em relação a tipologia de SPA Med, será citado apenas o exemplo acima apresentado, uma vez que é o maior e mais completo SPA desse tipo encontrado no Brasil.

Em seguida, será exemplificado como uma tipologia de SPA pode se unir a outra, se aproveitando de características de ambos para criar um espaço diferenciado.

### **2.9.2.3 Medical SPA Day**

#### **Golden SPA**

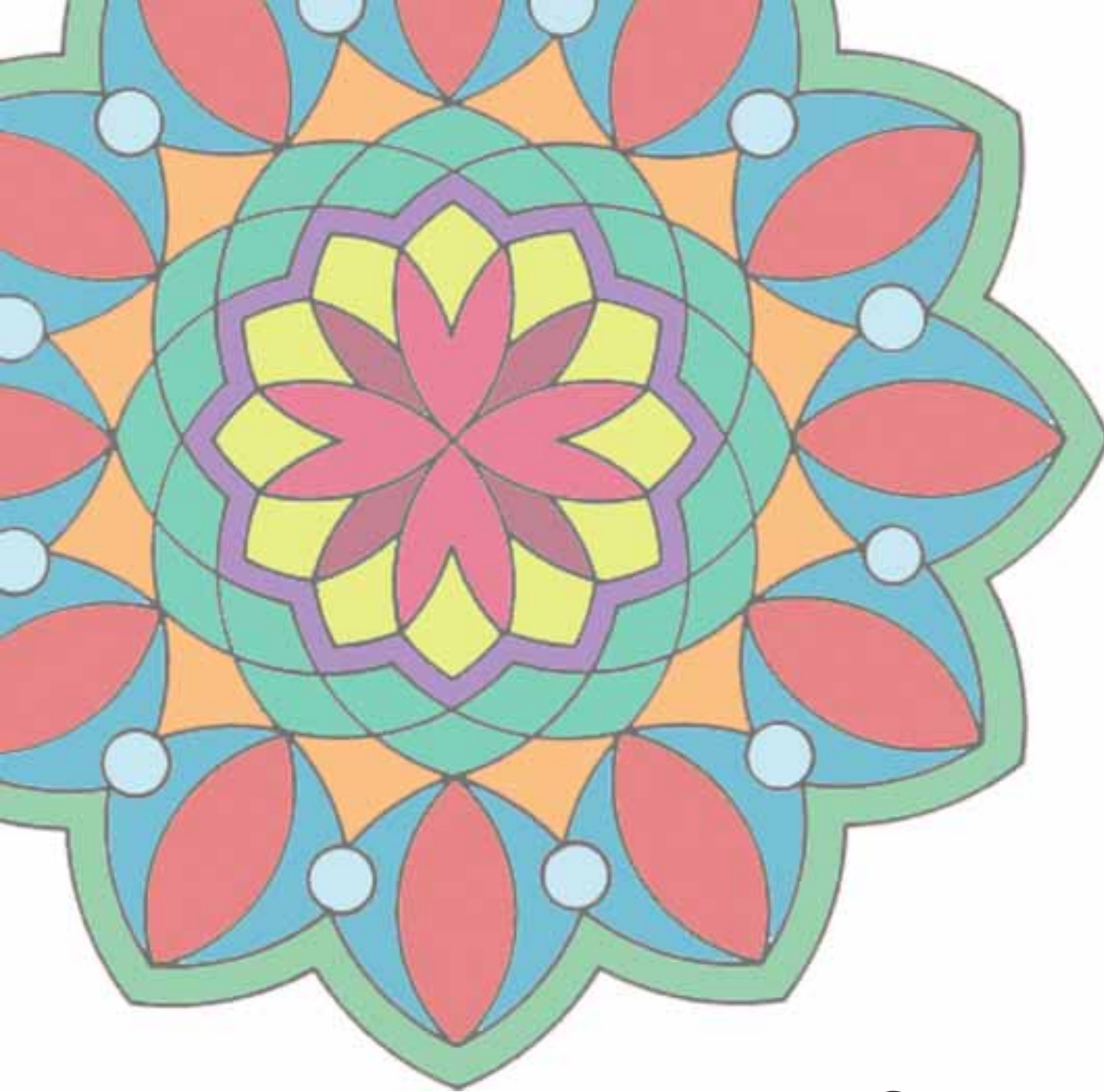
**Localização:** Brasília, ao lado do Palácio da Alvorada.

Programa oferecido: além dos tratamentos estéticos e corporais, oferece uma grande variedade de exames e check-ups, fisioterapia reabilitativa através de pilates, RPG, massagens terapêuticas e demais técnicas diferenciadas, além de diversos profissionais para acompanhamento médico, como nutricionistas, médico ortomolecular e dermatologista, fisioterapeuta e psicólogo.

Esse SPA reúne características de Day SPA e SPA Med por oferecer diversos tratamentos com acompanhamento médico, que não exigem, entretanto, que o paciente se hospede ali por um tempo, mas que apenas frequente o espaço alguns dias na semana.



Fonte: [www.goldenspa.com.br](http://www.goldenspa.com.br)



Caracterizando o Projeto





A divisão acima citada, visa a melhor forma de atendimento aos pacientes, além de separar por áreas, atividades específicas, voltadas unicamente ao público adulto, a fim de que cada uma aconteça em um local adequado sem que haja interferência externa.

Os blocos citados receberam as seguintes denominações:

- Prédio central
- Hospital Dia
- Bloco de salas para atividades
- Área Fitness
- Área das piscinas
- Área esportiva

No projeto, serão bastante valorizadas as áreas verdes como espaço de convívio e relaxamento, estando sempre integrada às construções, que estarão sempre dispostas de forma que a vegetação possa fluir entre elas. Essa área verde constará de bosques para caminhadas e atividades ao ar livre, praças de convívio e jardins.

Apesar da separação das áreas por interesses, alguns espaços podem ser utilizados coletivamente, até pelo fato de que muitos terão horários determinados de funcionamento. Entre esses espaços de uso coletivo, pode-se citar a área verde externa de lazer e seus elementos que serão abaixo citados, restaurante e auditório. Algumas aulas, como de artes em oficinas de criação também podem abranger frequentadores de todo complexo, assim como os espaços destinados a atividades físicas como yoga, pilates e exercícios aeróbicos. Já outras atividades que envolvem formação de grupos já são indicadas que sejam feitas de forma separada, uma vez que é mais recomendada a troca de experiências entre pessoas que se encontrem em situações semelhantes, e até pelas mesmas se sentirem mais à vontade nessas situações. Essa teoria de separação é reforçada pelos próprios projetos de Hospital Dia encontrados, que são totalmente voltados para doenças psiquiátricas, não atendendo nenhum outro tipo de público dentro desse espaço.

Vale ressaltar que todo o projeto é adaptado aos portadores de deficiência física, sendo que as diferenças internas de níveis nos blocos são mínimas e totalmente transpostas sem dificuldades, e a parte externa do complexo é toda resolvida em rampas, com inclinação máxima de 6%. A questão da acessi-



bilidade é muito importante para pacientes em tratamento por stress pós-traumático, onde muitas vezes sofreram algum tipo de acidente que ocasionou perda temporária ou permanente de algum movimento do corpo.

Segue abaixo descrições mais detalhadas de cada bloco do complexo, incluindo suas funções e programa.

### **3.1 Prédio Central**

Esse prédio tem como objetivo ser o elemento de ligação entre os demais prédio e também a principal porta de entrada para o complexo, exercendo dessa forma, maior controle sobre quem frequenta o espaço.

Por ser o “portal” do complexo, existem nesse prédio algumas áreas de espera e descanso para os acompanhantes. Essas áreas se encontram tanto internamente, em locais próximos à recepção, servindo também como foyer do auditório e espera para quem aguarda ser atendido na recepção, como externamente, em um jardim localizado em área mais reservada, ao lado do acesso do Prédio Central para Área Fitness e Piscinas.

Localiza-se também nesse prédio, áreas abertas ao público, que são o restaurante, espaço deverá proporcionar alimentação saudável tanto para quem está no espaço tanto quanto para a população que lá desejar ir, e o auditório, sendo este totalmente adaptado aos portadores de deficiência física e obesos, além de possuir uma arquibancada externa para apresentações ao livre com acesso ao palco interno. De acordo com as informações dadas pelo psiquiatra Evandro L. Borgo, o auditório é um espaço muito importante, pois pode ser utilizado para palestras e também apresentações que possam ser oferecidas como atração para os pacientes e também para apresentações montadas pelos próprios;

Neste bloco concentra-se toda parte de administração geral do complexo e área de serviço geral, equipada com lavanderia totalmente equipada para atender todas as necessidades do complexo que não podem ser satisfeitas apenas pelos DMLs que são encontrados em todos prédios da área, além de área de apoio aos funcionários, com vestiários equipados com armários, refeitório e área de descanso externa.

A iluminação da parte administrativa é feita através de aberturas voltadas para um jardim interno,



que além de luz, proporciona também visão agradável para quem se encontra na área de espera.

### **3.2 Área Fitness**

O SPA que unirá conceitos de Day SPA e SPA Med, visará atender pessoas que apresentam stress em menor nível de intensidade, onde massagens e atividades relaxantes, dentre elas banhos terapêuticos, podem ser instrumentos utilizados em sua melhora. Esse espaço oferecerá algumas atividades-aula, como, por exemplo, aulas de yoga, pilates e exercícios aeróbicos e também relaxamento, sendo que todas atividades terão como objetivo não só a melhora imediata do estado de stress, mas também a manutenção desse estado.

Para a realização dessas atividades-aula, foram propostas três grandes salas separadas por portas de recolher, proporcionando um espaço ainda maior conforme a necessidade, além de um deck externo que se abre para um quiosque com capacidade para receber qualquer uma das aulas propostas.

Os banhos e massagens ocorrerão não apenas em salas internas, como também em uma área externa especialmente reservada para tais atividades relaxantes. A idéia é propor um espaço diferenciado, onde o usuário se sinta totalmente envolvido pela natureza do local.

Há também a parte de controle de entradas nesse bloco que é a recepção, onde também é realizada a parte administrativa com almoxarifado como instrumento de auxílio e organização. Encontra-se também nessa parte de serviços o DML, onde é realizada a manutenção e preparada a limpeza do local.

### **3.3 Piscinas**

O bloco das piscinas pode ser considerado por um lado, como prolongamento da Área Fitness, uma vez que os freqüentadores podem aí realizar atividades físicas, como esportes aquáticos – natação e hidroginástica – e também relaxantes na área do SPA coletivo, que nada mais é que uma piscina de pouca profundidade com jatos de água e hidromassagem para aliviar as tensões. Ou seja, este bloco e o bloco anteriormente apresentado possuem funções semelhantes, porém por apresentarem configura-



ções diferentes e pela grande necessidade de uso dos vestiários em ambos os espaços, os blocos foram separados a fim de oferecer maior conforto e tranquilidade aos usuários.

Assim como nas outras áreas, o prédio das piscinas apresenta também a parte de recepção e espera e o DML para suprir as necessidade de serviços do local.

Em relação à acessibilidade do usuário, o bloco não é apenas inteiramente adaptado, como também possui piso antiderrapante em suas áreas molhadas, de modo que não ofereça riscos e dificulte a locomoção pelo espaço.

Pensando na iluminação e ventilação, a areada recepção possui janelas em três de suas quatro superfícies, porém na fachada oeste são mais baixas, próximas ao solo, de forma que o excesso de luminosidade não incomode os usuários. Já na área das piscinas, além do anteparo existente externamente e da janela ser baixa tudo devido a orientação solar, este tipo de abertura proporciona vista mais agradável do jardim externo para quem se encontra dentro das piscinas ou do SPA.

### **3.4 Hospital Dia**

Este espaço visa atender a todas pessoas que desenvolveram qualquer tipo de doença que pode ter entre suas causas o stress, como, por exemplo, depressão e síndrome do pânico, que apesar de graves, não se incluem na lista de males que exijam internação, principalmente após a reforma psiquiátrica.

O espaço será tratado de forma que seja importante fator no auxílio da melhora e reabilitação dos pacientes, através do uso das idéias apresentadas pelo movimento de humanização dos ambientes de saúde, como uso de cores e luz adequadas à percepção positiva de cada espaço. No caso da luz, prioriza-se o uso de luz natural com grandes aberturas e com agradável vista externa em todos os ambulatórios.

A idéia do contato com a área externa nesse bloco, assim como já observado na Área Fitness e Hospital Dia, é fazer com que todo o complexo seja permeado pelo verde, que é observado como importante fator de projeto em muitas obras já existentes, devido à influência positiva que o contato com o verde tem sobre o indivíduo.



A parte ambulatorial contará com consultórios para as seguintes especialidades: psicologia, psiquiatria, odontologia, nutricionista e fisioterapeuta, sendo que para os profissionais dessas áreas foi proposta uma área privativa de descanso, que é a sala dos funcionários, com copa, área de estar e banheiros.

A parte administrativa desse bloco tem ligação com essa mesma área do prédio ao lado, que é o bloco de salas para atividades, uma vez que os pacientes que frequentam este bloco foram na verdade encaminhados por profissionais do Hospital Dia, sendo importante, portanto, que o controle de pacientes de ambos os espaços tenham conexão.

Seguindo as sugestões feitas pelo psiquiatra Evandro Borgo e pelo médico infectologista Domingos Meira, diretor do Hospital Dia da cidade de Botucatu, é importante que haja um local destinado à parada de ambulâncias, devendo ser uma área de fácil acesso à saída. Essas emergências não são frequentes em hospitais dia psiquiátricos, porém sempre é bom que haja para prevenção.

O Hospital Dia só pode ser acessado através da passarela que tem início no prédio central ou no bloco das salas para atividades, não possuindo acesso direto para quem se encontra nas vias do complexo. Essa foi uma medida tomada visando maior controle de entrada na área.

### **3.5 Salas para atividades**

Nos hospitais dia analisados, essa parte de Salas para Atividades, criadas a fim de proporcionar momentos de lazer e distração para os pacientes, está sempre ligada ao corpo do hospital, ou seja, é sempre parte dele. Porém analisando a função de cada um dos espaços, decidiu-se por separá-los, proporcionando assim, maior privacidade para os frequentadores do hospital, fazendo deste também, um local mais tranquilo. Para manter a idéia de continuidade dos espaços, procurou-se uniformizar a volumetria e materiais utilizados nesses blocos. O único volume que se destaca é a biblioteca, localizada próxima às salas de atividades, apresentando estrutura em madeira com fechamento em vidro, utilizando alvenaria apenas na face oeste. A cobertura dessa área também se diferencia por apresentar a configuração borboleta, diferentemente do restante dos prédios, que se utilizam de platibandas com telhados metálicos ou laje. Essa diferenciação ocorreu propositalmente para destacar esse local que tem função



bastante diferente dos demais espaços.

As salas propostas são áreas onde o paciente pode freqüentar em apenas algum período do dia, assim como também pode passar todo seu dia lá, recebendo todos os cuidados e tratamentos necessários para sua melhora, realizando então o que se chama de terapia ocupacional.

Um item importante é que mesmo que o espaço priorize o encontro e convivência dos pacientes, é importante também lhes apresentar a opção de um espaço onde possam permanecer em momentos que desejarem privacidade ou até mesmo isolamento. Esses momentos são comuns em pessoas principalmente em início de tratamento, e o espaço para atendê-las não precisa ser fechado, basta que seja um nicho onde fique claro que ali é um espaço privado quando ocupado por alguém, criando uma barreira mesmo sendo invisível, ou seja, um espaço que seja um território temporário. Esses espaços podem ser observados nas áreas externas, onde ao mesmo tempo em que existem quiosques que oferecem espaços para convivência, por outro lado existem também áreas de descanso individuais, como, por exemplo, bancos espalhados pelos caminhos.

Esse bloco pode ser acessado não apenas por quem está na passarela que tem início no prédio central, como também por uma entrada que se abre para uma das vias do complexo.

### **3.6 Área de lazer e esportes**

Essa área visa atender a demanda das atividades esportivas do complexo, com exceção das aquáticas, atendidas pelas piscinas.

Na área coberta pela laje, cujos pilares se apóiam sobre a laje dos vestiários, se encontram o salão de jogos e uma área comum de espera para quem deseja utilizar as quadras ou campo, ou até mesmo para descansar. Há um deck descoberto na continuidade do salão acima citado com vista para a parte posterior do terreno e a mata nativa.

Essa área é dividida em três níveis, sendo o mais alto ocupado pelo campo e arquibancada, o bloco edificado com vestiários no nível mediano e as quadras no nível mais baixo. O acesso é feito não apenas por escadas, mas por rampas com inclinação de 6% visando a acessibilidade.

Em uma das extremidades do campo há um estacionamento que visa atender pessoas que quei-



ram chegar ao complexo e se dirigir direto ao campo sem acessar a parte interior dos edifícios, uma vez que esse espaço também pode ser locado para eventos, gerado dessa forma renda para o complexo.

### **3.7 Conceitos utilizados no projeto – Arquitetura Bioclimática**

Ao longo de todo processo de criação do projeto, tomou-se o cuidado de utilizar os conceitos pregados pela Arquitetura Bioclimática, que consiste em desenhar os edifícios levando em consideração o clima do local, a orientação solar e a direção dos ventos, com o objetivo de obter conforto térmico e luminoso nos edifícios reduzindo o consumo de energia, uma vez que a iluminação é responsável por 30 a 50% da carga elétrica de uma edificação. (Fonte: <http://ecoarkitekt.com>).

A programação arquitetônica e um projeto que visa o uso racional de energia, desempenha um papel fundamental não apenas na busca de eficiência energética, mas também no aprimoramento de um recurso natural abundante em um país tropical como o Brasil, que repercute na qualidade do projeto enquanto adaptado a uma característica local.

A iluminação é um fator muito importante a ser considerado em uma edificação, pois quando sua intensidade é inadequada pode reduzir e dificultar o desenvolvimento das atividades assim como provocar perturbações e fadiga visual, ofuscamento, dores de cabeça, complicações no sistema nervoso e até mesmo variações na produtividade (Fonte: [www.dee.ufrj.br/lafae](http://www.dee.ufrj.br/lafae)). Seus efeitos nocivos não se relacionam apenas aos aspectos quantitativos (nível mínimo de lux por atividade), mas também aos aspectos qualitativos.

Nota-se em todo o complexo a presença de grandes aberturas, que proporcionam não apenas maior aproveitamento da luz natural, mas também da ventilação no interior dos edifícios, levando sempre em consideração a orientação solar, para que a luminosidade não excedesse, incomodando o usuário, e utilizando o mecanismo da ventilação cruzada, para otimizar o clima, dispensando o uso de ventilação mecânica.

À seguir, serão apresentados através de exemplos ilustrados por cortes e elevações, como foram utilizados os princípios da arquitetura bioclimática no projeto proposto.



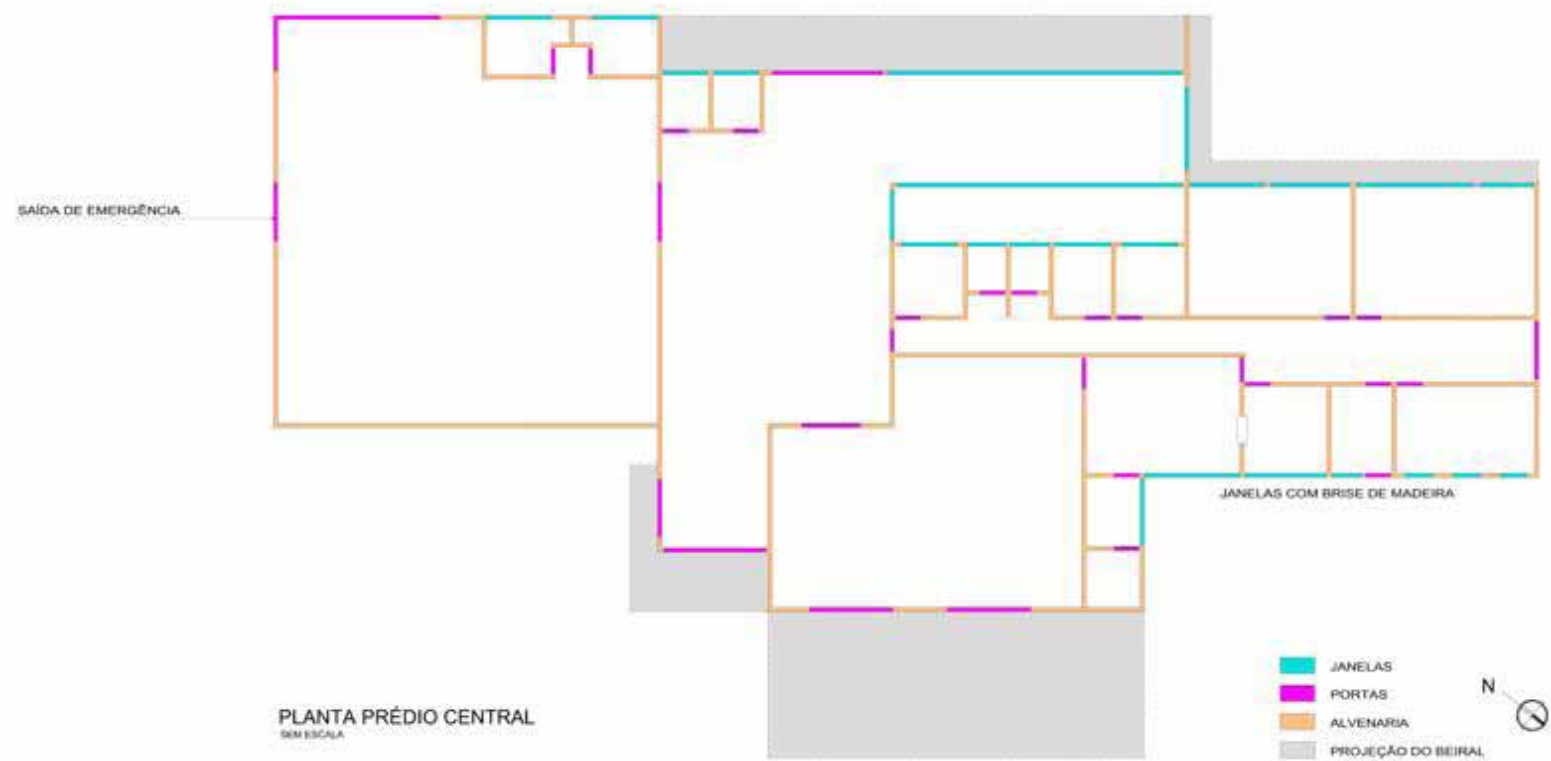
### **3.7.1 Orientação solar / Iluminação:**

Foi tomado cuidado especial com a orientação oeste em todos os edifícios. Alguns mecanismos utilizados foram a colocação de brises de madeira, marquises, beirais e pergolados sobre aberturas para essa orientação. Em alguns pontos onde além de barrar os raios solares desejava-se também barrar a visão, foram instaladas barreiras solares, que consistem em fechamentos com altura de 2,20 m feitos com painéis de madeira e colocados próximos às aberturas, possibilitando que a luminosidade penetre no ambientes, formando, entretanto, anteparo contra os raios solares diretos.

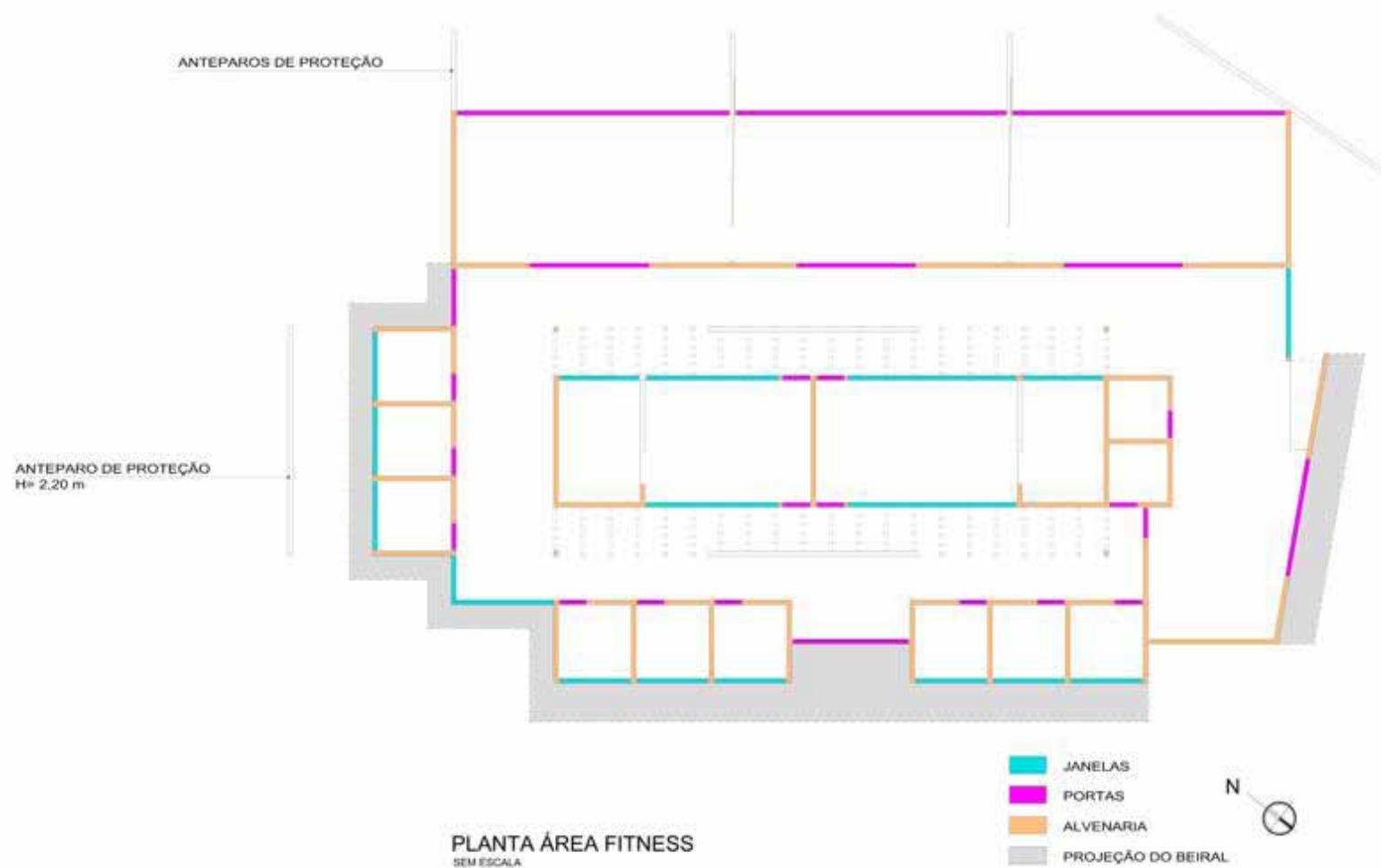
A iluminação natural foi privilegiada em todos edifícios, através de grandes aberturas, panos de vidro e iluminação zenital em alguns pontos. Dessa forma, o objetivo é que a iluminação artificial só seja utilizada no período da noite quando necessário. O anfiteatro é uma exceção, pois necessitará de iluminação artificial em qualquer período do dia.

À seguir, são apresentadas as plantas de cada um dos edifícios indicando todas as aberturas e os mecanismo que foram utilizados para protegê-los da insolação direta principalmente, como já citado, na fachada oeste.

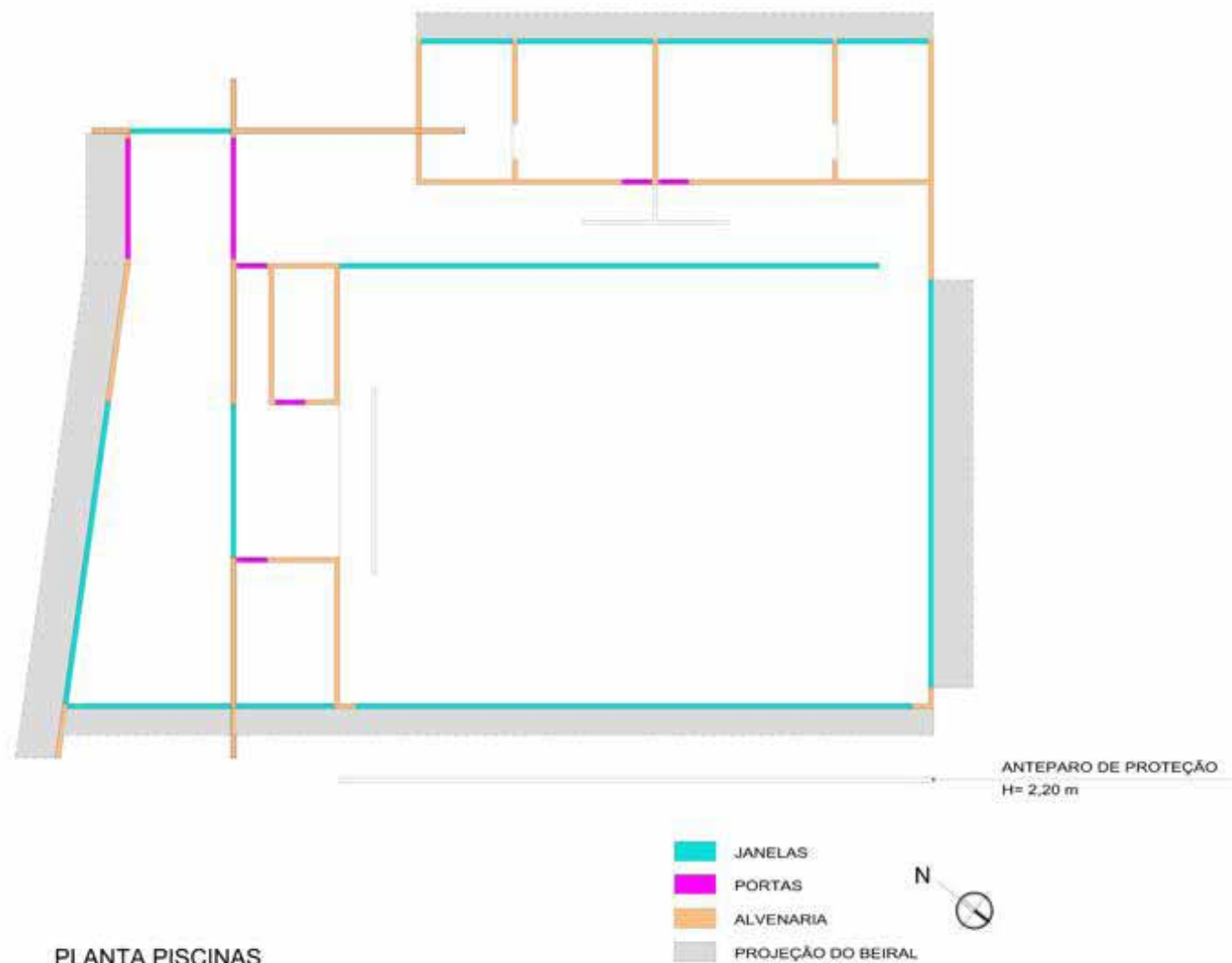
# Prédio Central



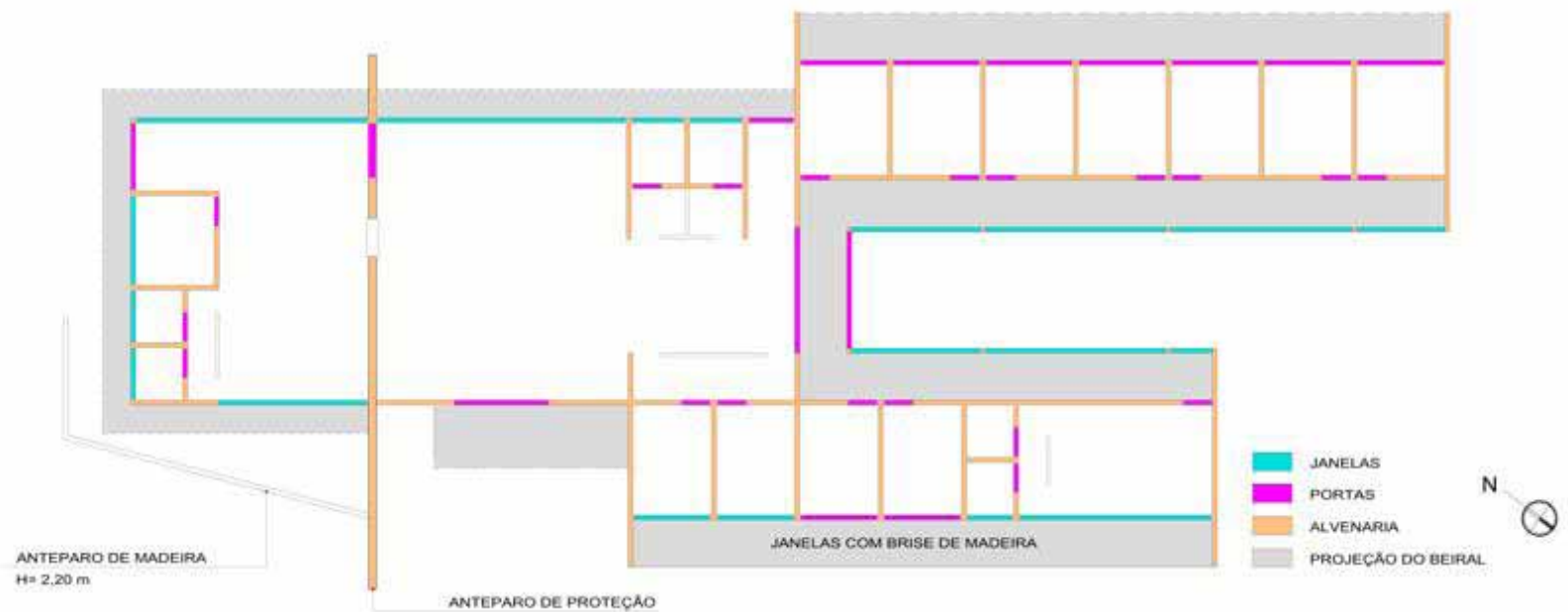
## Área Fitness



# Piscinas



# Hospital Dia

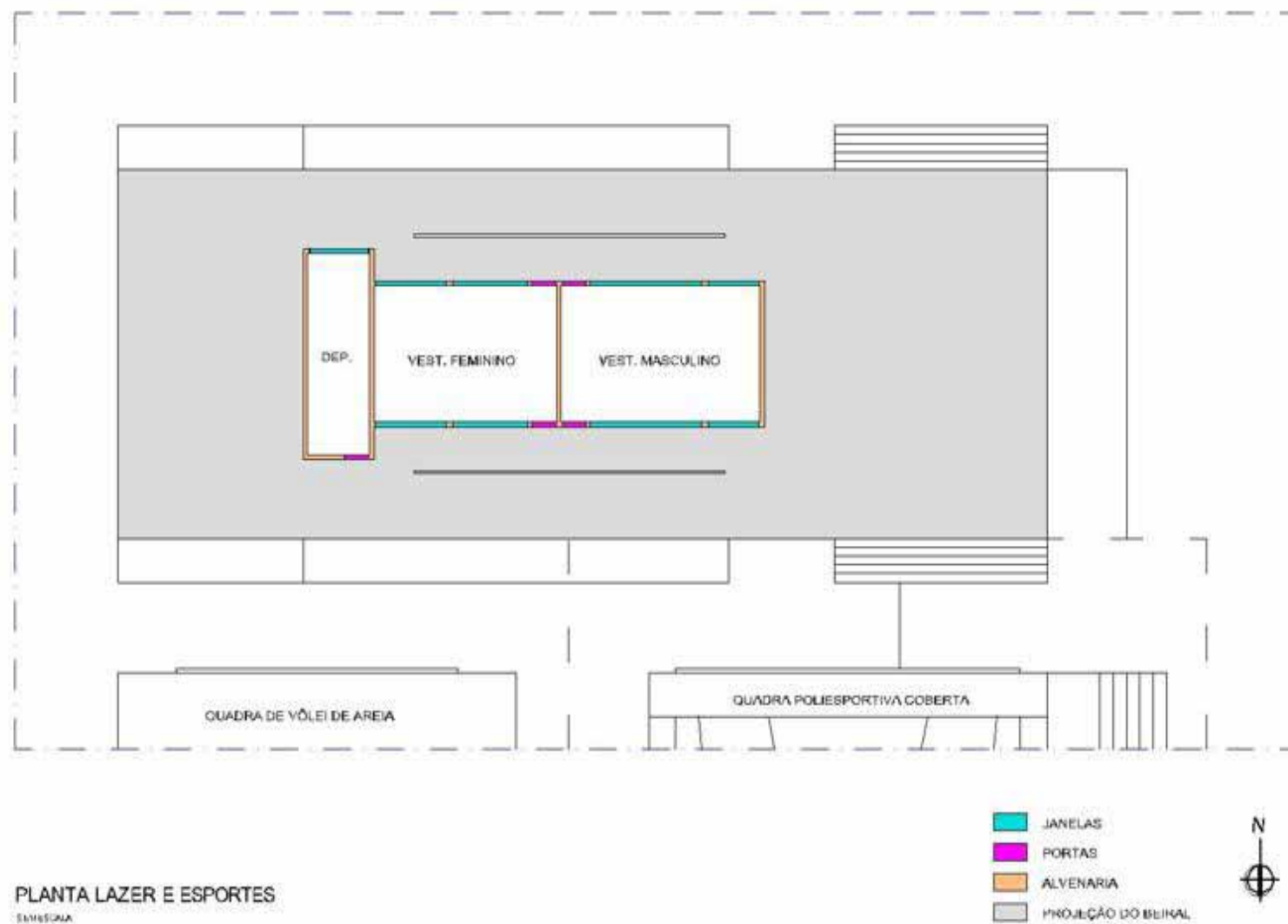


PLANTA HOSPITAL DIA  
SEM ESCALA

# Salas para Atividades



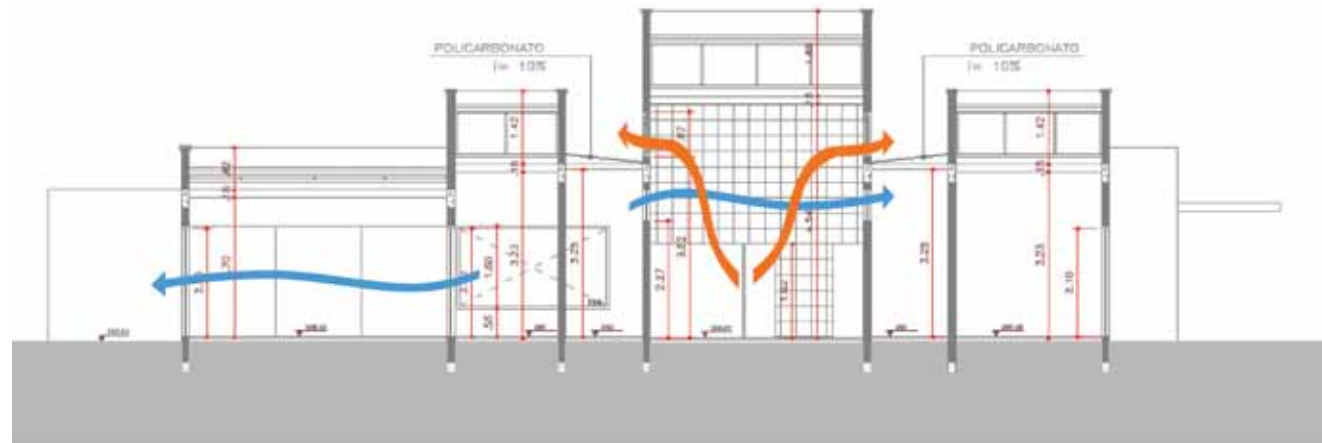
## Lazer e Esportes

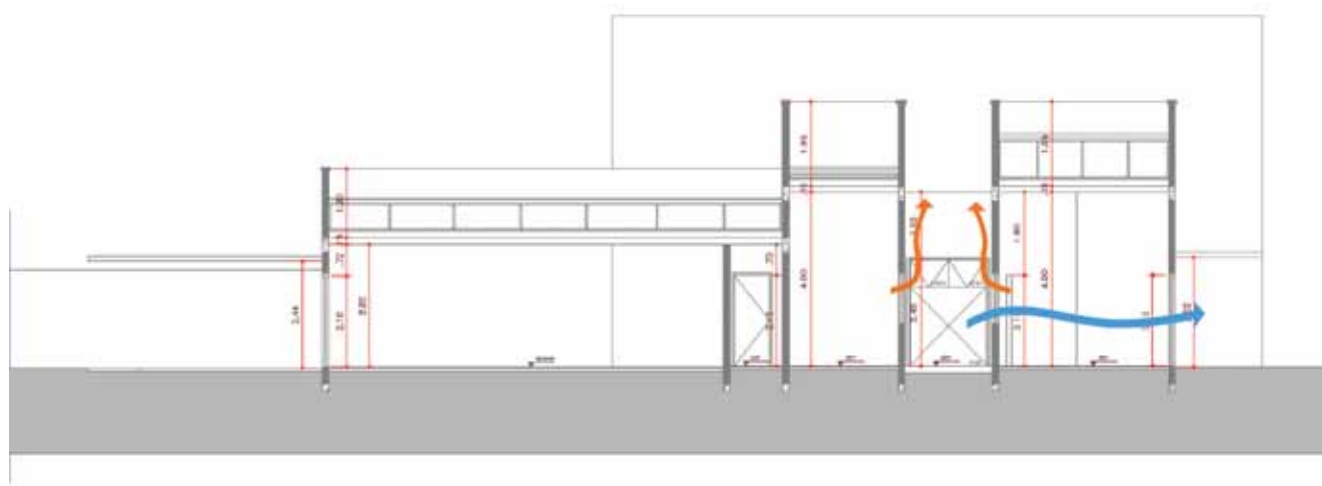


### 3.7.2 Ventilação:

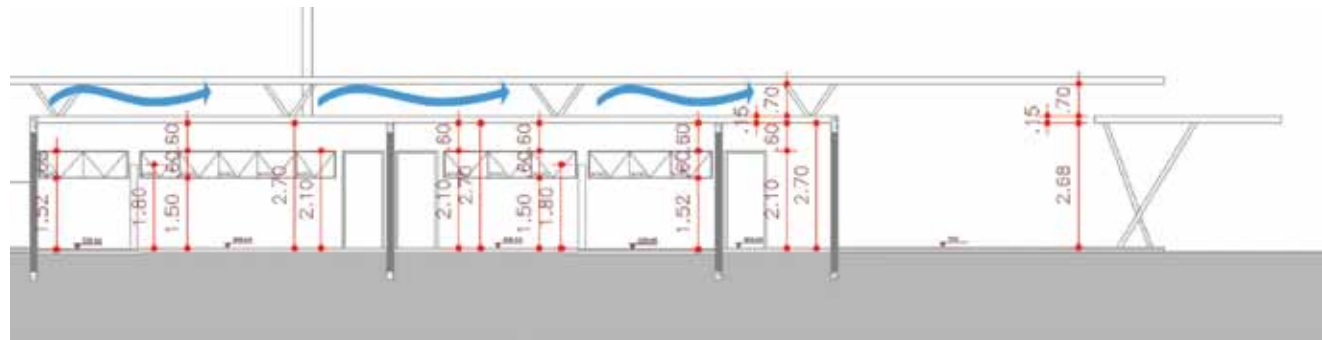
As grandes aberturas também são essenciais para otimizar a ventilação natural em todos edifícios, racionalizando o uso de energia elétrica. O auditório é mais uma vez uma exceção, pois é o único espaço que necessita de ventilação mecânica, por não poder contar com janelas devido ao cuidado com a acústica que o local deve ter.

À seguir, serão apresentados através de cortes do projeto, alguns exemplos de ambientes onde ocorrem ventilação cruzada através de grandes aberturas laterais.



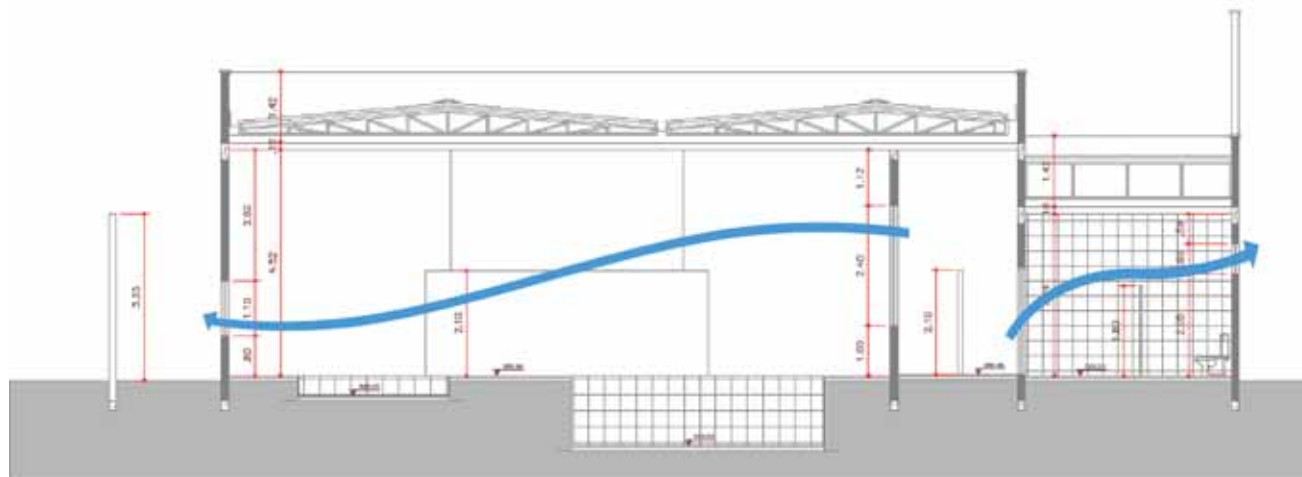


Prédio Central - Corte B sem escala – Ventilação cruzada.



Área de lazer e Esportes - Corte B sem escala – Formação de "colchão de ar".





Piscinas - Corte B sem escala – Ventilação cruzada.

### 3.8 Descrição dos elementos e materiais do projeto

Para a estrutura do complexo em geral, será utilizado o concreto armado, com exceção da biblioteca, passarelas e cobertura da quadra poliesportiva, que terão suas estruturas em madeira laminada colada para se diferenciarem dos demais espaços. Esse tipo de estrutura é composto por várias ripas de madeira coladas que são adaptáveis em diversas formas e suportam grandes cargas, além de serem ecologicamente corretas por poder serem feitas com restos de diferentes tipos de madeira (Fonte: [www.germantimber.com.br](http://www.germantimber.com.br)).

A cobertura sofre algumas alterações, sendo que nos prédios onde ficará oculta por platibandas, ela é feita de telhas de aço galvanizado pré-pintadas na cor branca para maior reflexão da luz solar e recheadas com poliuretano expandido que auxilia não apenas no conforto térmico, mas também no conforto acústico. Nos blocos onde a cobertura é feita por laje exposta, que é o caso do Hospital Dia, Bloco de Salas para Atividades e área de lazer, estas serão impermeabilizadas com manta asfáltica. A biblioteca novamente uma exceção, por receber telha de barro com inclinação de 30% na configuração borbole-

ta, assim com os quiosques externos que também recebem esse tipo de telha, porém fazendo uso de configuração mais comum. Já a cobertura da quadra poliesportiva será feita com telhas de madeira, que suporta baixas inclinações e pode ser fabricada em qualquer dimensão desejada.



Imagem da relha de aço galvanizado com recheio de poliuretano expandido.  
Desenho sem escala.

Em parte da cobertura da Área Fitness e todas as passarelas, serão colocadas telhas de policarbonato alveolar, para permitir a passagem da luminosidade, porém barrando parte do calor, devido aos alvéolos internos que forma uma espécie de “colchão de ar”.

Quanto aos pisos, eles serão prioritariamente cerâmicos nos interiores dos edifícios, já nas áreas externas de circulação e acesso, irá predominar o uso de concreto intertravado nos pisos das passarelas e pisograma nos caminhos para pedestres que circundam todo o complexo.

Os brises propostos em algumas áreas não apenas para proteção contra a luz do sol, mas também para barrar a visão, deverão ser feitos em madeira para ficarem em harmonia com outros detalhes dos edifícios que também receberão este tipo de acabamento.

Os vidros, muito presentes em todo projeto, principalmente nas grandes aberturas, receberão camada protetora onde for necessário para proteção contra luminosidade. O grande uso de vidro proporciona maior contato do usuário com a área externa do conjunto, cumprindo assim a intenção de promover interação e gerar maior conforto visual para quem frequenta o local.

Dando continuidade a idéia de promover interação entre o usuário e a natureza, foram instalados decks de madeira em vários pontos, tanto em praças, área de lazer e spa externo quanto em uma área anexa à biblioteca, destinada para leituras e descanso.

Deverá ser prevista a instalação de boiler não apenas para prover água quente para chuveiros e torneiras, mas também para a área das piscinas. Vale lembrar que outros cuidados especiais que devem ser tomados com as piscinas é em relação ao seu piso, que deve ser antiderrapante e também quanto ao revestimento das mesmas, que deve ser feito em pastilha, aplicada sobre estrutura de alvenaria.

A área esportiva contará com uma quadra poliesportiva, cujo piso é feito em concreto armado e cimentado, uma quadra de areia descoberta e um campo de futebol. O piso da área coberta de vestiários, sala de depósito e espaço aberto para jogos receberá revestimento cerâmico assim como nas demais áreas internas dos outros blocos, porém as rampas e escadas deverão receber piso antiderrapante assim como as bordas das piscinas, prevenindo os usuários de acidentes caso essas áreas venham a molhar por algum motivo.

E finalmente, as pinturas externas das paredes serão feitas com tinta acrílica e suas cores vão varias de acordo com o bloco, seguindo sempre um padrão de relação com o uso que cada um desses blocos têm.

### 3.9 Escolha da área

Para a escolha do terreno para locar o projeto a ser desenvolvido, foram avaliados quatro terrenos situados na cidade de Bauru, analisados quanto à localização, topografia, acesso, tranquilidade, entorno, transporte público e proximidade de um hospital, que segundo o psiquiatra Evandro Borgo, seria um ponto importante para a escolha da área, pela facilidade que teria caso algum paciente precisasse de atendimento de emergência.



Mapa de localização de cada um dos terrenos na cidade de Bauru.

Fonte: [www.googlemaps.com.br](http://www.googlemaps.com.br)



Para cada item foi dada uma nota de 1 a 5, sendo que o terreno que obteve a maior pontuação foi escolhido, por atender melhor às especificações do projeto.

À seguir, a tabela demonstrando os critérios de avaliação:

| Terrenos                   | A         | B  | C  | D  |
|----------------------------|-----------|----|----|----|
| Localização                | 3         | 2  | 4  | 3  |
| Topografia                 | 5         | 3  | 4  | 4  |
| Acessos                    | 5         | 3  | 3  | 3  |
| Tranquilidade              | 5         | 4  | 5  | 4  |
| Entorno                    | 3         | 4  | 3  | 3  |
| Transporte público         | 4         | 1  | 3  | 4  |
| Área Verde                 | 5         | 4  | 2  | 3  |
| Proximidade de um hospital | 5         | 4  | 1  | 1  |
| <b>TOTAL</b>               | <b>35</b> | 25 | 25 | 25 |

### 3.9.1 Apresentação do terreno

À seguir, será apresentado com mais detalhes o terreno A, que melhor preencheu os pré-requisitos acima determinados.

#### •Localização

Um dos pontos fortes do terreno é a localização, pois além de ser uma área tranqüila da cidade, sem o tumulto e movimentação do centro, tem a vantagem de poder ser acessada por duas importantes vias da cidade de Bauru, que são a Avenida Nações Unidas e a Rodovia Comandante João Ribeiro de Barros, também chamada de Bauru-Jaú. Também é contado como ponto positivo o fato de se localizar em frente a um hospital, no caso o Hospital Estadual, item importante em caso de emergência dos pacientes que se encontram na área.



O quadrado roxo indica a localização do terreno escolhido

-  - SORRI – Centro de Reabilitação
-  - Hospital Estadual de Bauru
-  - CTI – Colegial Técnico da Unesp
-  - Núcleo Geisel
-  - Zoológico

## • Zoneamento

Em relação ao zoneamento da cidade, o terreno se encontra em área de consolidação, ou seja, não há nada que impeça o projeto de ser locado nessa área.

A área circulada no mapa de zoneamento é a que abrange o terreno em questão.



## • Vegetação:

O terreno não se encontra em Área de Proteção Ambiental, podendo, portanto, abrigar novas construções. No caso do projeto, o quesito vegetação é de grande importância, e como já citado, será trabalhado de forma a sempre se integrar com a obra.

## • Dimensionamento e Topografia

O terreno possui dimensões de 300 x 350 m, totalizando 105.000 m<sup>2</sup>.

A topografia recebeu pontuação máxima devido a baixa inclinação total, de cerca de 3,5%. A topografia, muitas vezes, é trabalhada de forma a contribuir para o desenho, porém a pontuação dada teve em vista também o fato de que a baixa inclinação facilita a implantação de um projeto que visa ser totalmente acessível aos portadores de deficiência.

O terreno se encontra delimitado pelo retângulo azul.



- **Levantamento fotográfico**

À seguir, serão apresentadas algumas imagens da área escolhida, cada uma acompanhada de sua devida explicação.



Vista da parte superior do terreno (à partir da Av. Nações Unidas).



Vista geral do terreno (à partir da Av. Nações Unidas).



Vista do Hospital Estadual quando observado da parte da frente do terreno.



Vista da Av. Nações Unidas sentido centro, observada do canteiro central em frente ao terreno.



Vista da Av. Nações Unidas sentido Rodovia Bauru-Jau, observada do canteiro central em frente ao terreno.



### **3.9.2 Coleta de dados**

A coleta de dados para realizar o embasamento teórico do projeto fundamentou-se basicamente em pesquisa bibliográfica, entrevista com o psiquiatra Evandro Luiz Borgo e entrevista com o autor do livro “Conversando sobre a Síndrome do Pânico”, Luiz Augusto Keller numa primeira etapa, onde visava-se delinear o projeto como um todo, para a etapa posterior, foi realizada uma visita ao hospital dia da cidade de Botucatu, para que dessa forma pudesse se conhecer um pouco mais desse espaço, assim como suas necessidades, uma vez que não é um tipo de hospital amplamente conhecido pela população em geral.

Para realizar as entrevistas foram formuladas algumas perguntas, porém com o desenrolar da conversa, essas não foram respondidas de forma ordenada, tornando-se complicado sua transcrição. Esse processo de coleta de dados foi de extrema importância para delinear as diretrizes definitivas do projeto, já que, sendo ambos os entrevistados, a proposta inicial era impraticável, uma vez que incluía espaço para internação, método jamais utilizado para pacientes que desenvolvem qualquer doença tendo como causa única ou principal o stress.

O psiquiatra Evandro Borgo expôs todas as formas de tratamento psiquiátrico e a descrição dos ambientes em que se desenvolvem, além de relatar o perfil do paciente de cada espaço. De acordo com sua explicação, foi possível chegar à conclusão de que a tipologia do hospital dia era a mais adequada para atender pessoas que tiveram algum tipo de prejuízo em suas vidas em decorrência do stress.

A coleta de dados do terreno para a primeira etapa do Trabalho Final de Graduação foi feita inteiramente via Internet, através do site da Prefeitura de Bauru, que fornece diversos mapas da cidade, cada um abrangendo um tema, e também a busca de imagens de satélites da área através do programa Google Earth.

#### **3.9.2.1 Estudo de caso: visita do Hospital Dia de Botucatu**

A visita ao Hospital Dia do Campus da Unesp de Botucatu, deu-se, como já dito, com o intuito de tomar maior conhecimento acerca do projeto desse tipo de Hospital.

A obra do Hospital foi concluída no ano de 2004, sendo que sua construção deu-se integralmente

por iniciativa privada, porém seu terreno encontra-se dentro de uma área pertencente ao Hospital das Clínicas de Botucatu, conhecido também como Hospital da Unesp, e todo seu quadro médico é preenchido por professores docentes do curso de Medicina da faculdade citada. Anteriormente à construção do prédio, o Hospital funcionava em uma pequena área do Hospital das Clínicas, área essa inadequada tanto pela localização (em contato com todo stress do grande hospital) quanto pelo dimensionamento insuficiente para comportar tudo o que um hospital dia necessita. Após a construção do espaço, o número de atendimentos anuais a pacientes triplicou.

Dentre as informações coletadas, um dos principais itens, foi a definição que o médico e também diretor do Hospital, Domingo Meira, deu para esse tipo de espaço: Serviço de Ambulatórios Especializados, uma vez que têm característica peculiares, que não possibilitam classificá-lo como um hospital convencional.

O Hospital visitado atende pacientes com os vírus da AIDS e da meningite, porém a observação do seu programa de necessidades em geral, muito auxiliou para a montagem do programa do projeto proposto. Algumas alterações foram feitas, uma vez que o Hospital Dia de Botucatu necessita de uma maior equipe médica que o projeto em questão. Algumas partes do Hospital visitado que chamaram atenção pela sua necessidade também no projeto apresentado são: sala de conforto dos funcionários,



Mosaico desenvolvido por um dos diretores-fundadores da Instituição, e que expressa o ideal de seus criadores e demais pessoas que cooperaram para seu funcionamento.

área destinada a odontologia e também à fisioterapia, auditório e sala específica para terapia ocupacional. Quanto à arquitetura foram observados os corredores largos, as cores claras e o eficiente sistema de ventilação natural, que segundo o doutor Meira, são fatores que fazem do espaço uma área diferenciada, tranqüila e sem stress, além disso, toda área é adaptada aos portadores de deficiência física.

À seguir será apresentado um croqui do Hospital e em seguida algumas fotos da área externa do hospital visitado. Não foram registradas imagens internas ao prédio para preservar a identidade e não incomodar os pacientes presentes no momento.



Imagens da parte frontal do Hospital com o jardim recentemente construído.





Mosaico desenvolvido pelos pacientes com auxílio de uma artista plástica.

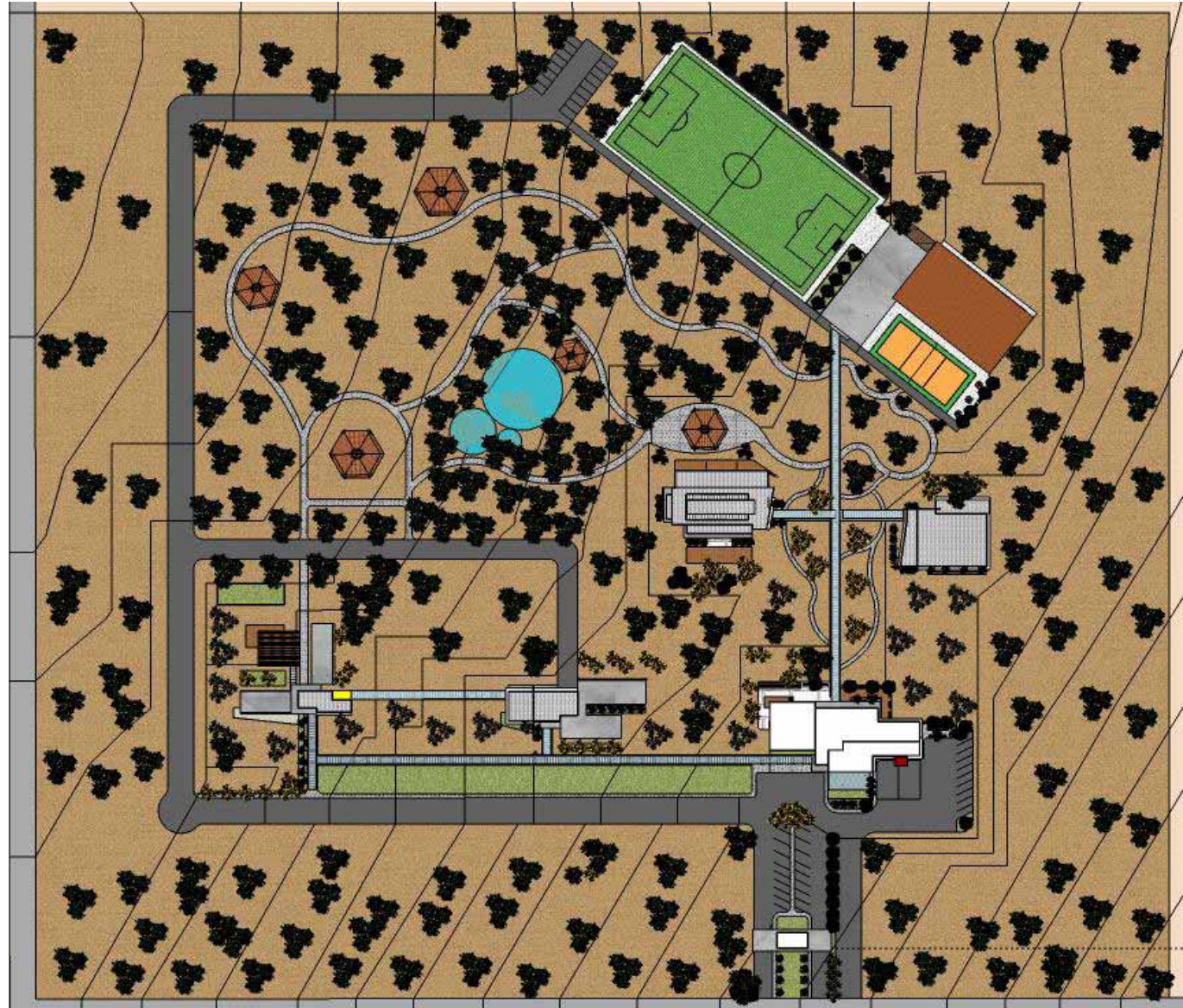


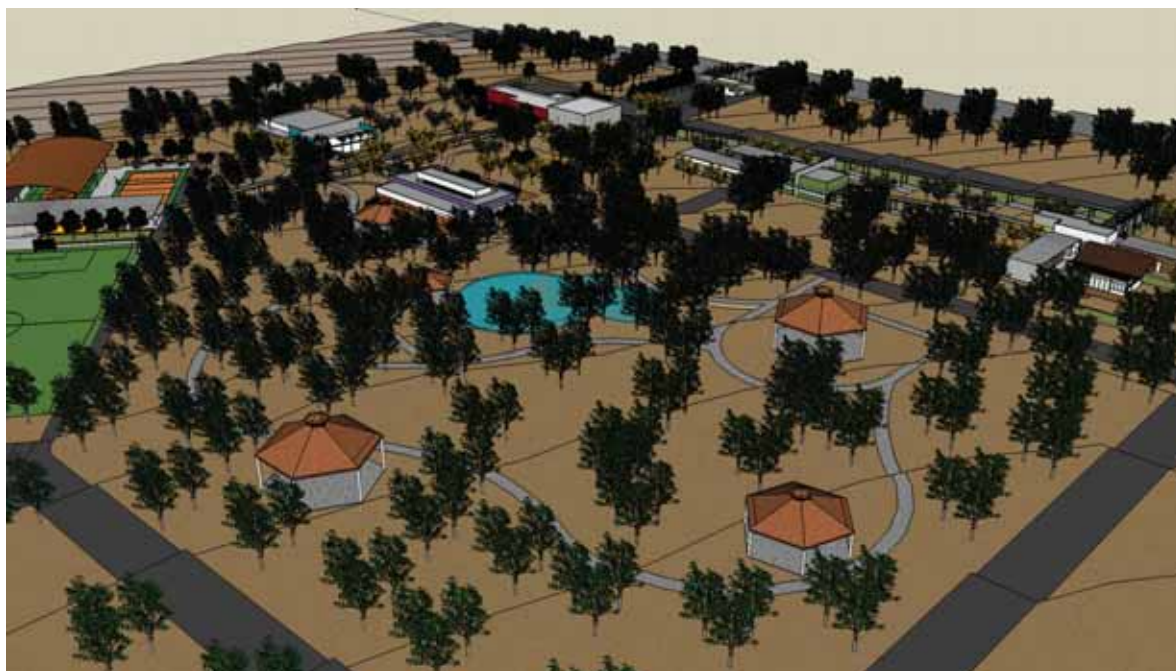
Vista da entrada do Hospital.



Vista da parte dos fundos do Hospital, onde posteriormente será criada uma área para atividades ao ar livre e festas para arrecadar fundos para a Instituição.

### 3.10 Resultados





Uma das razões pela qual o projeto foi localizado no terreno apresentado é a presença da extensa área verde nativa existente.

Os benefícios que a natureza traz para o projeto são diversos, mas os principais para este caso, os que norteiam o projeto, são o conforto visual que ela traz para os usuários, o auxílio ao conforto térmico e possibilidade de propor áreas para atividades externas agradáveis, como, por exemplo, exercícios físicos e também atividades terapêuticas, como uma extensão das salas reservadas para essas atividades em um dos prédios propostos.

À seguir, serão apresentadas algumas imagens gerais de todo o complexo e de suas áreas livres trabalhadas, e a partir dessas imagens, pode-se notar a forte presença do verde e sua importância para o projeto.



# Prédio Central







# Hospital Dia





## Sala para Atividades







## Área Fitness





# Piscinas

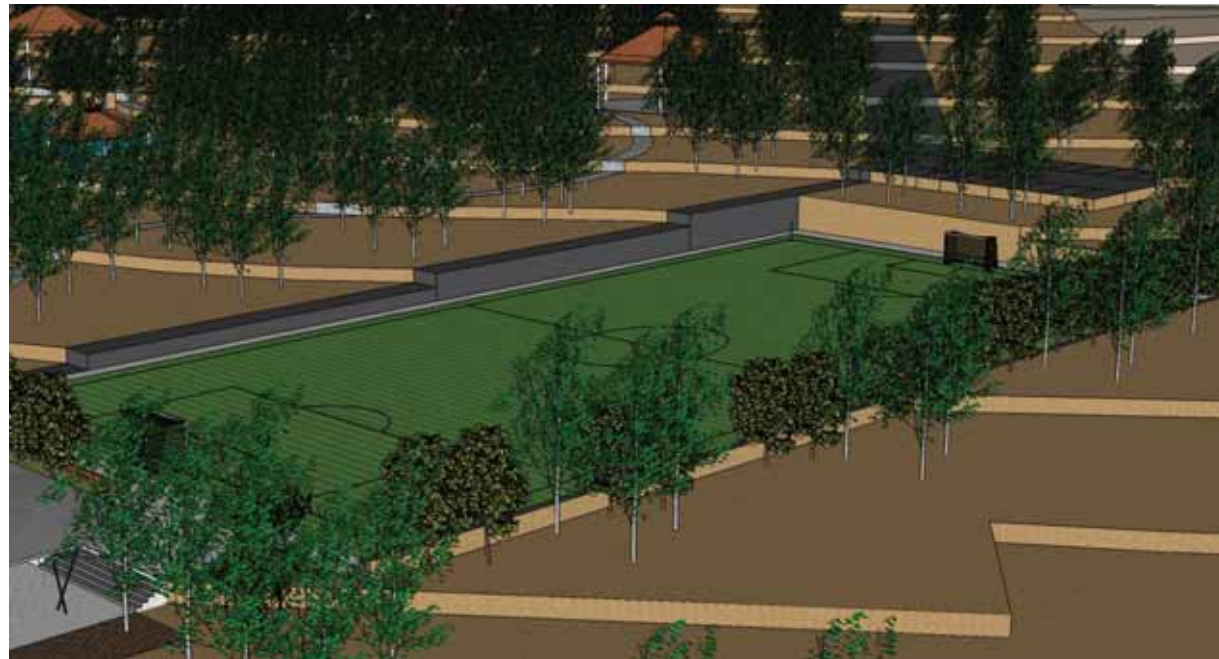


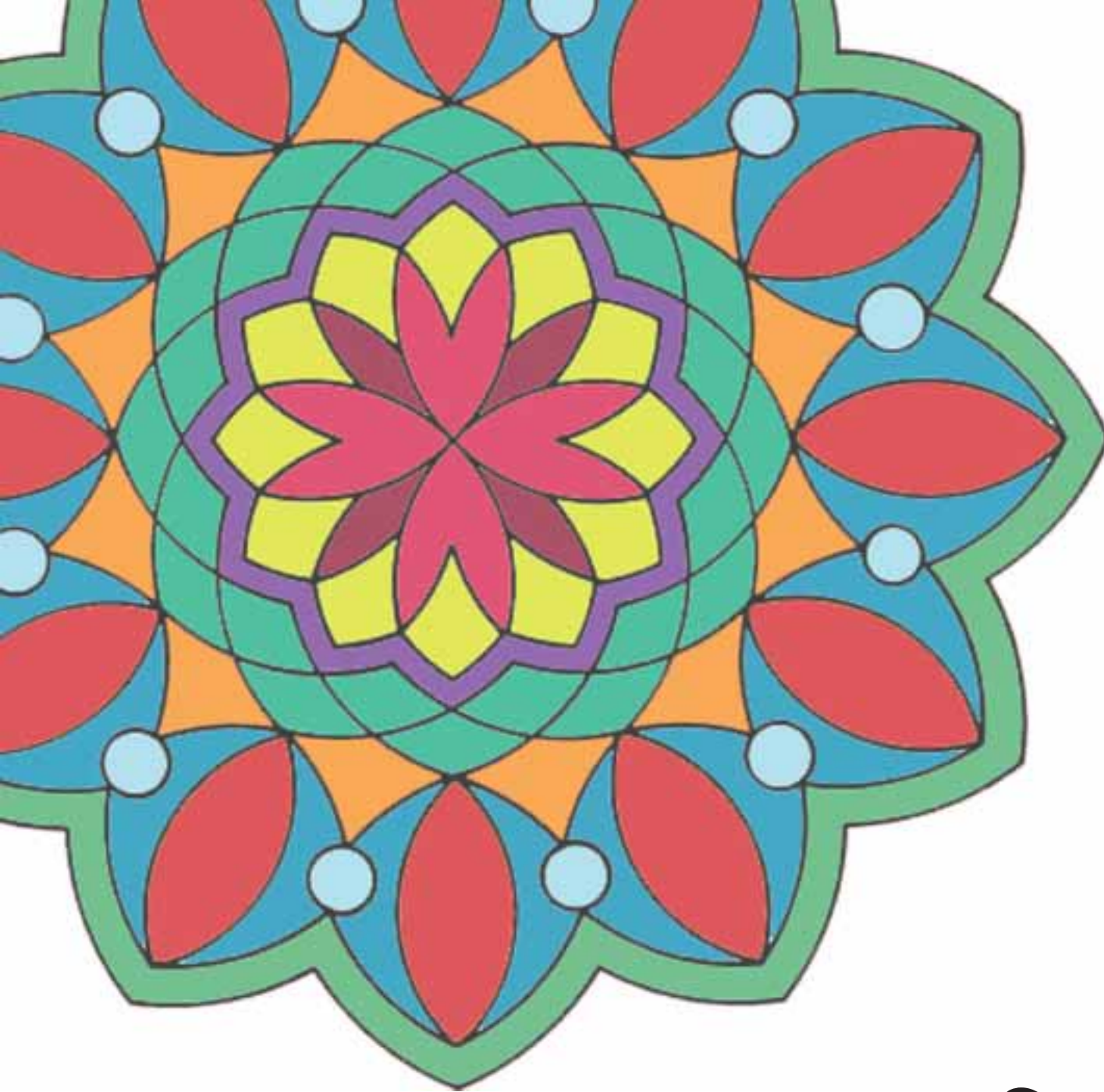


## Área de Esportes e Lazer









Considerações Finais



#### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

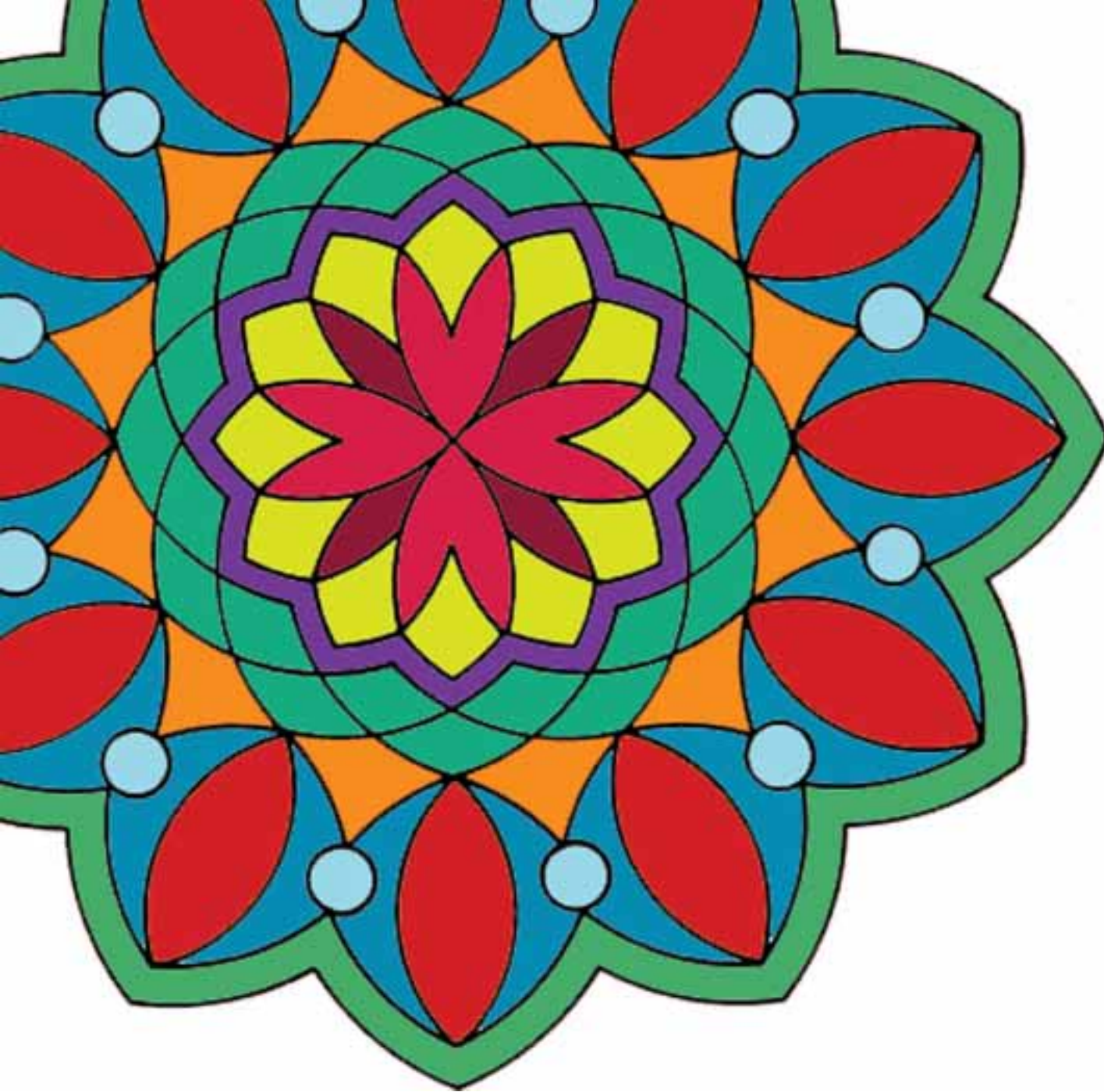
Diante do crescente número de pessoas afetadas de alguma forma pelo stress no Brasil e no mundo, este trabalho, baseado em alguns conceitos da arquitetura bioclimática e da humanização hospitalar, buscou propor ambientes que proporcionassem conforto para os usuários e pacientes do espaço, utilizando a arquitetura como instrumento de auxílio a cura, com ambientes estimulantes e espaços específicos para o tratamento de casa caso em particular.

Essa proposta diferenciada, que une em um complexo estruturas que têm um mesmo objetivo, que é o auxílio e cura para as doenças relacionadas ao stress, mas que geralmente se encontram separadas, como é o caso dos dois principais blocos, que é o SPA, chamado aqui de Área Fitness, e o Hospital Dia. Procurou-se inserir esse complexo em um espaço que apesar de se encontrar inserido dentro da malha urbana, pudesse oferecer ambientes tranquilos, distantes de áreas muito movimentadas e que pudesse também oferecer amplo contato do usuário com a natureza.

Houve grande preocupação, como já citado, com a arquitetura bioclimática. Foram propostas grandes aberturas que auxiliassem não apenas na iluminação, mas também na ventilação natural, através do uso de mecanismo como ventilação cruzada, “colchões de ar” e aberturas zenitais, que funcionam como exaustores, ajudando a repelir o ar quente de dentro das edificações. Em cada abertura, foi estudada sua orientação solar e o que seria necessário, caso fosse preciso, para impedir que uma quantidade desnecessária de luminosidade penetrasse no ambiente, contribuindo para o aquecimento interno. Para atingir esse objetivo, foram utilizados beirais, pergolados e brises onde fosse preciso. Em alguns pontos foram instaladas barreiras de proteção não apenas solar, mas visual.

A abundante área verde, sendo ela nativa ou criada através de jardins e áreas de convivência, contribui também para o conforto tanto térmico no interior dos prédios, quanto visual, criando uma vista agradável aos usuários.

Dessa forma, utilizando os conceitos acima citados, o projeto visa em geral criar um espaço de auxílio as pessoas que são afetadas por esse grande mal dos dias e hoje que é o stress, que causa tantos prejuízos ao dia-a-dia e a vida dessas pessoas, resultando muitas vezes em graves doenças



Bibliografia



## 5. BIBLIOGRAFIA

BITTENCOURT, T. Arquitetura Sanatorial. São José dos Campos: Unida Artes Gráficas e Editora Ltda., 1998.

DADAZIO, C. Projeto de Revitalização do antigo hotel Umuarama em Ribeirão Preto. TFG: Unesp, 2002.

FONTES, M. Imagens da arquitetura da saúde mental: Um estudo sobre a requalificação dos espaços da Casa do Sol. Dissertação de Mestrado, UFRJ, 2003.

GODOY, P. Projeto de um centro de práticas e terapias alternativas / complementares – C.P.T.C. TFG: Faculdades Integradas Dom Pedro II, 2004.

HEIMSTRA, N. W. e McFARLING, L. H. Psicologia Ambiental. São Paulo: EDUSP, 1978.

KELLER, L. A. Conversando sobre a Síndrome do Pânico. São Paulo: Editora Globo, 1996.

LIPP, M. Pesquisas sobre stress no Brasil – Saúde, ocupações e grupos de risco. Campinas: Editora Papyrus, 1996.

MASCARÓ, L. R. Luz, clima e arquitetura. São Paulo: Nobel, 1983.

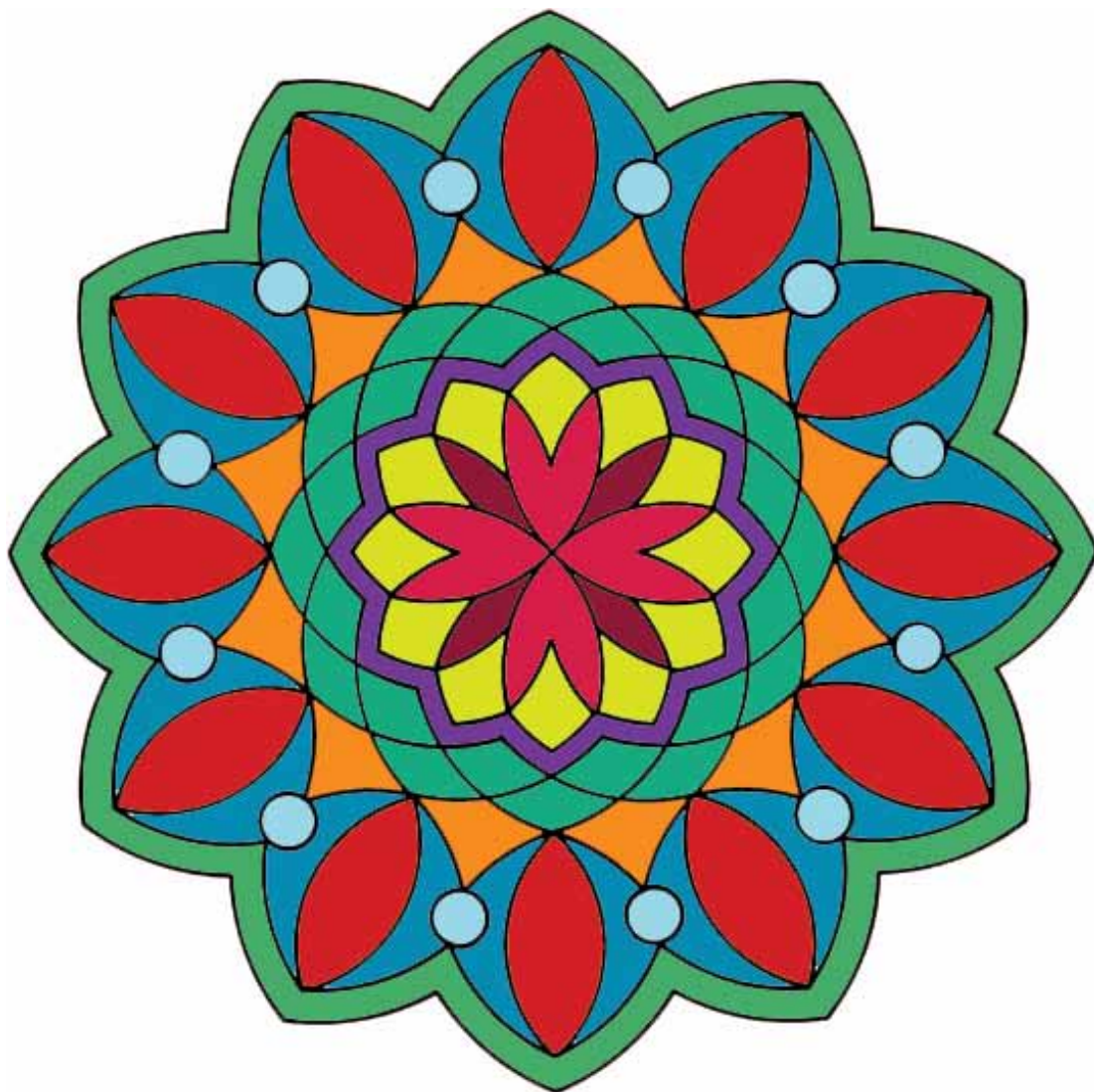
OKAMOTO, J. Percepção ambiental e comportamento. São Paulo: Plêiade, 1996

Revista AU – Outubro 2008. Especial João Filgueiras Lima.



### **Sites:**

- [www.scielo.br](http://www.scielo.br) – Acessado em 15/05/2009.
- [www.psicoterapia.psc.br](http://www.psicoterapia.psc.br) – Acessado em 17/05/2009.
- [www.arcoweb.com.br](http://www.arcoweb.com.br) – Acessado em 17/05/2009.
- [www.goldenspa.com.br](http://www.goldenspa.com.br) – Acessado em 18/05/2009.
- [www.spamed.com.br](http://www.spamed.com.br) – Acessado em 18/05/2009.
- [www.spaaeropoto.com.br](http://www.spaaeropoto.com.br) – Acessado em 18/05/2009.
- [www.olimpiaspaspa.com](http://www.olimpiaspaspa.com) - Acessado em 18/05/2009
- [www.sensesbemestar.com.br](http://www.sensesbemestar.com.br) – Acessado em 18/05/2009.
- [www.acasa.com.br](http://www.acasa.com.br) – Acessado em 18/05/2009.
- [www.bauru.sp.gov.br](http://www.bauru.sp.gov.br) – Acessado em 19/05/2009.
- [ecoarkitekt.com](http://ecoarkitekt.com) – Acessado em 13/10/09.
- [www.dee.ufrj.br/lafae](http://www.dee.ufrj.br/lafae) - Acessado em 13/10/09.
- [www.germantimber.com.br](http://www.germantimber.com.br) – Acessado em 28/10/09.
- [www.ehow.com](http://www.ehow.com) Acessado em 11/11/09.

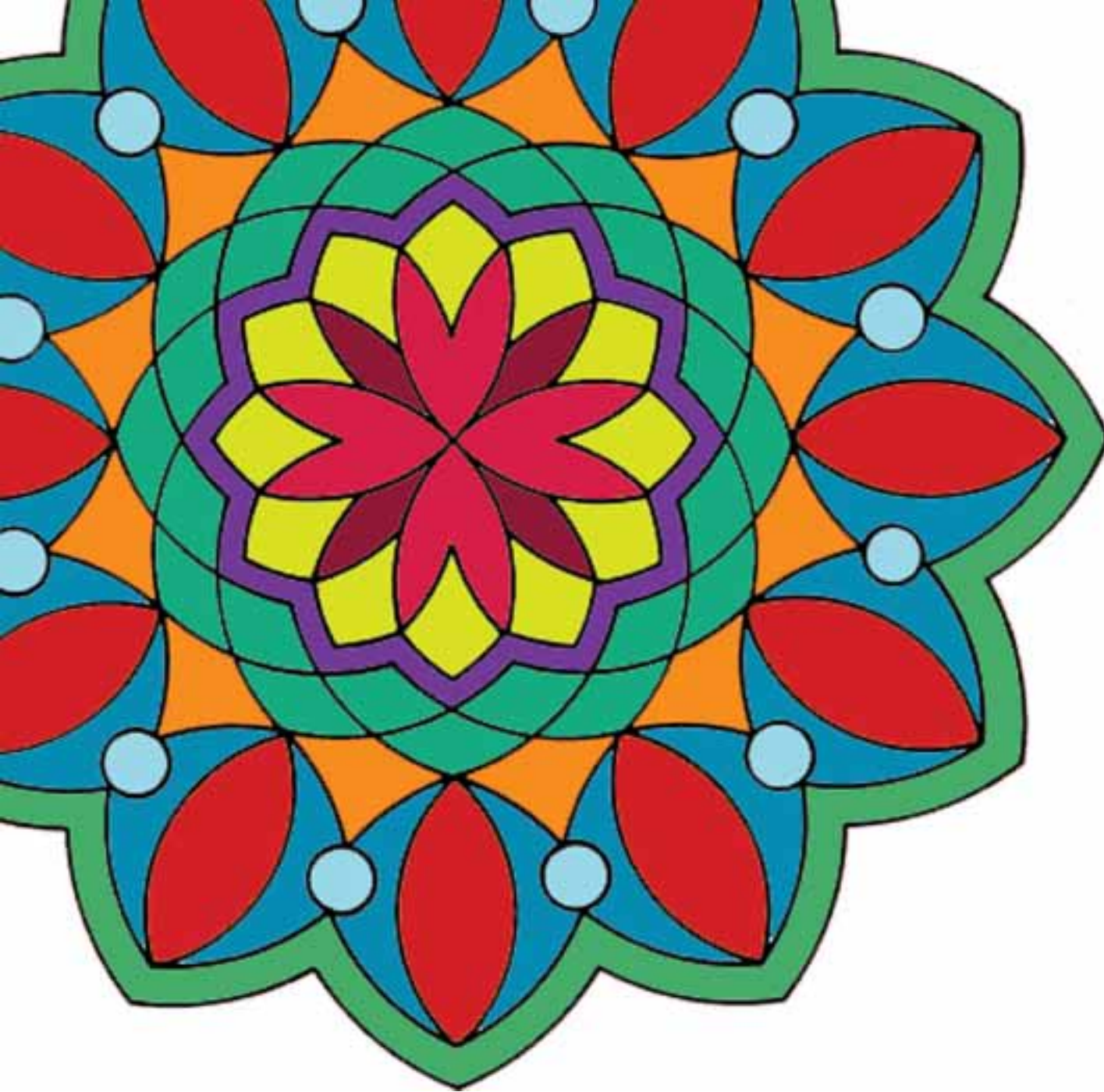


## Mandalas

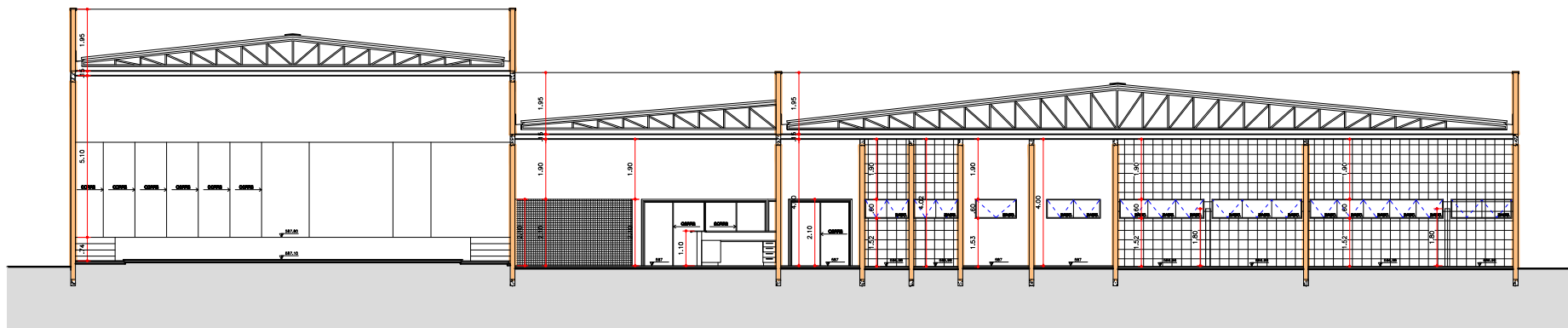
Mandalas são circulares, geralmente simétricas e com centro ou foco definido. Podem ser feitas de papel, mosaico, areia e diversos outros materiais. Muitas mandalas são encontradas naturalmente na natureza, como por exemplo, as flores, flocos de neve e ondas na água.

Desenhar mandalas nos ajuda a nos reconectar conosco mesmos integrando em maior profundidade a parte psicológica. Esse tipo de desenho também é capaz de acalmar e uma mente nervosa, além de ajudar a demonstrar a visão que temos do mundo, nosso senso de ordem, nossos medos e sentimentos. Quando você faz uma mandala, você faz um símbolo pessoal, que mostra o que quem é você naquele momento.

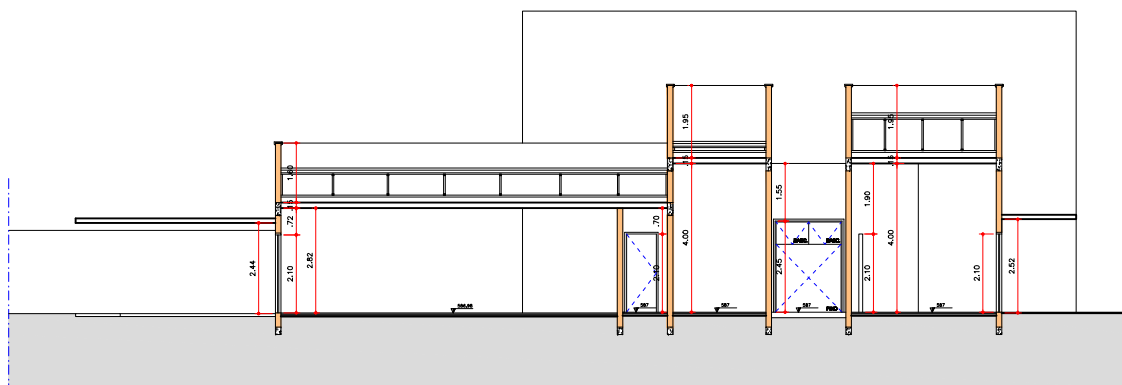
Não existe jeito certo ou errado de desenhar uma mandala e também não é necessário nenhum talento especial.



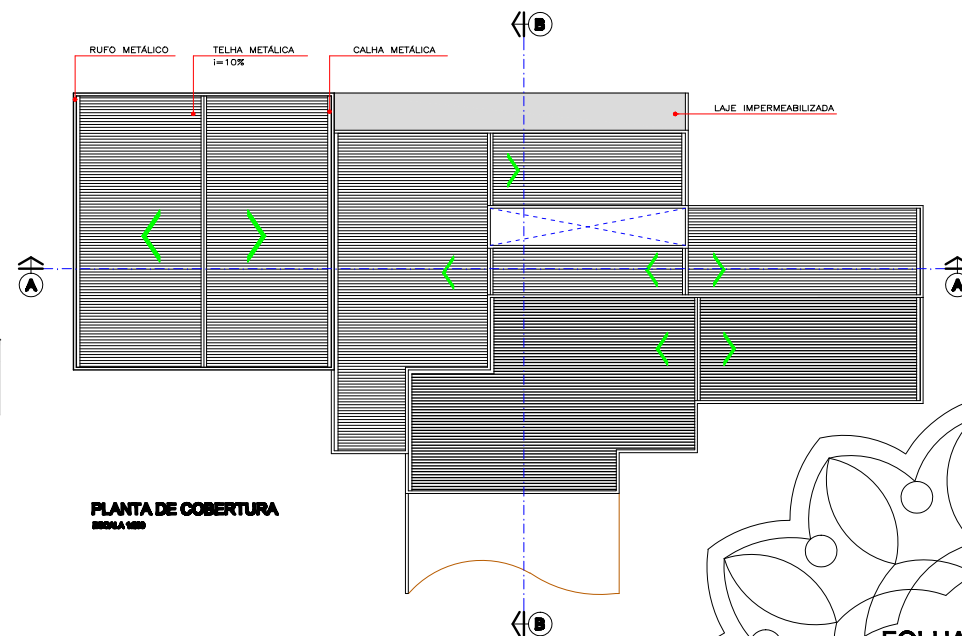
Apêndices



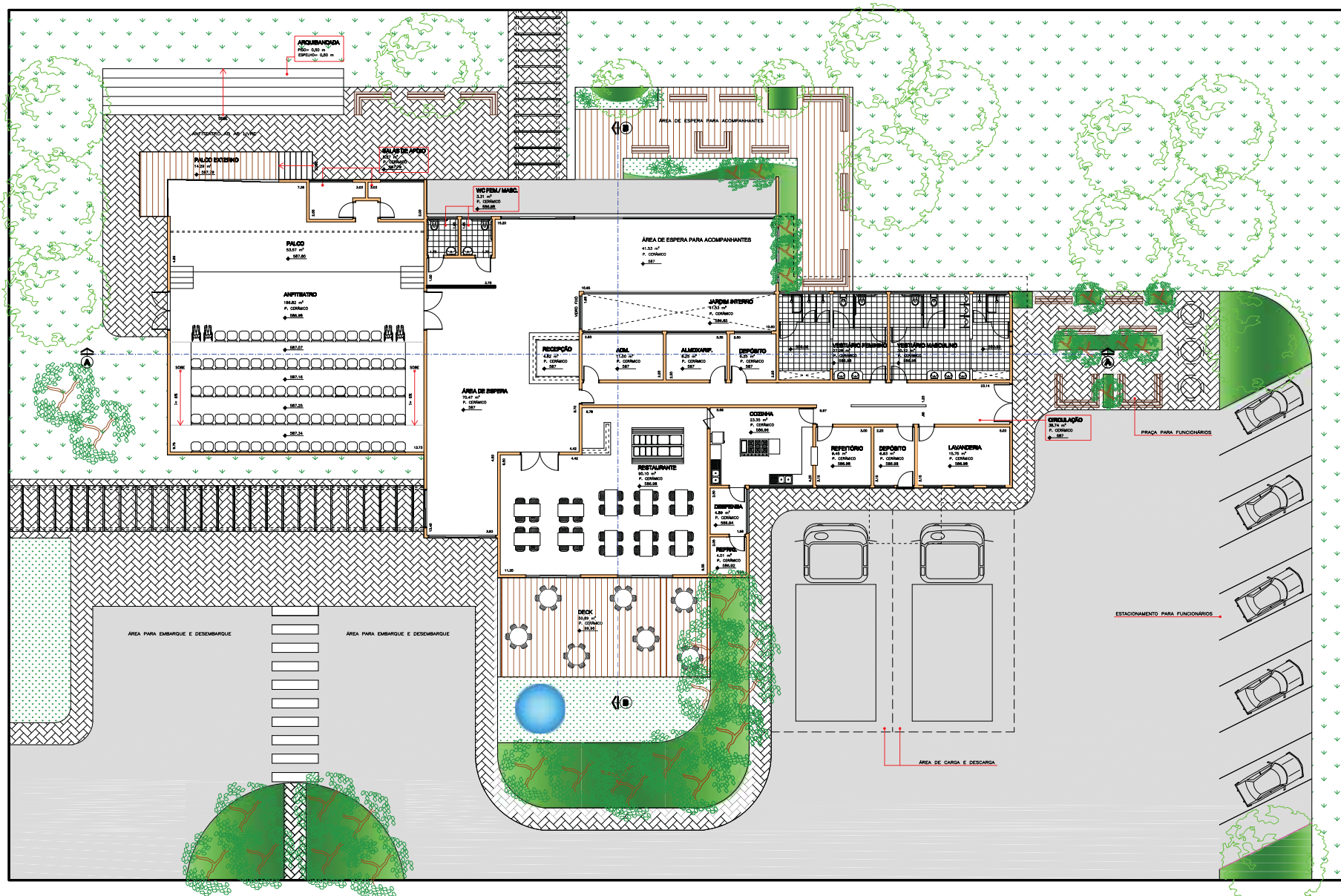
**CORTE A**  
ESCALA 1:100



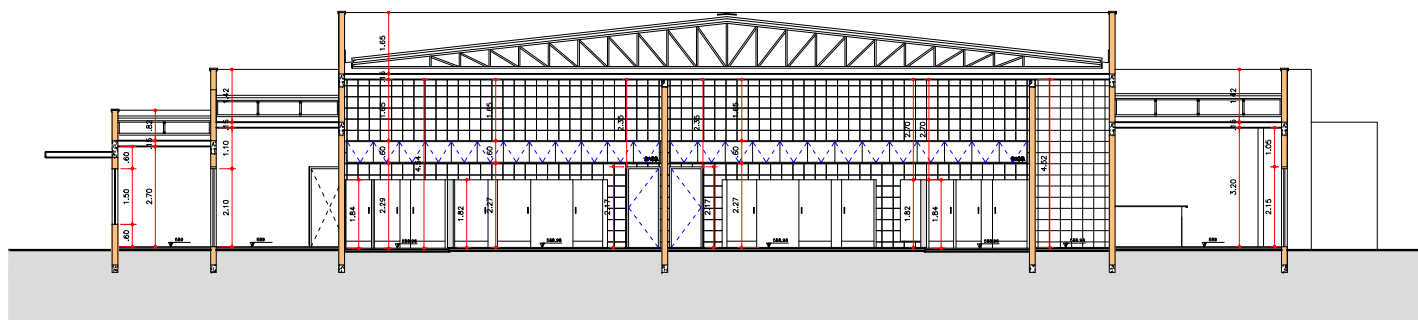
**CORTE B**  
ESCALA 1:100



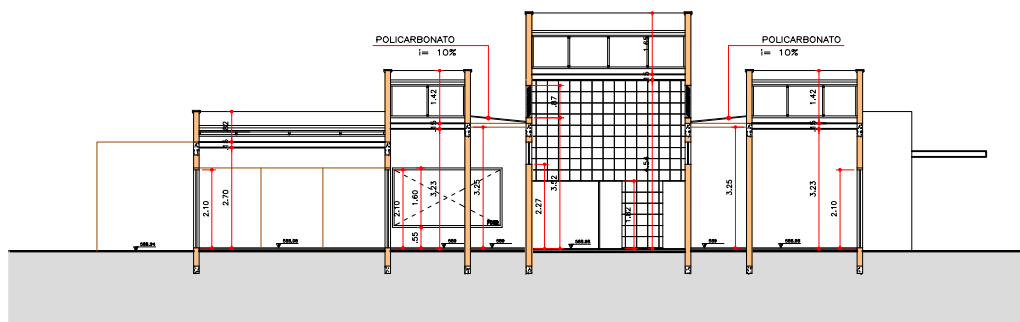
**PLANTA DE COBERTURA**  
ESCALA 1:500



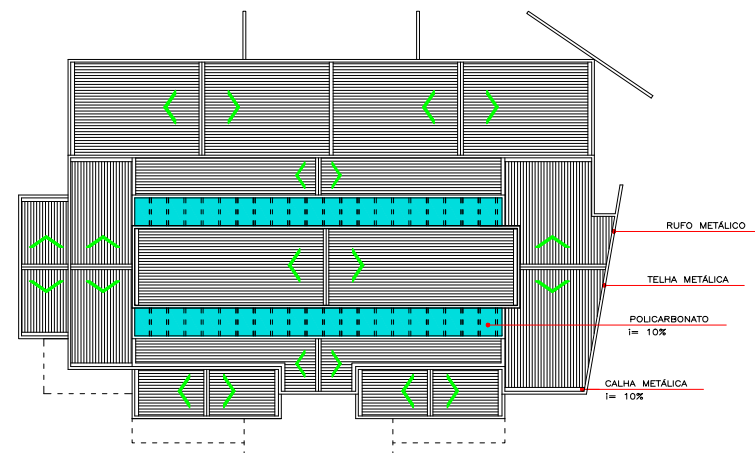
# PRÉDIO CENTRAL



**CORTE A**  
ESCALA 1:100

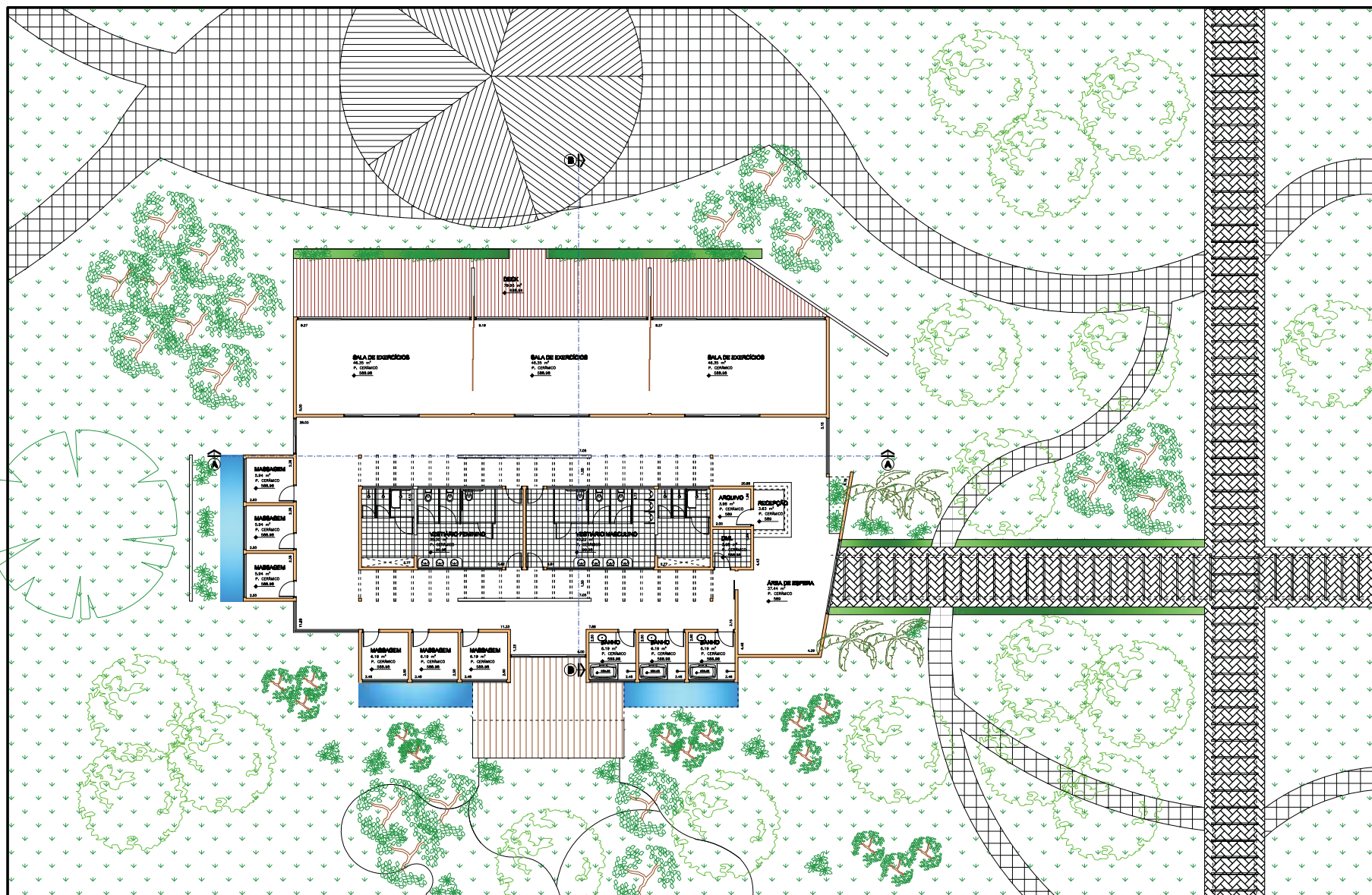


**CORTE B**  
ESCALA 1:100



**PLANTA DE COBERTURA**  
ESCALA 1:200

- RUFO METÁLICO
- TELHA METÁLICA
- POLICARBONATO  
i= 10%
- CALHA METÁLICA  
i= 10%

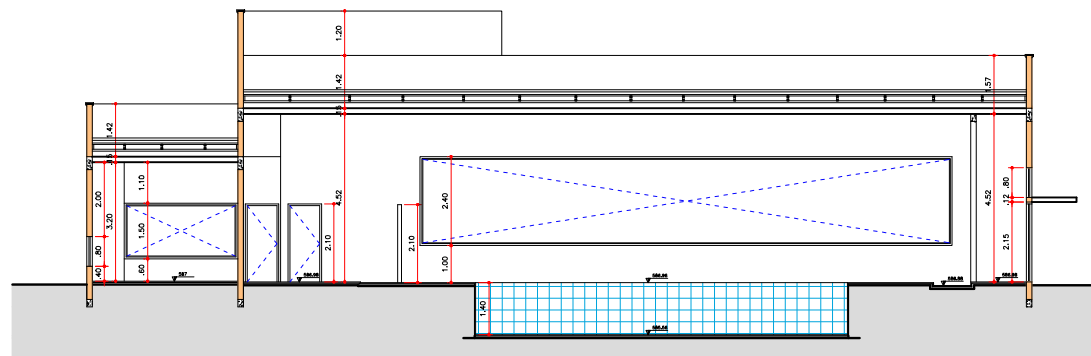


ÁREA FITNESS

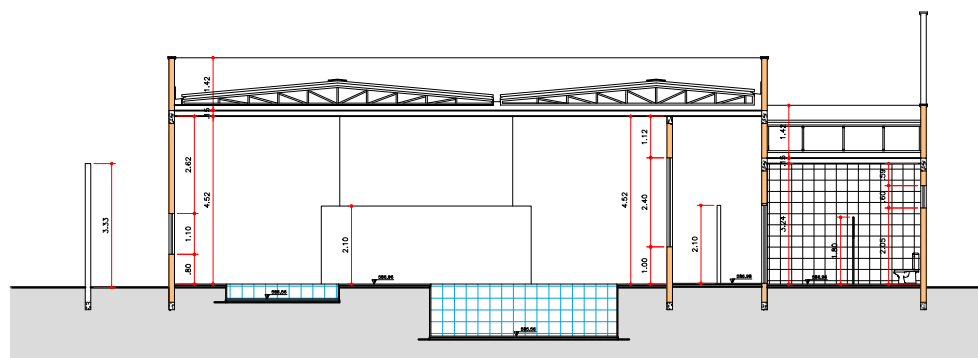
PLANTA



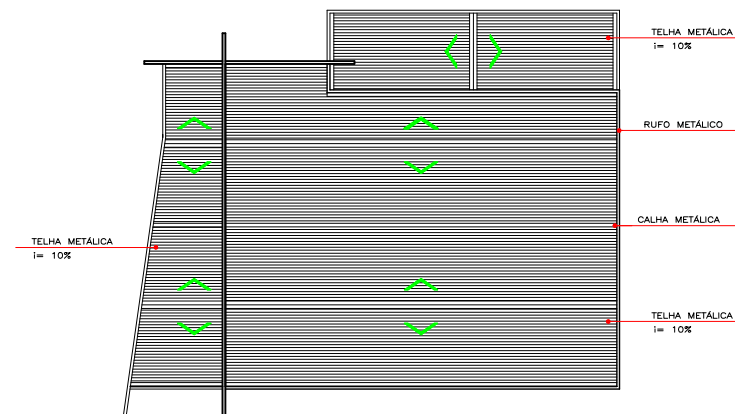
FOLHA  
08/14



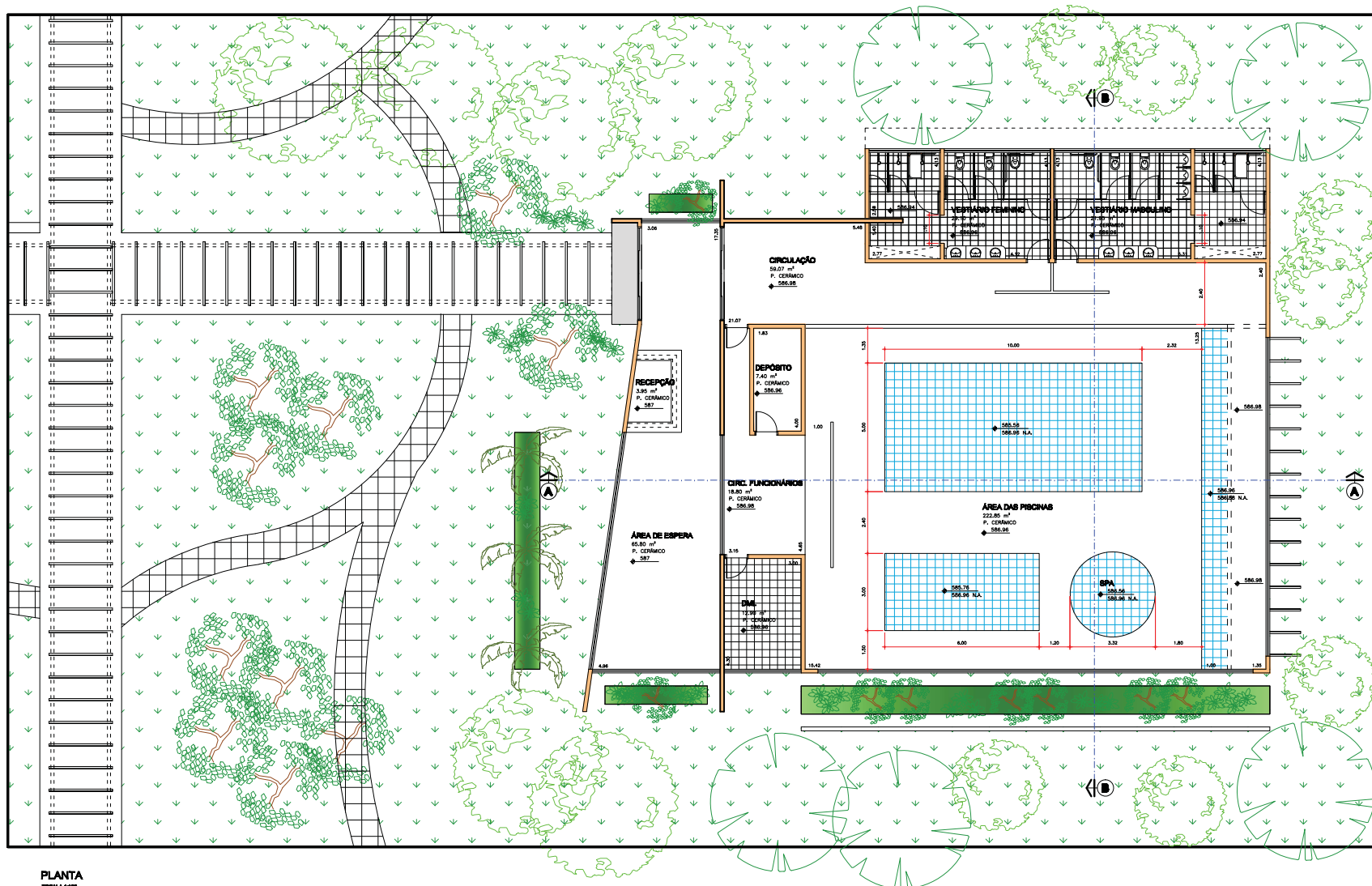
**CORTE A**  
ESCALA 1:100



**CORTE B**  
ESCALA 1:100



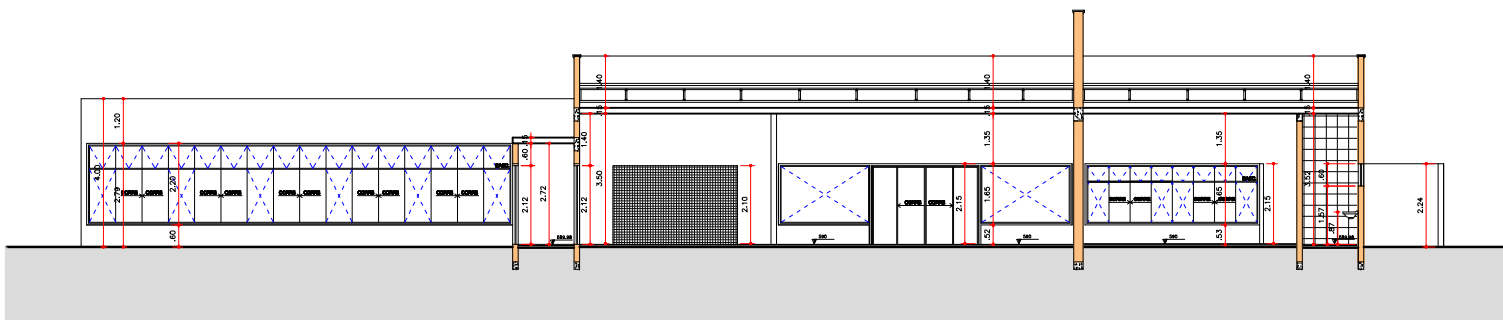
**PLANTA DE COBERTURA**  
ESCALA 1:200



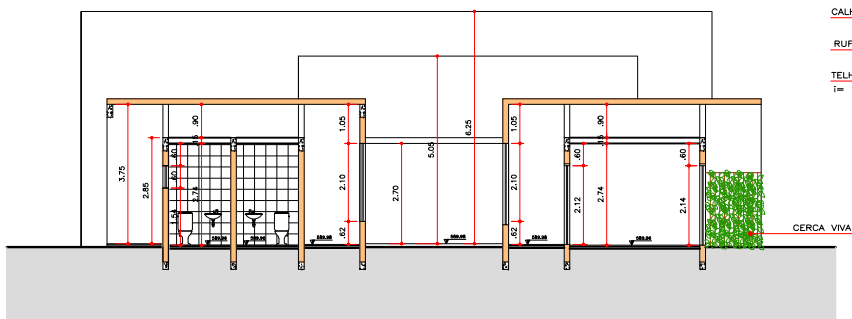
PISCINAS

PLANTA  
ESCALA 1:100

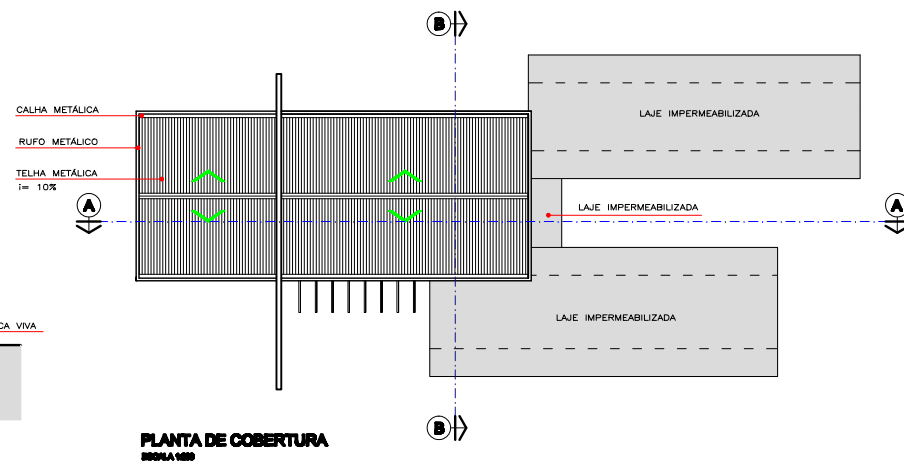
FOLHA  
10/14



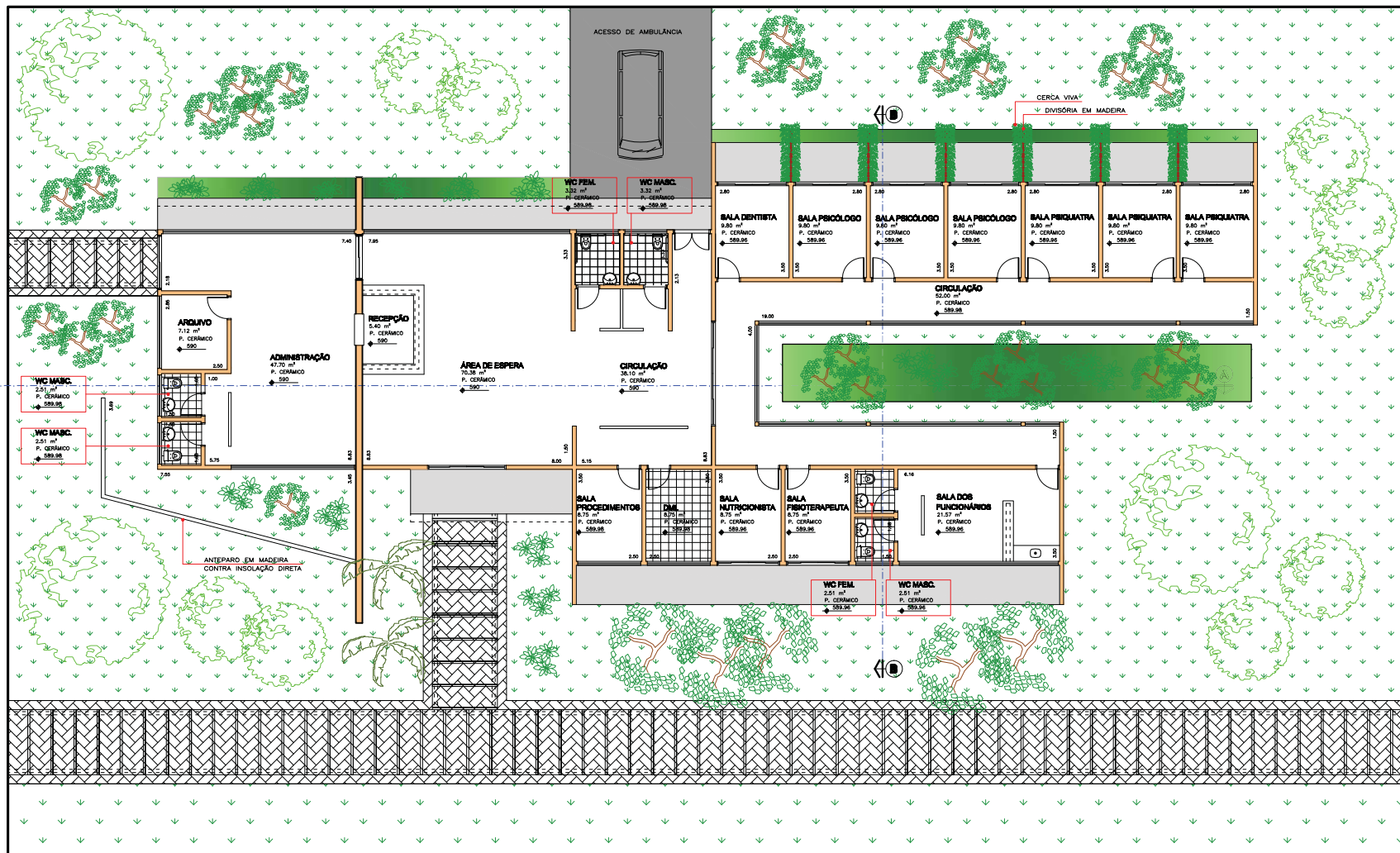
**CORTE A**  
ESCALA 1:100



**CORTE B**  
ESCALA 1:100



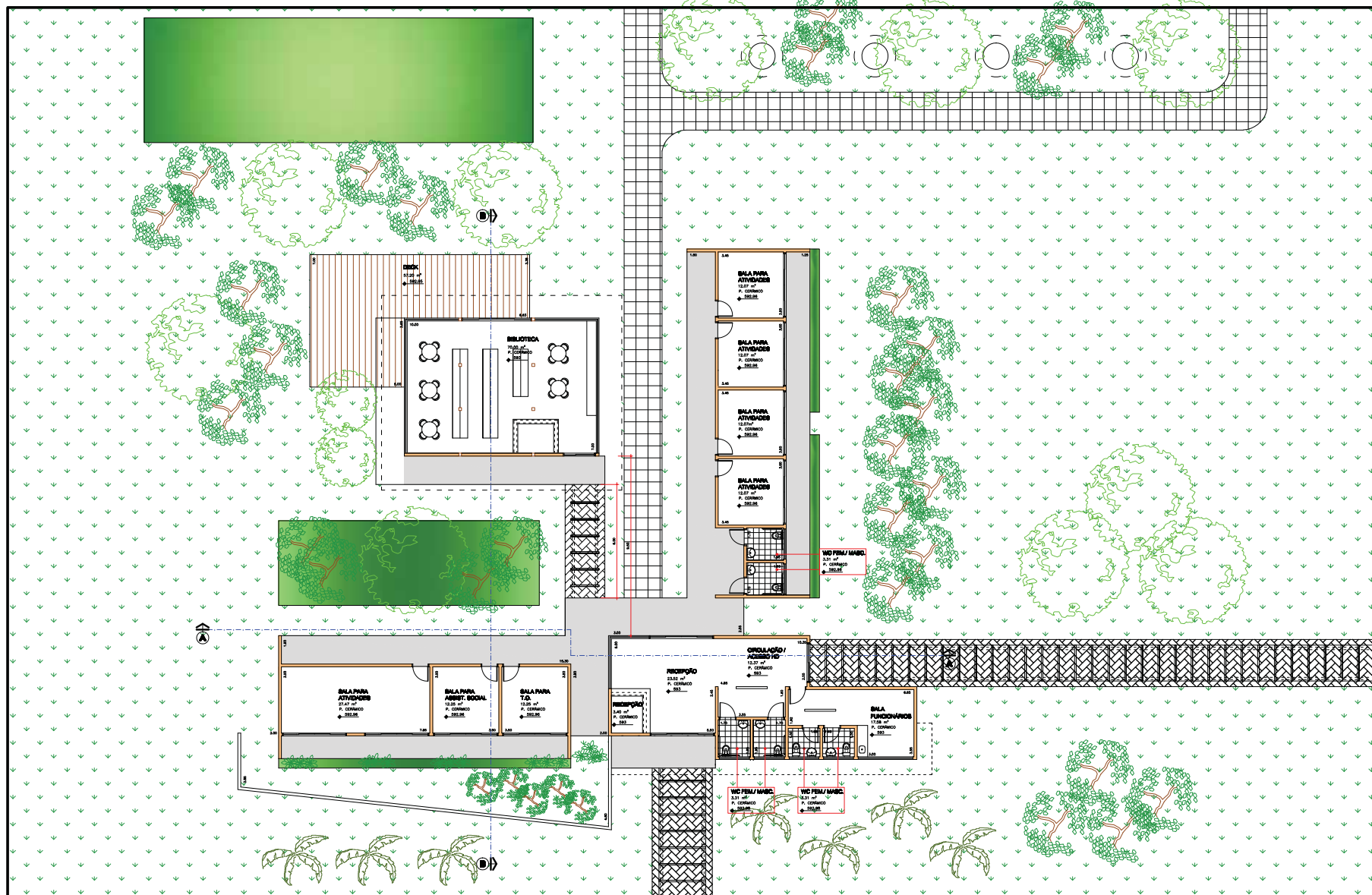
**PLANTA DE COBERTURA**  
ESCALA 1:200



HOSPITAL DIA

FOLHA  
04/14

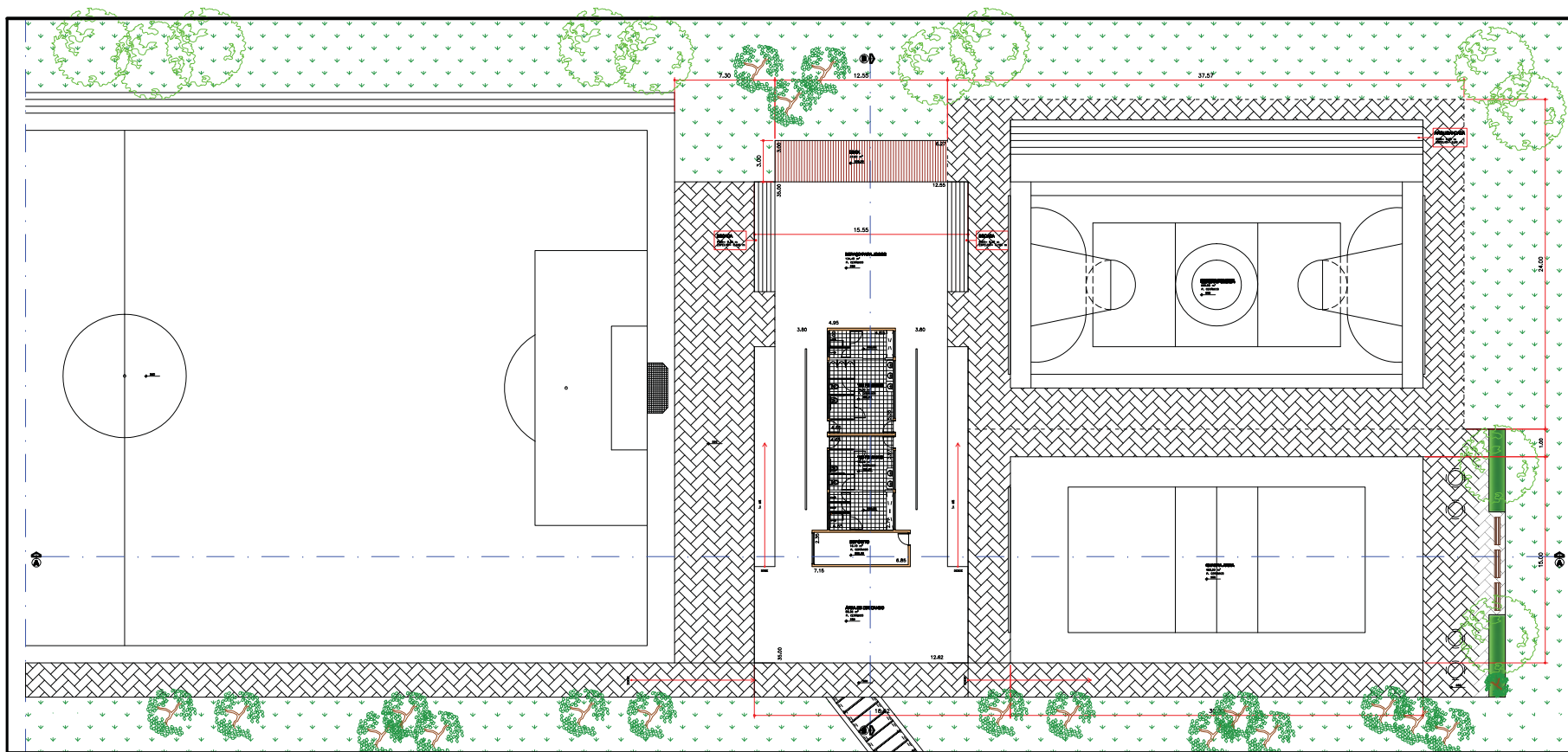




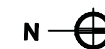
# SALAS PARA ATIVIDADES





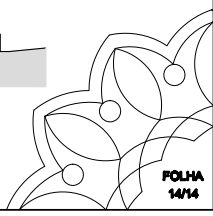
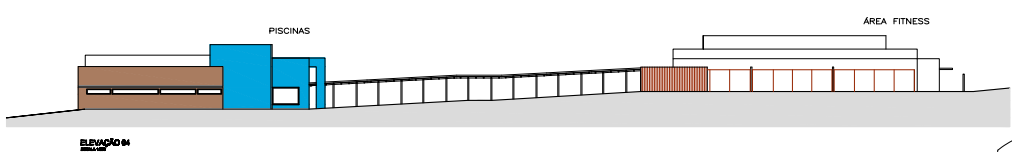
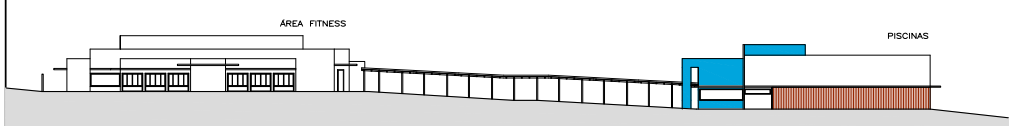
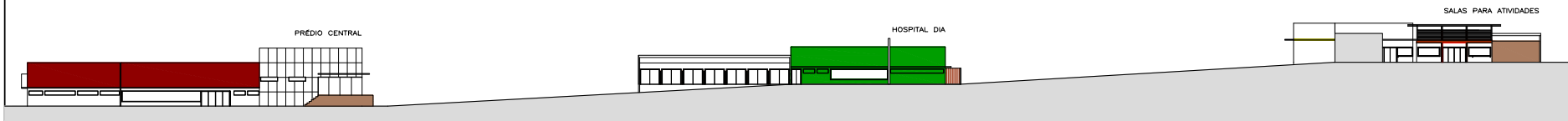
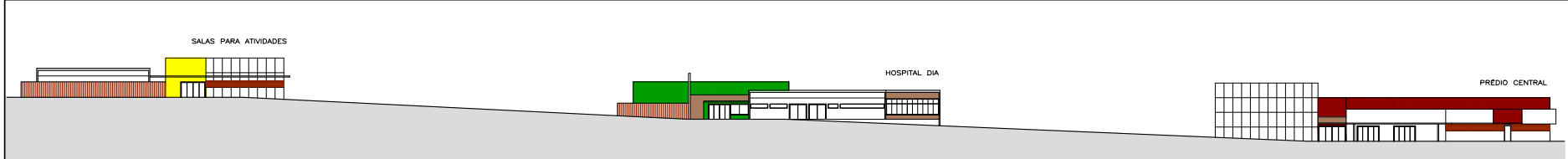


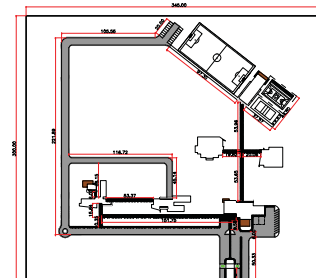
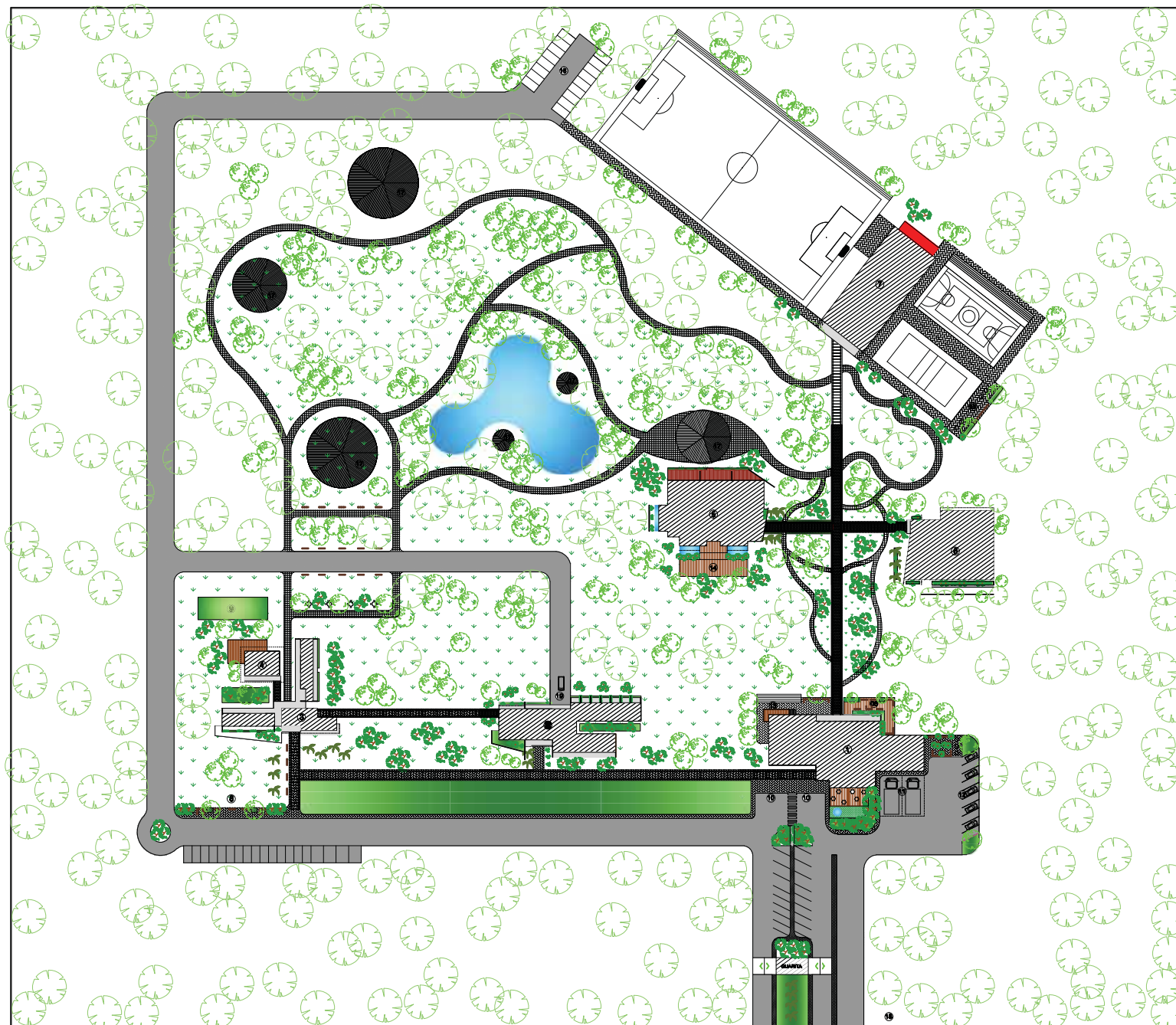
PLANTA  
ESCALA 1:200



LAZER E ESPORTES

FOLHA  
12/14





DIMENSIONAMENTO  
MÉTRICA

#### ESPECIFICAÇÃO DE ÁREAS E PRÉDIOS

- 01 PRÉDIO CENTRAL
- 02 HOSPITAL DIA
- 03 SALAS PARA ATIVIDADES
- 04 BIBLIOTECA
- 05 ESPAÇO FITNESS
- 06 PISCINA
- 07 ÁREA ESportiva (VESTIÁRIOS E DEBANCO)
- 08 PRAGA PARA ACOMPANHANTES
- 09 MORTA
- 10 DEBANCO E DESEBANCO
- 11 CUBA E DEBANCO
- 12 ESTACIONAMENTO FUNCIONÁRIOS
- 13 AUDITÓRIO AO AR LIVRE
- 14 ESPAÇO AO AR LIVRE
- 15 ÁREA DE DEBANCO
- 16 ESTACIONAMENTO
- 17 QUADRAS PARA ATIVIDADES E DEBANCO
- 18 ENTRADA DE SERVIÇO
- 19 ESTACIONAMENTO DE AMBULÂNCIA
- 20 BATA NATIVA

#### ÁREAS

ÁREA DO TERRENO = 102.000 m²  
ÁREA TOTAL CONSTRUÍDA = 30.000 m²

#### PAGINAÇÃO DE PISO

- DECK DE MADEIRA
- BLOQUEIO DE CONCRETO
- PISCINA
- ASFÁLTICO

#### ESPECIFICAÇÃO ÁREA VERDE

- ÁRVORES NATIVAS
- ÁRVORE DE MÉDIO PORTE - EX: MANGA
- ÁRVORE DE PEQUENO PORTE - EX: CITRUS E PEREIRA
- GRAMA BATAVIA
- VEGETAÇÃO RASTEIRA PARA BOMBA - EX: ANDROMEDA
- DECK DE MADEIRA
- VEGETAÇÃO ARBUSTIVA



IMPLANTAÇÃO

FOLHA  
01/14