CENTRO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES

Importantes aliadas no combate aos crescentes casos de depressão e distúrbios de ansiedade, num complemento às terapias convencionais, as Práticas Integrativas e Complementares (PIC), de acordo com o Ministério da Saúde, "são tratamentos que utilizam recursos terapêuticos baseados em conhecimentos tradicionais, voltados para prevenir diversas doenças como depressão e hipertensão. Em alguns casos, também podem ser usadas como tratamentos paliativos em algumas doenças crônicas." Originadas de uma insatisfação com a medicina convencional, baseada em procedimentos que tratam sintomas de doenças já instaladas e mais preocupada em remediar do que prevenir, as PIC, em contrapartida, se preocupam com a saúde além da cura, com o estilo de vida do paciente, seu nível de estresse, atuando no tratamento e na prevenção da doença, além da manutenção da capacidade inata de cura do corpo humano (LIMA et al., 2018). Dentro desse contexto, pode-se entender a importância das Terapias Integrativas e Complementares para complementar e dar suporte ao tratamento de diversos distúrbios e doenças, incluindo ansiedade e depressão.

No Brasil, de acordo com o Ministério da Saúde (2020), atualmente, o Sistema Único de Saúde (SUS) oferece, de forma integral e gratuita, 29 tipos de PIC à população. Por sua vez, em Florianópolis, de acordo com a Secretaria Municipal de Saúde, desde 2010 as Práticas Integrativas e Complementares estão institucionalizadas e regulamentadas na rede municipal de saúde. Elas são consideradas ferramentas terapêuticas complementares essencialmente importantes em alguns casos, cientificamente evidenciados, tais como a acupuntura para dores crônicas e distúrbios emocionais (depressão, ansiedade, estresse, insônia de origem nervosa). A exemplo disso, o Hospital Universitário da UFSC, disponibiliza PICS através do Projeto Amanhecer, aos profissionais do próprio HU e da UFSC, como também à comunidade acadêmica e externa, por meio do trabalho voluntário e de equipe multiprofissional em saúde (PROJETO AMANHECER - HU/UFSC, 202). Por esse e outros motivos, de acordo com a ANAHP (Associação Nacional de Hospitais Privados), em Santa Catarina, Florianópolis é considerada referência na oferta desses tratamentos, visto que, em 2017, 88% dos centros de saúde já apresentavam algum tipo de prática complementar.

A procura por terapias integrativas e complementares tem crescido a cada ano e, segundo dados do Ministério da Saúde (2019), somente no período de 2018 a 2019, houve um crescimento de 46%. Apesar de ser referência na oferta de PICS, Florianópolis não possui nenhum Centro especializado e especialmente projetado para abrigar as diferentes práticas. Além disso, o fato de serem disponibilizadas pelo SUS, em hospitais, postos e unidades de saúde, em espaços que tiveram de ser adaptados para receber as terapias, espaços frios, sem vida, muitas vezes longe da natureza e que não despertam uma sensação de aconchego e bem estar aos pacientes, mostra o quanto a cidade carece e se beneficiaria de um Centro que fosse dedicado às Práticas Integrativas e Complementares, que mantivesse vínculo com o SUS, mas também ofertasse a modalidade particular e de planos de saúde, dando oportunidade a pessoas com diferentes condições financeiras, de usufruírem do espaço. Neste sentido, o Centro de PIC ofereceria à população, em um único lugar, um número de práticas muito além do ofertado em estabelecimentos da rede pública e privada da cidade, com 19 oportunidades diferentes de práticas, determinadas por três principais critérios: práticas de tratamentos corporais individuais; práticas popularizadas e com alta demanda por parte da população; e práticas coletivas, que estimulem a convivência e integração da comunidade.

A arquitetura influencia diretamente no bem estar e na qualidade de vida de seus frequentadores. Portanto, parte do papel social do arquiteto, ao desenvolver projetos com foco na área da saúde, é garantir que esses espaços confortem os pacientes e demais usuários, além de auxiliar no processo de reabilitação dos mesmos. Muitas vezes, quando pensamos em espaços destinados a saúde, imaginamos salas brancas, compostas de materiais alvos, de uma seleta paleta de cores, que pouco varia entre o branco, o off-white e, em alguns casos, elementos em tons pastéis. No entanto, estudos comprovam que espaços dessa tipologia, que utilizam cores, materiais e até mesmo componentes naturais, podem auxiliar a acelerar o processo de tratamento de pacientes, uma vez que atuam psicologicamente nos estímulos neurológicos. (PEREIRA, 2020) Assim como a arquitetura, o entorno também tem grande influência no modo com o qual o usuário percebe o ambiente e o espaço a sua volta, com o quanto se sentirá confortável, seguro, acolhido, pertencente. A proximidade com a natureza, a visualização de vegetação, da filtragem da luz através dos ramos das árvores; o som de água corrente; o cheiro de terra molhada; o canto dos pássaros; tudo isso, gera um relaxamento mental derivado da serenidade do envolvimento natural, reduzindo a produção de cortisol e de catecolaminas, como a adrenalina, hormônios ligados a altos níveis de estresse e particularmente evidentes em indivíduos com ansiedade e/ou depressão (ALENCOÃO et al., 2018).

A escolha do terreno e do bairro João Paulo para implantação de um Centro de Práticas Integrativas e Complementares, se deu por alguns motivos. Dentre eles, destaca-se a estratégica localização dentro da ilha, próxima ao centro da cidade (a menos de 10 quilômetros), e seu fácil acesso, a cerca de 400 metros da SC-401, via de trânsito rápido que conecta importantes bairros de Florianópolis, além do fácil acesso por transporte coletivo, com um ponto de ônibus bem em frente ao terreno. Essa proximidade com o centro, boa localização e acesso fácil, garante que pessoas de diferentes localidades da ilha possam usufruir do Centro de PIC. Por consequência, a proximidade com a maioria dos hospitais, clínicas e centros de saúde, também favorece o caráter de complementaridade das práticas oferecidas, com as terapias tradicionais e medicina convencional, contribuindo com a saúde dos pacientes de modo integral, ao trabalhar corpo e mente de forma conjunta.

A uma distância de cerca de quatro quilômetros do Centro de Práticas Integrativas e Complementares, no João Paulo, o Centro de Pesquisas Oncológicas (CEPON) é um dos centros médicos de Florianópolis que em poderia se beneficiar das práticas oferecidas. Por conta do câncer ser uma das doenças mais fatais e de os tratamentos nem sempre serem eficazes, a pessoa que é diagnosticada com a doença passa por um grande sofrimento, decorrente, não somente da dor física, como também da dor emocional. Um número considerável de pacientes oncológicos desenvolve sofrimento emocional em resposta ao câncer e seu tratamento: aproximadamente 20% a 48% dos pacientes diagnosticados com câncer apresentam critérios para diagnósticos de ansiedade e/ou depressão. Dessa forma, o tratamento ao paciente oncológico não deve ser somente voltado ao corpo físico, sendo necessárias estratégias que foquem no psicológico, no emocional, no bem-estar, com tratamentos que o tratem de maneira integral e holística (BANDEIRA et al.,2020). Este tratamento holístico, complementar ao tratamento tradicional, é justamente o tipo de tratamento que o paciente oncológico encontraria no Centro de PIC (BANDEIRA et al., 2020).

Por outro lado, apesar da proximidade com o centro, a atmosfera tranquila do terreno e de seu entorno os fazem parecer bastante distantes da correria e agito da centralidade urbana. Além disso, outro ponto de destaque do terreno, é a proximidade com a natureza, a grande área de APP ao fundo do terreno, que protege o mangue, e os visuais dos morros que o cercam ao longe. Assim, o Centro de Práticas Integrativas e Complementares busca criar um lugar de refúgio, de acolhimento, de paz, de troca, de esperança, de cura e de aprendizado, um espaço que venha a somar com a medicina tradicional, trazendo melhorias para a saúde emocional, social e física da população e tornando-se, ainda que simbolicamente, um ponto de partida para vidas melhores e mais tranquilas.

OBJETIVO GERAL

Desenvolver o anteprojeto arquitetônico de um Centro de Práticas Integrativas e Complementares no bairro João Paulo, em Florianópolis, Santa Catarina.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Pesquisar a respeito da atual crise em saúde emocional da população brasileira;
Estudar sobre Práticas Integrativas e Complementares, seus benefícios à saúde, seus diferentes tipos e particularidades;
Analisar referenciais teóricos e projetuais para dar embasamento ao trabalho;
Elaborar diagnóstico da área, com levantamento de dados do terreno, estudo do entorno e dos condicionantes físicos e legais do local;
Pesquisar e aplicar legislações e normas vigentes;
Elaborar o partido arquitetônico de um Centro de Práticas Integrativas e Complementares, a partir da síntese dos estudos e análises desenvolvidos.

METODOLOGIA

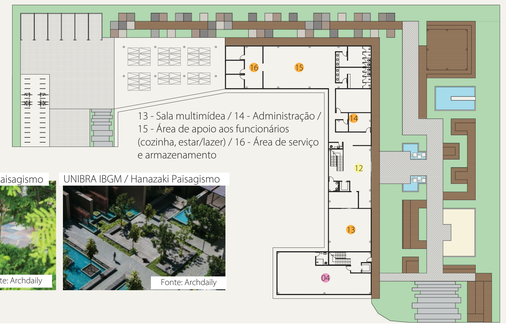
Para se obter êxito no resultado almejado pelo objetivo geral, algumas etapas precisam ser atendidas. A mais importante, essencial para que se possa dar início ao trabalho, é definir o tema de estudo e o terreno onde se pretende aplicá-lo. Feitas as definições de tema e terreno, é então preciso dar suporte e embasamento teórico ao trabalho, a partir da pesquisa e leitura de artigos, livros e publicações na internet, além da pesquisa e estudo de referenciais projetuais e levantamentos sobre o terreno. A etapa seguinte, então, é a das análises: análise das informações pesquisadas, análises dos dados coletados sobre o terreno e seu entorno no geoprocessamento de Florianópolis, dos condicionantes físicos e legais do local, e análise dos referenciais. Paralela às duas etapas anteriores, está a etapa de desenvolvimento do trabalho, de produção textual, gráfica, elaboração dos esquemas, dos croquis, da volumetria e de tudo que irá compor o resultado do partido geral.

LOCALIZAÇÃO DO TERRENO

Fonte: Google Earth, adaptado pela autora.

IMPLANTAÇÃO
ESCALA 1:400

01 - Cafeteria / 02 - Banheiros e DML / 03 - Loja de produtos naturais e artesanais / 04 - Brinquedoteca / 05 - Recepção principal / 06 - Bloco de práticas individuais em consultório / 07 - Bloco de práticas que não necessitam de banho / 08 - Bloco de práticas que necessitam de banho / 09 - Bloco de práticas coletivas / 10 - Banheiros e vestiários / 11 - Área de estar e espera / 12 - Recepção Secundária /

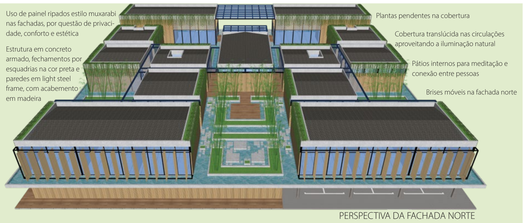

13 - Sala multimídea / 14 - Administração / 15 - Área de apoio aos funcionários (cozinha, estar/lazer) / 16 - Área de serviço e armazenamento

JARDIM DECA / Hanazaki Paisagismo

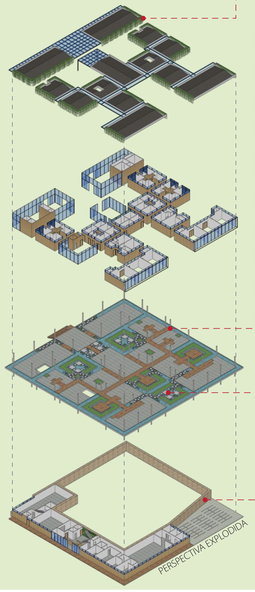
Fonte: Archdaily

UNIBRA IBGM / Hanazaki Paisagismo

Fonte: Archdaily



PERSPECTIVA DA FACHADA NORTE



SPA NAMAN - MIA Design Studio

Fonte: Archdaily

SPA MANJA - MIA Design Studio

Fonte: Archdaily

SPA MANJA - MIA Design Studio

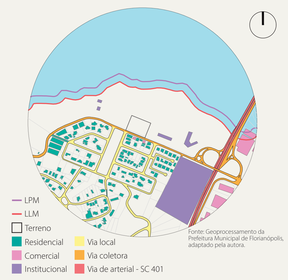
Fonte: Archdaily

PRAÇA ELIANE - Hanazaki Paisagismo

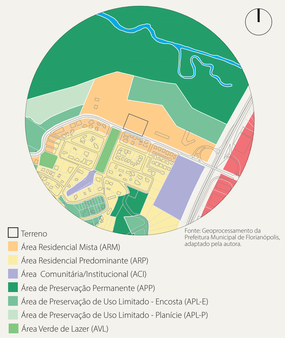
Fonte: Archdaily

RESIDÊNCIA AB - F.Poles Arquitetura

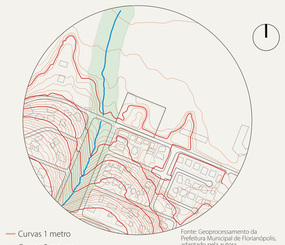
Fonte: Archdaily



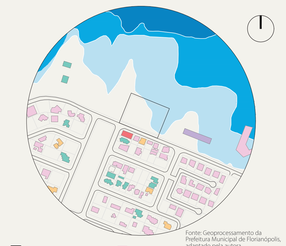
Fonte: Geoprocessamento da Prefeitura Municipal de Florianópolis, adaptado pela autora.



Fonte: Geoprocessamento da Prefeitura Municipal de Florianópolis, adaptado pela autora.



Fonte: Geoprocessamento da Prefeitura Municipal de Florianópolis, adaptado pela autora.



Fonte: Geoprocessamento da Prefeitura Municipal de Florianópolis, adaptado pela autora.

Fonte: Geoprocessamento da PMF, adaptado pela autora.

SISTEMA VIÁRIO / USO DO SOLO / TERRENO MARINHA

De acordo com a análise feita através de mapas e pesquisas, a ocupação predominante é residencial, com comércios e serviços vicinais ao longo da via principal do bairro. Próximo ao terreno, encontram-se as futuras instalações do Instituto Geral de Perícias e do 21º Batalhão da Polícia Militar, além do Jardim da Paz, cemitério parque, com aproximadamente 40.000 metros quadrados, um lugar de paz e serenidade, com ampla área verde. Como consequência do uso do solo e da configuração do bairro, a grande maioria das vias do bairro são locais, sem saída ou que acabam voltando para a Rodovia João Paulo. Essa rodovia, principal via do bairro, se caracteriza como uma via coletora e apenas através dela é possível entrar ou sair do bairro. Por sua vez, o terreno tem sua porção norte voltada para uma vasta e densa área de vegetação protegida pelo zoneamento municipal por estar dentro de uma Área de Preservação Permanente, além de ser considerada terreno de marinha. Terrenos de Marinha são faixas de terra que fazem fronteira com mares, rios e lagoas e que pertencem à união. São medidos a partir da Linha do Preamar Médio (LPM) até 33 metros em direção a terra, então demarcada com a Linha Limite dos Terrenos de Marinha (LLM) (MARTINS, 2016).

PLANO DIRETOR

O terreno está localizado em uma Área Residencial Mista (ARM) e ao norte é cercado por áreas de preservação, uma Área de Preservação de Uso Limitado de Encosta (APL-E) e uma Área de Preservação Permanente (APP). Segundo o Plano Diretor de 2014, as Áreas Residenciais Mistas são caracterizadas pela predominância da função residencial, complementada por usos comerciais e de serviços. Já as Áreas de Preservação de Uso Limitado (APL-E) são as áreas onde predominam as declividades entre trinta por cento e quarenta e seis vírgula seis décimos por cento, bem como as áreas situadas acima da cota 100 que já não estejam abrangidas pelas Áreas de Preservação Permanente (APP), o que não se aplicaria a área em questão, por ser praticamente planície situada entre as cotas um e dois. Por sua vez, as Áreas de Preservação Permanente (APP) são áreas recobertas ou não por vegetação nativa, com a função ambiental de preservar os recursos hídricos, a paisagem, a estabilidade geológica e a biodiversidade.

Área do terreno = 6,300 m²
Taxa de ocupação máxima (T.O.) = 50% = 3,150 m²
Taxa de impermeabilização máxima = 70% = 4,410 m²
Coeficiente de aproveitamento = 1
Altura máxima da fachada = 8 metros
Até a cumeeira = 11 metros

ALTIMETRIA / HIDROGRAFIA

O terreno possui um desnível de cinco metros, sendo que seu ponto mais alto está dois metros acima do nível da rua. Além disso, o terreno chega quase a invadir a rodovia, pois sua parte mais elevada está muito próxima à via e não há calçada neste trecho. O nível da rodovia, em frente ao terreno, está na cota cinco, já o nível mais alto terreno está na cota sete e, o mais baixo, na cota dois. Pela análise das curvas de nível do bairro, também é possível atestar o quão acidentado é relevo da região. Próximo ao terreno, no seu lado oeste, há um curso d'água, que nasce numa das partes altas do bairro. De acordo com a Lei de Parcelamento do Solo Urbano (Lei n. 6.766/1979) é proibido construir a menos de 15 metros de um curso d'água. Já o Código Florestal, por sua vez, estabelece como área de preservação permanente toda a vegetação natural localizada a 30 metros de cursos d'água de menos de 10 metros de largura. Apesar da divergência entre as leis, entende-se que, legalmente, obras poderão ser feitas a 15 metros de rios e cursos que já sofreram intervenção humana e a 30 metros de rios e cursos d'água naturais, de menos de 10 metros de largura (FARENZENA, 2019).

ALAGAMENTOS / GABARITOS / PONTOS DE ÔNIBUS

O gabarito das edificações no entorno do terreno de intervenção varia de um a dois pavimentos, na maioria dos casos, com a exceção de algumas residências de três pavimentos e um prédio, bem em frente ao terreno, com 4 pavimentos, o único multifamiliar num raio de 250 metros do terreno. Por sua proximidade com o mangue e por estar num dos pontos mais baixos da altimetria do bairro, o terreno possui risco de alagamento em cerca de um terço de sua área. Por esse motivo, é proibida a construção de subsolos. Quanto ao transporte público, a poucos metros do terreno de intervenção, ainda na Rodovia João Paulo, há quatros pontos de ônibus, dois em cada sentido da via. Esses pontos são atendidos pelas linhas de ônibus 167 - João Paulo, 174 - Saco Grande (via João Paulo), 170 Caminho da Cruz (via João Paulo) e 1117 Executivo João Paulo (popularmente chamado de Amarelinho).

ANÁLISE BIOCLIMÁTICA / VEGETAÇÃO EXISTENTE

Florianópolis apresenta como clima característico, o Subtropical Temperado. Este, se caracteriza por estações definidas, temperatura anual média de 20ºC, chuvas bem distribuídas e, por ser uma ilha rodeada por água, apresenta um alto nível de umidade no ar. Na cidade, o vento predominante, que ocorre com maior frequência, é o vento nordeste, porém o vento sul é o vento mais intenso, causando o maior desconforto. Graças à configuração geográfica do bairro João Paulo e à localização do terreno, o vento sul não o atinge com grande intensidade, pois é naturalmente barrado pelo relevo do bairro. Além disso, o terreno possui uma ótima incidência solar e não sofre sombreamento das construções vizinhas. O entorno é bastante verde, arborizado, e há algumas árvores no terreno, principalmente no limite da Rodovia João Paulo.

MEMORIAL DE INTENÇÕES

É cada vez mais recorrente a procura por espaços afastados dos centros urbanos, que oferecem tranquilidade, relaxamento e conexão com a natureza, um lugar para esquecer todo tipo de problema e preocupação. Mas e se não fosse preciso sair do centro urbano para encontrar um refúgio desses? A proposta de um Centro de Práticas Integrativas e Complementares, numa localidade estratégica dentro da Ilha de Santa Catarina, próxima ao centro, mas distante o suficiente para não ser afetada pela correria do mesmo, pretende trazer a cidade um equipamento que promova a saúde e o bem-estar da população, ao oferecer tratamentos, terapias e práticas que beneficiam não só o físico, como, principalmente o emocional e o mental. Por isso, a volumetria da proposta deveria ser capaz de estimular o contato entre homem e natureza, incentivando os usuários a viverem e aprenderem cada detalhe do momento presente, incentivando o conexão interior de cada um, a introspecção, a reflexão acerca de tudo que ocorre em seu íntimo.

A disposição da volumetria, a materialidade, o paisagismo ao redor do Centro, tudo foi pensado para criar um espaço funcional, acolhedor, convidativo e transformador, um verdadeiro refúgio em meio ao "caos" urbano. Ao dividir o Centro em blocos, espaçados entre si, permitiu-se que a ventilação natural flua por entre as diferentes partes que compõe a edificação, assim como a iluminação natural. Já as janelas com peitoril alto e em fita, permitem a ventilação e iluminação dos ambientes internos, sem tirar a privacidade dos usuários durante as práticas. A ideia de criar uma praça no terreno, além de dar aos usuários mais opções de espaços para as práticas, para relaxamento e convivência ao ar livre, também visa oferecer ao bairro uma opção de espaço público de lazer qualificado, com caminhos atrativos a percorrer, estares, uma fonte, que traz sonoridade ao espaço, e muita vegetação.

Pensou-se em criar uma praça na porção leste do terreno, que criasse espaços interativos ao ar livre e promovesse, não só uma experiência estética, mas também a união e convivência das pessoas que por ali passem, além de incentivar a contemplação da natureza a sua volta. A pérgola, um dos destaques do projeto de Alex para a faculdade, trouxe, juntamente com os espelhos d'água, conforto térmico para a praça, além de um espaço multifuncional sombreado, onde eventualmente podem ocorrer práticas coletivas ao ar livre. Da geometria de linhas retas e pensadas de Hanazaki, também veio a ideia de colocar uma cascata e espelhos d'água à proposta do Centro, o trazendo, assim, sonoridade ao ambiente através da queda d'água.

unisul Universidade | ARQUITETURA E URBANISMO UNISUL

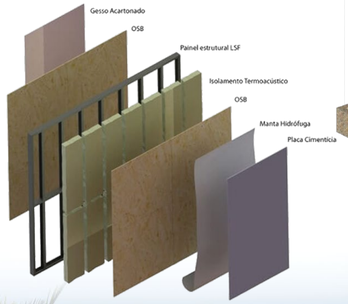
1 IMPLANTAÇÃO
ESCALA 1:200

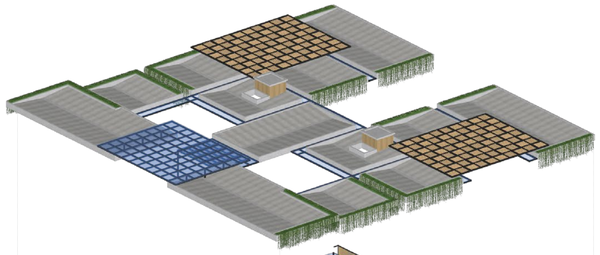
SISTEMA CONSTRUTIVO

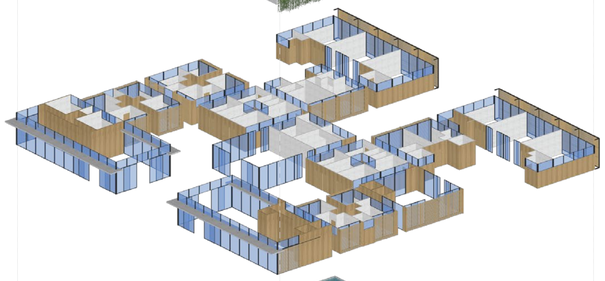
Para as paredes internas e externas do projeto, optou-se pelo sistema construtivo do Light Steel Frame, por suas vantagens em relação à alvenaria convencional. Dentre elas, uma das mais importantes e alinhadas com os ideiais do Centro de Práticas Integrativas e Complementares, é a sustentabilidade. Por ser um sistema a seco, gera pouco entulho, lixo ou resíduos. Além disso, o aço galvanizado dos perfis usados no sistema é um material 100% reciclável. Outra vantagem importante, é a maior rapidez da obra e o ganho de área útil.

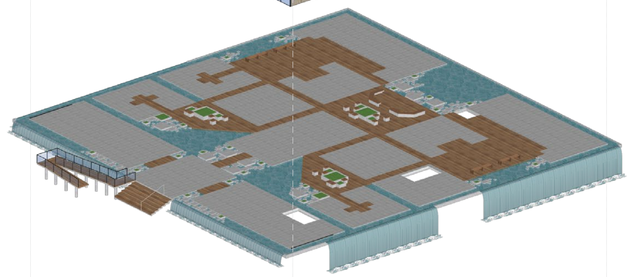
Já para o isolamento termoacústico das paredes, optou-se pela lã de PET, feita 100% de fibras de poliéster, material proveniente da reciclagem de garrafas PET. Além de ser uma opção mais sustentável do que a lã de rocha, proveniente da extração de um recurso não renovável, é um material hipoalergênico e não oferece risco à saúde do instalador, enquanto a lã de rocha pode causar inflamações e problemas no sistema respiratório.

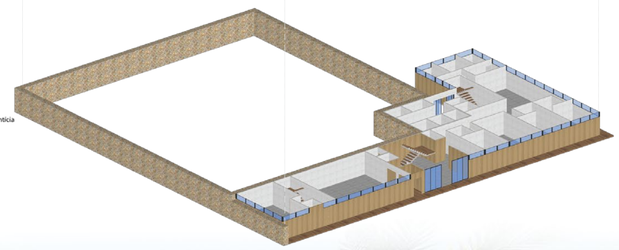
Para tanto, o projeto precisou adequar-se ao sistema modular do LSF, para evitar desperdícios de materiais.





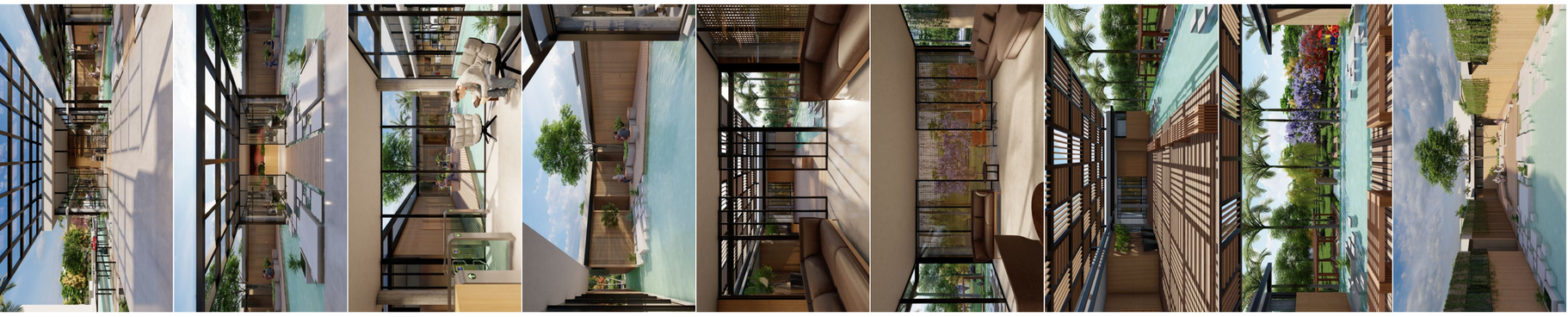


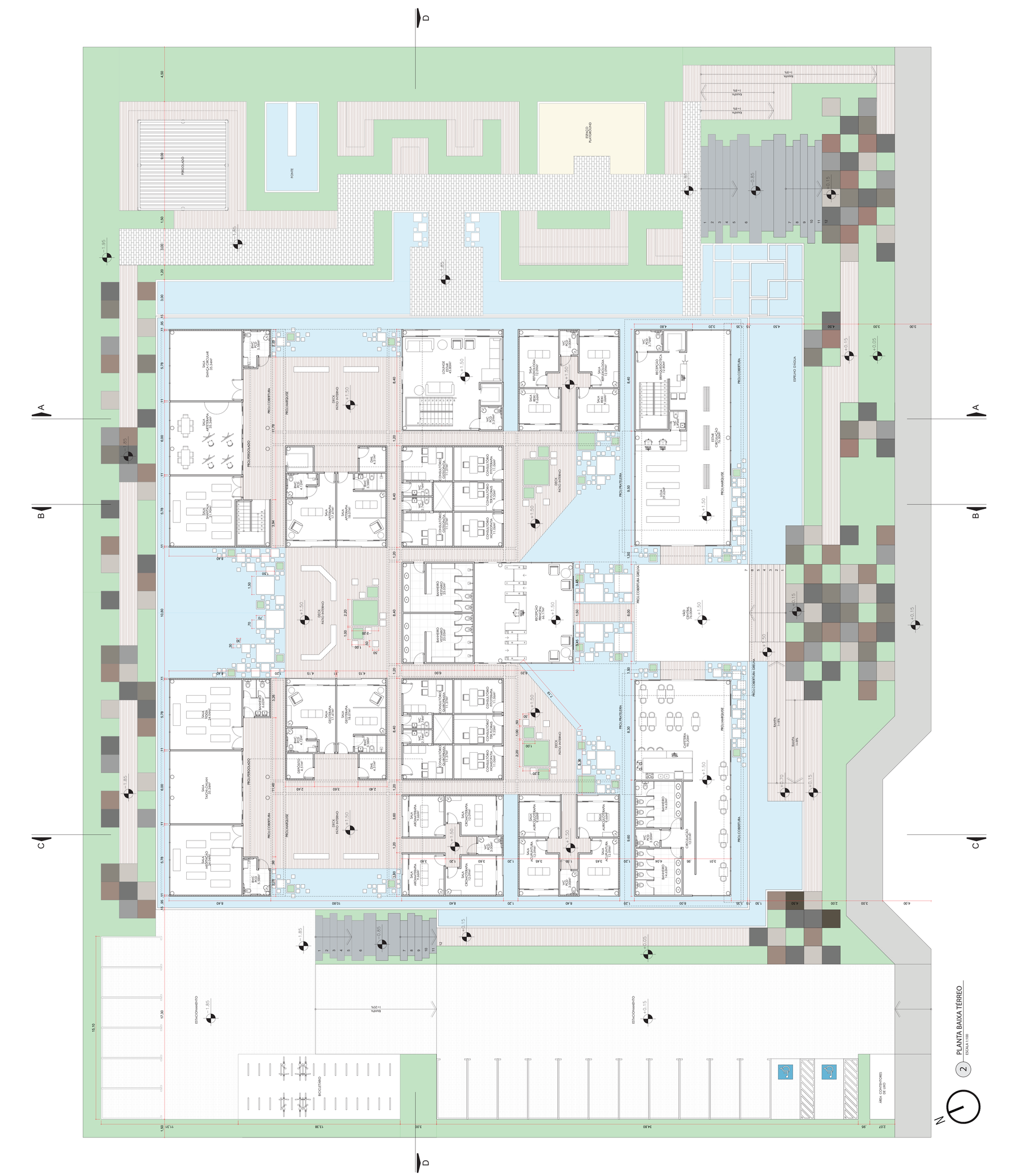


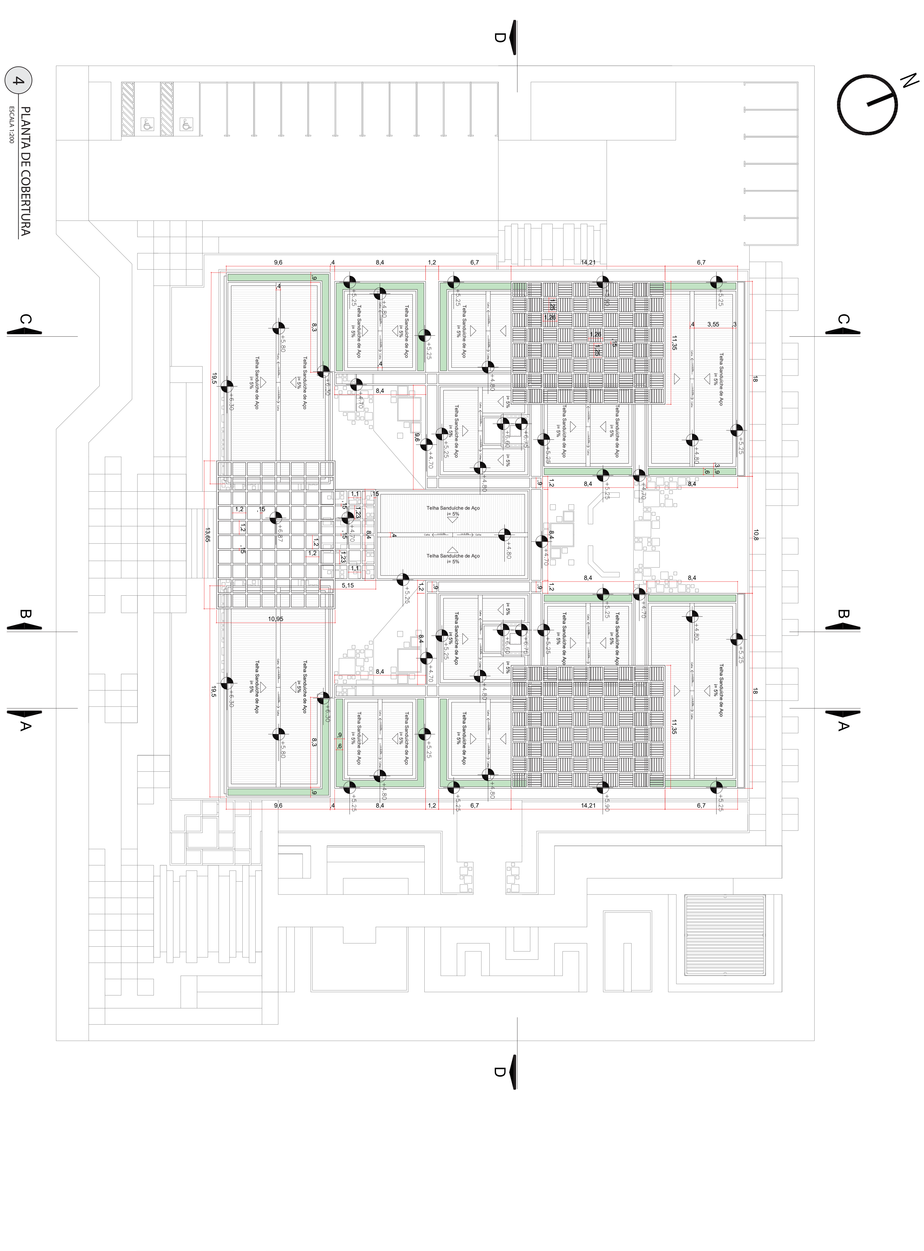


TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO II | 2021-A
CENTRO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES
ARQUITETURA E URBANISMO
ALUNA: ELISA BOLDO LISBOA
ORIENTADOR: ROBERTO MOTTA BEZ
2/6

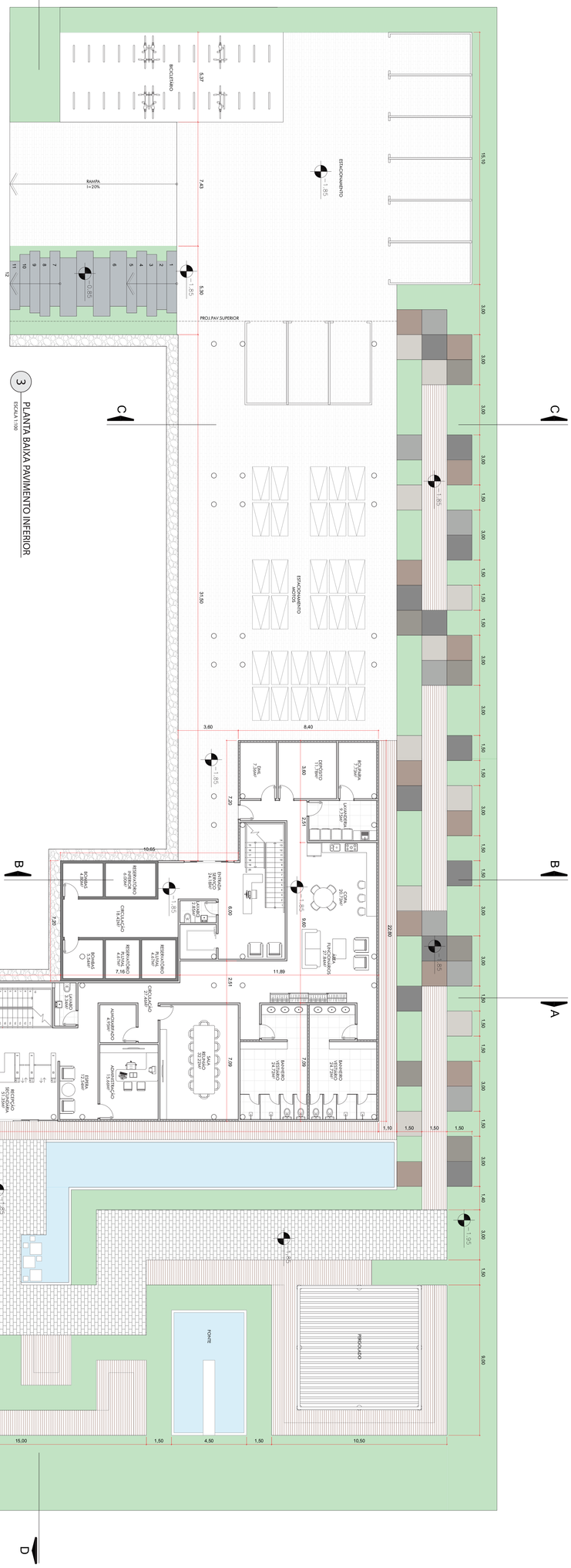
unisul Universidade
ARQUITETURA E URBANISMO UNISUL

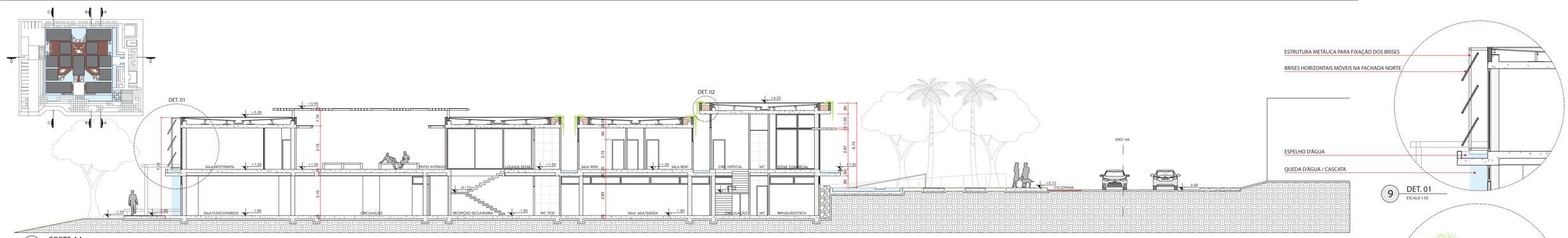



A
B
C
D
PERGOLADO
FONTE
ESPAÇO PLATIBANDA
RAMPA
ESCADA
SALA DANÇA CIRCULAR 33,34M²
SALA ARTETERAPIA 33,34M²
SALA MUSICOTERAPIA 33,34M²
SALA TAIDA-CHIANI 34,44M²
SALA MEDITAÇÃO 34,44M²
SALA ARTETERAPIA 47,67M²
SALA GESTOTERAPIA 47,67M²
SALA MUSICOTERAPIA 47,67

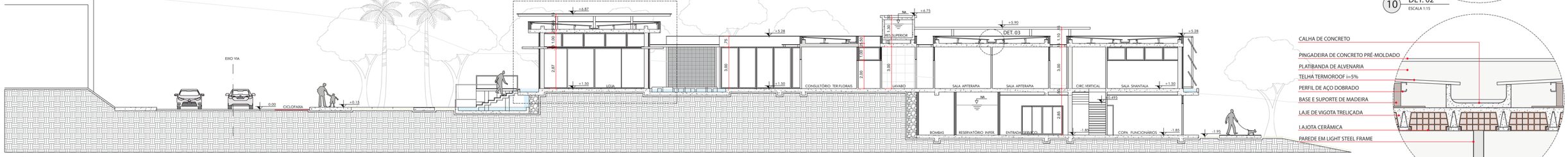


4 PLANTA DE COBERTURA
ESCALA 1:200

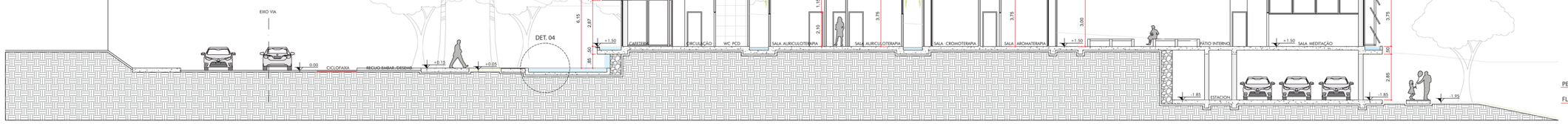

ESTACIONAMENTO
RECUO FRONTAL
RAMPA
I=20%
PROJ PAV SUPERIOR
ESTACIONAMENTO MOTOS
RECEPÇÃO
SALA MULTIUSO
SALA ATENDIMENTO
SALA ATENDIMENTO
SALA ATENDIMENT



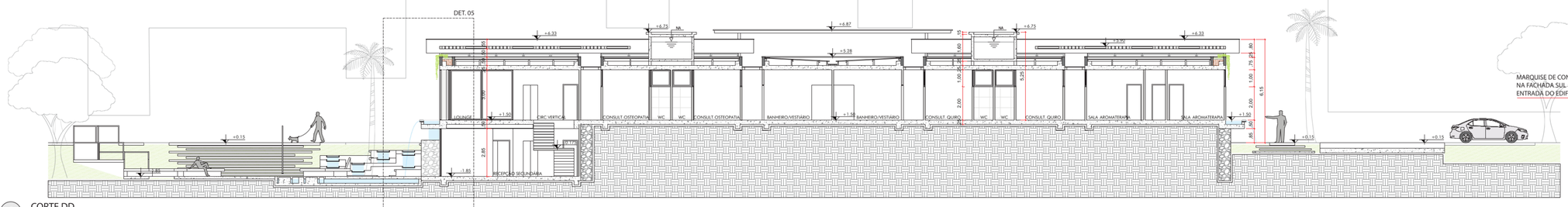
5 CORTE AA
ESCALA 1:100



6 CORTE BB
ESCALA 1:100

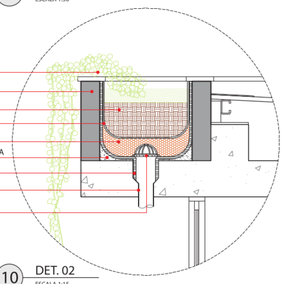


7 CORTE CC
ESCALA 1:100

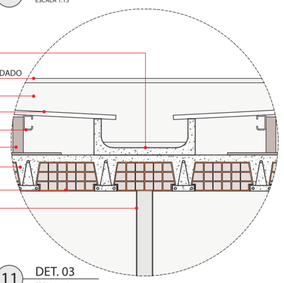


8 CORTE DD
ESCALA 1:100

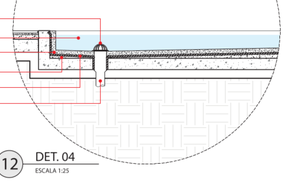
9 DET. 01
ESCALA 1:50



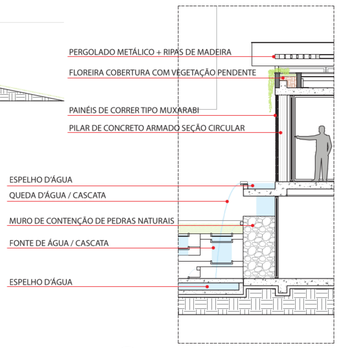
10 DET. 02
ESCALA 1:15



11 DET. 03
ESCALA 1:15

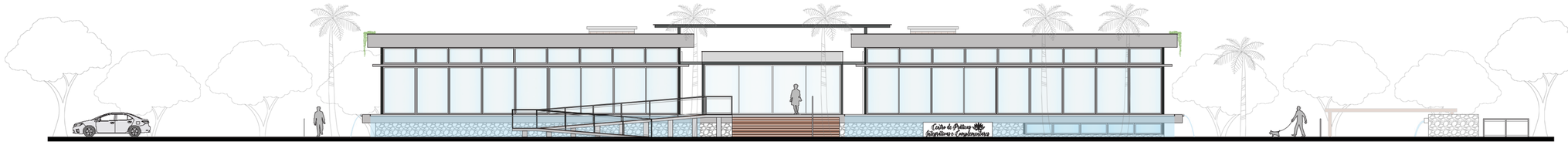


12 DET. 04
ESCALA 1:25



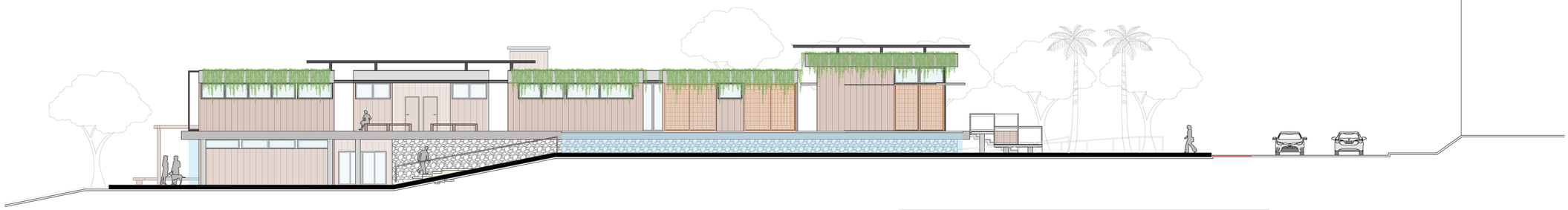
13 DET. 05
ESCALA 1:25

14 DET. 06
ESCALA 1:100



15 FACHADA SUL
ESCALA 1:100

16 FACHADA LESTE
ESCALA 1:100



17 FACHADA OESTE
ESCALA 1:100

18 FACHADA NORTE
ESCALA 1:100

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO II

CENTRO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES

ARQUITETURA E URBANISMO

ALUNA: ELISA BOLDO LISBOA

ORIENTADOR: ROBERTO MOTTA BEZ

2021-A

6/6

unisul Universidade ARQUITETURA E URBANISMO UNISUL