

1 INTRODUÇÃO

Os transtornos mentais mais comuns do século XXI são a depressão e a ansiedade.

Segundo dados de 2017, da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2017, p.8-10), cerca de 322 milhões de pessoas no mundo sofrem de depressão e 264 milhões, de ansiedade.

Com números tão elevados, se faz pertinente a proposta de um projeto arquitetônico de um centro terapêutico voltado ao tratamento e reabilitação de pessoas que sofrem com a depressão e o excesso de ansiedade. Tal proposta visa promover o bem estar dos indivíduos, aplicando ao projeto de centro terapêutico, os conhecimentos de conforto ambiental, da neuroarquitetura e da biofilia.

Centro Universitário Curitiba

CONRADO DOS SANTOS MARQUES MOTTA¹

Orientadora: Silvana Laynes de Castro²



**CENTRO TERAPÊUTICO
PARA TRATAMENTO
DE DEPRESSÃO E
ANSIEDADE**

¹Graduando do curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário Curitiba (conradommotta@gmail.com).

²Professora e orientadora do curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário Curitiba, arquiteta e urbanista, mestre em Construção Civil pela Universidade Federal do Paraná (slaynes@me.com).

O PROJETO PERMEIA-SE NA UTILIZAÇÃO DOS ESTUDOS REALIZADOS ACERCA DA NEUROARQUITETURA, A QUAL PRESUME QUE OS ESPAÇOS, ATRAVÉS DAS NEUROCIÊNCIAS E DE SUAS ÁREAS CORRELATAS, INFLUENCIAM DIRETAMENTE NO CÉREBRO, ASSIM COMO A UTILIZAÇÃO DOS PRECEITOS DA BIOFILIA NA HUMANIZAÇÃO DOS PROJETOS.

A INTEGRAÇÃO DESTES CONCEITOS RESULTARÁ EM UMA CLÍNICA TERAPÊUTICA PARA O TRATAMENTO DE DEPRESSÃO E ANSIEDADE, A QUAL SERÁ VOLTADA PARA O SER HUMANO E A NATUREZA.

O PROJETO VISA AINDA, RETIRAR TODA A HOSTILIDADE QUE OS HOSPITAIS, CLÍNICAS PSIQUIÁTRICAS E DE TRATAMENTO PSICOLÓGICO, REPRESENTAM À SOCIEDADE, TORNANDO-OS AMBIENTES DE CONVÍVIO QUE TRANSMITAM SEGURANÇA, CONFORTO, E O MAIS IMPORTANTE: PROMOVAM A SAÚDE MENTAL.



Fonte: Emmanuelle Moureaux, 2014

2 OBJETIVOS

- Realizar o levantamento teórico sobre depressão, ansiedade e aspectos da arquitetura;
- Analisar as necessidades do público-alvo;
- Compreender como a arquitetura pode auxiliar no bem-estar e recuperação dos pacientes;
- Analisar estudos de caso e a construção das diretrizes do projeto;
- Desenvolver as diretrizes projetuais.

3 TRANSTORNOS MENTAIS

A depressão e a ansiedade são patologias que muito tem preocupado a sociedade, pois o número de pessoas que sofrem desses transtornos aumentou nos últimos 10 anos. O Brasil, segundo os dados da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2017, p.18), de 2017, encontra-se em segundo lugar na posição mundial, com 5,8% da população com transtorno de depressão, que abrange cerca de 11,54 milhões de pessoas. Já com transtornos de ansiedade, o Brasil está em primeiro lugar com 9,3% da população, com um total de 18,65 milhões de pessoas.

Sendo um conjunto de sintomas, a depressão apresenta características que incluem

pensamentos negativos, mudanças no sono, falta de motivação para realizar tarefas que antes faziam parte da rotina, alterações no humor e entre outros sintomas que podem variar de acordo com cada indivíduo (CID-10, p.19).

Já a ansiedade apresenta características como sentimentos de ansiedade,



medo, fobias, pânico, podendo se agravar de acordo com a perturbação de cada indivíduo. Cada transtorno tem seus sintomas específicos e podem variar, como na depressão, entre leve à grave (OMS, 2017, p. 7-8).

Desta forma, reflete-se sobre a necessidade de clínicas preparadas para atender pessoas com transtornos mentais.

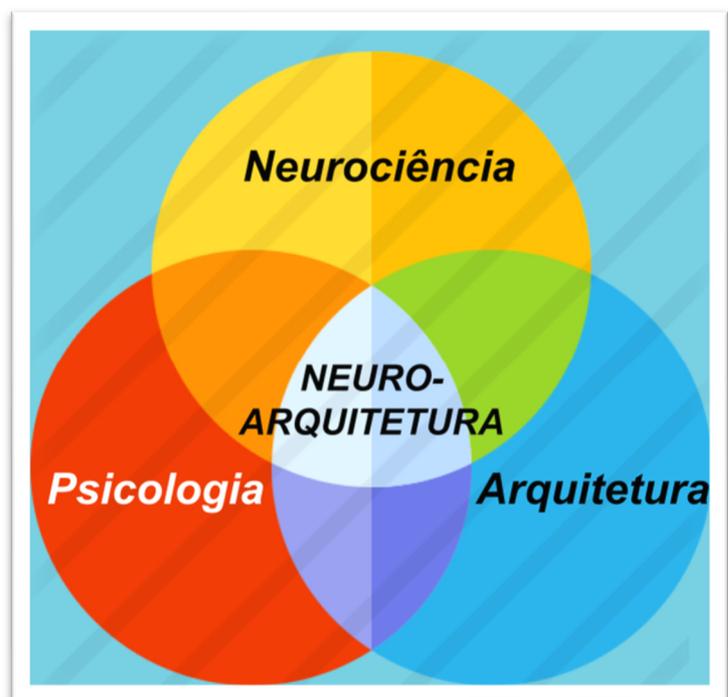
4 NEUROARQUITETURA, BIOFILIA E CONFORTO AMBIENTAL

- NEUROARQUITETURA

O termo neuroarquitetura refere-se a uma área interdisciplinar que faz a junção da arquitetura e do urbanismo com a neurociência e suas áreas correlatas, como a ciência cognitiva e a psicologia, objetivando a relação entre os espaços construídos e o impacto destes no cérebro humano (PAIVA, 2017, s.p.).

Segundo Paiva (2017, s.p.), a neuroarquitetura presume que os espaços influenciam diretamente no cérebro, fugindo até mesmo da percepção consciente. A maior

compreensão do cérebro, como a plasticidade cerebral e as emoções, e dos pensamentos que estão abaixo do nível de consciência, auxiliam o arquiteto na hora de projetar o ambiente, pois deste modo a arquitetura alcança o nível inconsciente e é capaz de provocar impactos profundos nos indivíduos.



Fonte: Brain Support, 2020

VERIFICA-SE, ENTÃO, QUE A NEUROARQUITETURA É O ESTUDO QUE MEDE AS ATIVIDADES CEREBRAIS EM RELAÇÃO AO AMBIENTE CONSTRUÍDO, O QUE POSSIBILITA A PROJEÇÃO DE ESPAÇOS PENSADOS PARA O INDIVÍDUO E NÃO APENAS PARA A FUNCIONALIDADE.

• BIOFILIA

A palavra Biofilia, em grego, significa amor ou afeição à vida. Os biólogos defendem a hipótese de que a biofilia é algo instintivo para o ser humano, é de sua natureza querer se conectar com o meio ambiente, sendo algo benéfico para a saúde física e mental das pessoas (PAIVA, 2020, s.p.).

Uma característica importante de um projeto de biofilia é a utilização das formas botânicas no lugar de linhas retas, a fim de determinar relações visuais, como luz e sombra (STOUHI, 2019, s.p.). Um dos materiais mais utilizados para fazer a integração de ambientes



Fonte: ArchDaily

com a biofilia é a madeira.

O princípio da biofilia é unir as pessoas com a natureza para recuperar o bem-estar. Isto deve ser feito com a integração da natureza nos projetos, os profissionais responsáveis como arquitetos e designers, devem adicionar as propriedades da natureza aos ambientes projetados (STOUHI, 2019, s.p.).

• CONFORTO AMBIENTAL

Para cada fator ambiental (luz, som, cores, clima, dentre outros), existe, dentro da arquitetura, interferências e abordagens utilizadas para resultar no conforto humano (ANVISA, 2014, p.12). De forma que o Conforto Ambiental pode ser subdividido em:

- ✚ **CONFORTO VISUAL:** A iluminação e as cores, podem favorecer um espaço, visando qualidade e melhor performance nas funções desempenhadas pelos indivíduos que o frequentam (ANVISA, 2014, p.71).
- ✚ **CONFORTO ACÚSTICO:** Decibel é a unidade de medida utilizada para medir ruídos de um espaço. Os ruídos podem ser significativos aos indivíduos, em ambientes hospitalares, o recomendado pela Associação Brasileira de Normas Técnicas (2000), é de 35 a 55 decibéis (ABNT, 2000, s.p.).
- ✚ **CONFORTO ERGONÔMICO:** A ergonomia é a ciência que estuda a interação do ser humano e seu trabalho, assim como de todo o ambiente e equipamentos (GOES, 2004, p. 105). Ao projetar espaços destinados à saúde, deve-se levar em consideração materiais que passem a sensação de conforto às pessoas que ali permanecerem, seja pela composição físico-química destes materiais, ou por suas texturas, ou cores (GOES, 2004, p. 109).
- ✚ **CONFORTO HIDROTÉRMICO:** O indicativo mais frequentemente utilizado para obter o conforto térmico é a temperatura do ar, porém outros fatores também influenciam, como a umidade relativa do ar. Por isto é utilizado o conceito hidrotérmico. A temperatura entre 21 a 23,9 °C, é a que mais provoca uma resposta fisiológica de conforto térmico, nos indivíduos (ANVISA, 2014, p. 33).
- ✚ **CONFORTO OLFATÓRIO:** O sentido do olfato proporciona ao indivíduo que ele interaja com o meio ambiente e o compreenda, ocasionando uma melhor convivência humana (ANVISA, 2014, p. 123). Um fator fundamental para o conforto olfatório em um ambiente é como se realiza o descarte do ar e dos odores.

5 ESTRUTURAS BÁSICAS

SELO DE CONSTRUÇÃO:

➤ Selo WELL building certification O WELL, trabalha diretamente com a influência da arquitetura na saúde humana, abordando sete conceitos – ar, água, alimentação, luz, aptidão física, conforto e mente.

HOSPITAL DIA:

Local que oferta diferentes atividades e tratamentos alternativos, com o objetivo de promover a melhora psicológica dos pacientes, não fazendo uso apenas de remédios, que apesar de serem demasiadamente importantes, não devem ser vistos como única opção.

SPA

Local que promovem o bem-estar através de diversos serviços, incentivando a regeneração do corpo, da mente e do espírito.

- Spa day: oferece massagens e tratamentos faciais, manicure etc.;
- Spa Médico: oferece além do relaxamento do corpo e da mente, tratamentos mais pontuais para ansiedade, stress, instabilidade emocional, dores crônicas e agudas, diabetes, entre outros, sempre acompanhado por médico e/ou enfermeiro.

CONSULTÓRIO INDIFERENCIADO:

Funciona com diversas tipologias médicas, como consultas com clínico geral, nutricionista e psicólogo.

PISCINA:

Pode ser individual ou coletiva, destinada a procedimentos terapêuticos dentro da água.

POSTO DE ENFERMAGEM E SERVIÇOS

Tem a função de executar e registrar a assistência de enfermagem.

SALA DE TERAPIAS

Ambiente destinado ao atendimento e terapia, de forma individualizada, assim como para a emissão de relatórios.

SALA DE PSICOMOTRICIDADE E LUDOTERAPIA

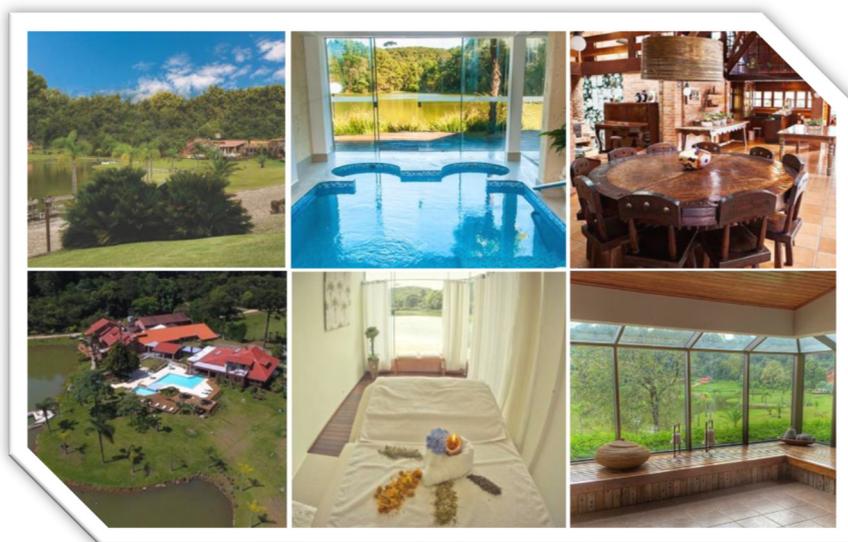
Realizar atividades de psicomotricidade e ludoterapia, assim como emitir relatórios.

SALA DE YOGA

Para a prática de yoga.

6 ESTUDOS DE CASO

➤ ESTUDO DE CASO 1: ESTÂNCIA DO LAGO - SPA E WELLNESS



Fonte: Estância do Lago, 2020, s.p.

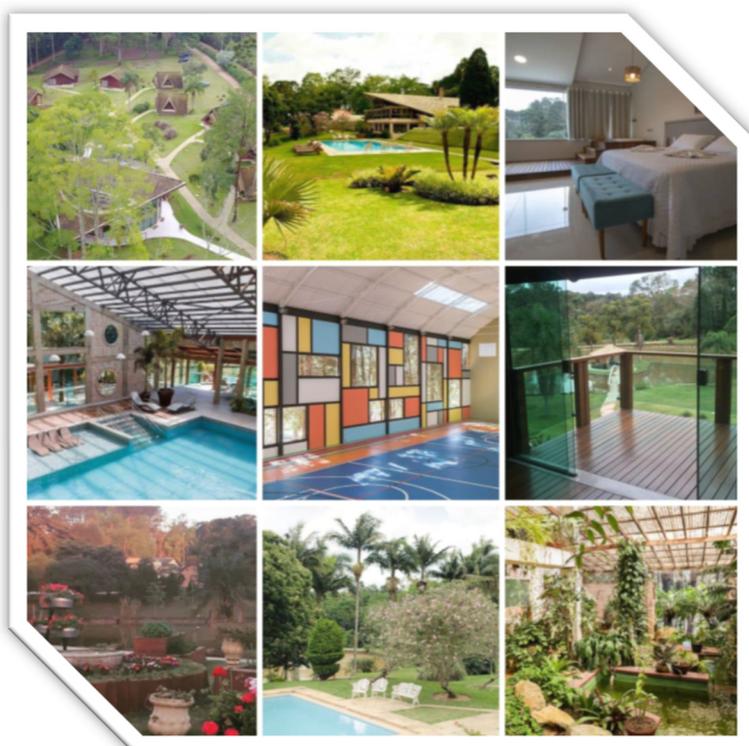
Localizado à Rua Pedro Teixeira Alves, 930, em Almirante Tamandaré, na RMC – Região Metropolitana de Curitiba.

O spa oferece serviços clínicos e terapêuticos que auxiliam no emagrecimento e no tratamento de depressão e ansiedade, além de proporcionar relaxamento.

➤ ESTUDO DE CASO 2: CLÍNICA E SPA - VIDA NATURAL

Localizada em Estrada do Paraíso, lotes 90-91, São Roque - São Paulo, atua há 40 anos com foco na restauração da saúde e prevenção de doenças.

Além dos tratamentos com hidroterapia, geoterapia, fisioterapia, massoterapia, estética, drenagem linfática e massagem modeladora, conta com diversos programas relacionados ao bem-estar, como saúde mental, obesidade, reabilitação, spa, entre outros.



Fonte: Vida Natural, 2020, s.p.

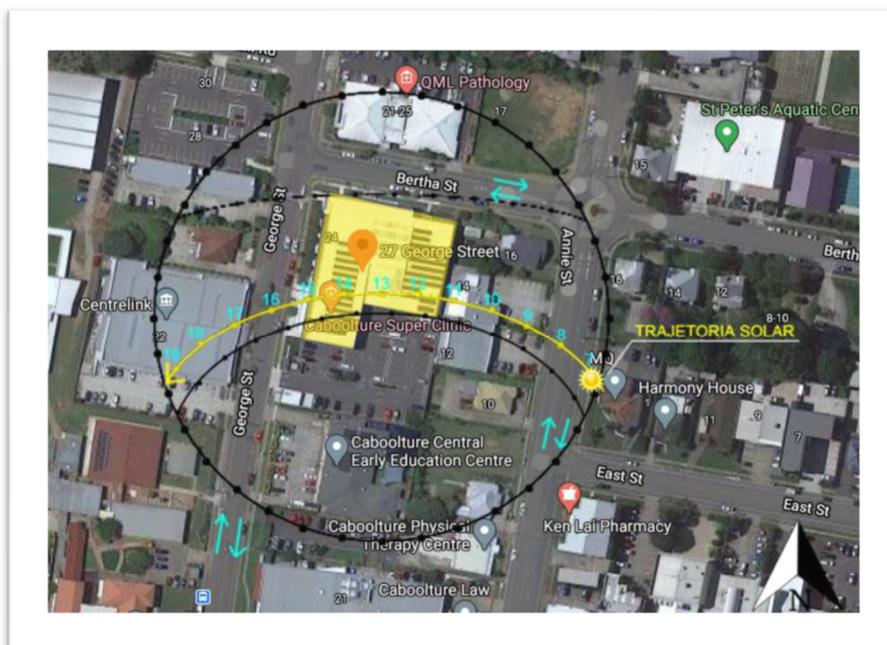
➤ ESTUDO DE CASO 3: GP SUPER CLINIC

A Caboolture Super Clinic é uma clínica de saúde comunitária, projetada pelo escritório Wilson Architects em 2015. Está localizada na cidade de Caboolture, na Austrália e possui 3.200 m² de área construída.



Fonte: ArchDaily (2019, s.p), adaptado pelo autor.

O objetivo desta clínica é tirar a rotulação das clínicas institucionais onde sempre há um aspecto hostil e oferecer um lugar que tenha integração com a natureza por meio das vegetações, propagando saúde e bem-estar.



Fonte: Google Maps (2020), adaptado pelo autor.



CORTE BB

Fonte: ArchDaily (2019, s.p), adaptado pelo autor.

Fonte: ArchDaily (2019, s.p), adaptado pelo autor.

8 PROGRAMA DE NECESSIDADES

O centro terapêutico para tratamento de depressão e ansiedade, que será projetado, possuirá infraestrutura adaptada para proporcionar a sensação de bem-estar aos indivíduos.

Contará com espaços verdes nos arredores e no interior da edificação. Terá ambientes para consultas e tratamentos que auxiliem na melhora dos pacientes com depressão e ansiedade, de acordo com as necessidades.

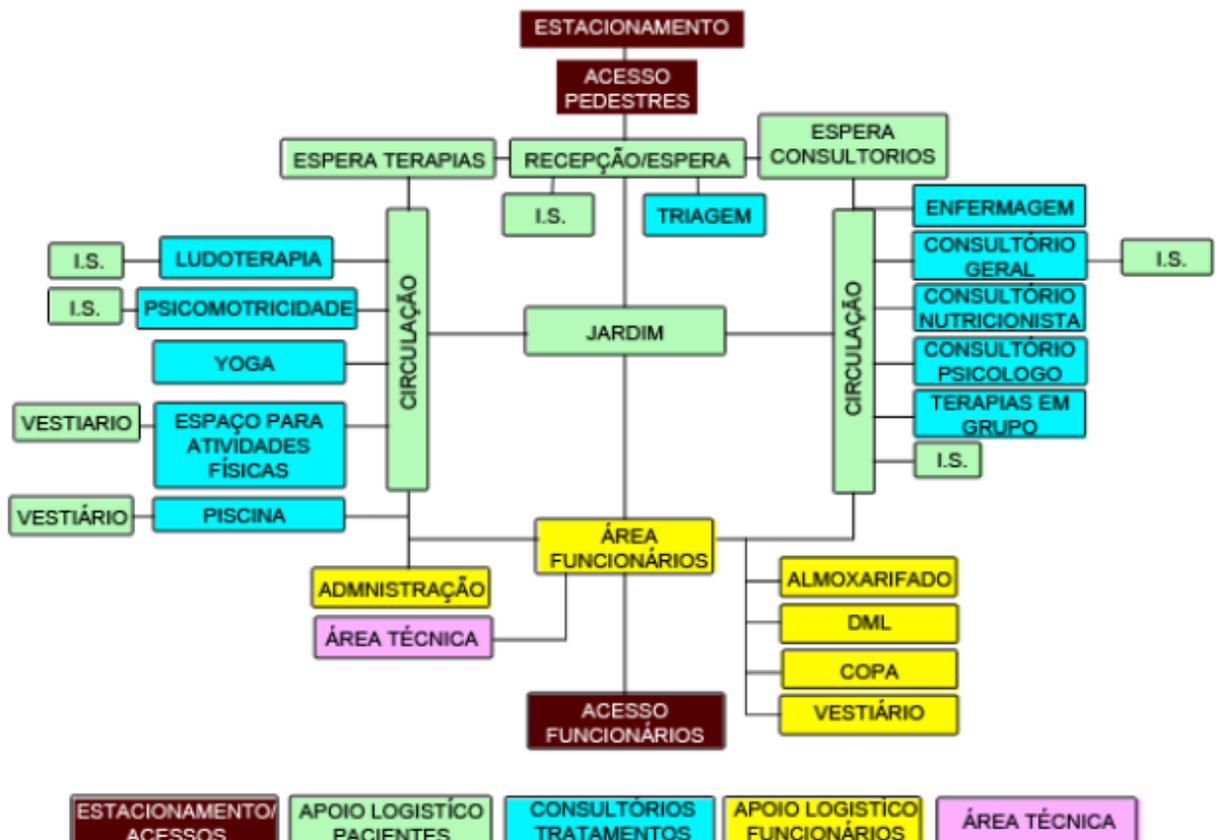
Será necessário ainda, elaborar a parte técnica e de serviço, em conjunto com as demais áreas, para que tenha uma boa funcionalidade.

ÁREAS	m ²
RECEPÇÃO E ESPERA	100
SALAS E ESPAÇOS DE TRATAMENTOS E CONSULTÓRIOS	443
ENFERMARIA/TRIAGEM	25
APOIO LOGÍSTICO FUNCIONÁRIOS	65
ÁREA TÉCNICA/ADMINISTRAÇÃO	50
LIXO HOSPITALAR	10
BANHEIROS/VESTIÁRIOS	30
ESTACIONAMENTO	200
TOTAL	923

Fonte: Autor.

ESTIMA - SE UM TOTAL DE 923M² QUADRADOS DE ÁREA CONSTRUÍDA, QUE REPRESENTA 20,77% DA ÁREA TOTAL DO TERRENO. O RESTANTE DO ESPAÇO SERÁ UTILIZADO PARA PROPORCIONAR AOS PACIENTES O CONTATO COM A NATUREZA, TRABALHANDO COM A BIOFILIA E O PAISAGISMO, AUXILIANDO ATRAVÉS DOS ESPAÇOS VERDES, OS INDIVÍDUOS NO PROCESSO DE CURA.

SETORIZAÇÃO E ORGANOGRAMA



Fonte: Autor.

REFERÊNCIAS

ABNT - Associação Brasileira de Normas Técnicas. **NBR 10151**. Avaliação do ruído em áreas habitadas visando o conforto acústico da comunidade. Rio de Janeiro, 2000.

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. **Conforto Ambiental em Estabelecimentos Assistenciais de Saúde**. 1. ed, Brasília, DF, 2014. Disponível em: http://conforlab.com.br/legislacao/manual_conforto_ambiental.pdf. Acesso em: 18 set. 2020.

ANS, Agencia Nacional De Saúde Suplementar - **O que é Hospital-dia?** - Portaria nº 44/GM/2001; Portaria SAS/MS nº 224/1992. Disponível em: http://www.ans.gov.br/aans/index.php?option=com_centralde atendimento&view=pergunta&resposta=465&historico=23129212. Acesso em: 26 set. 2020

ARCHDAILY. Disponível em: https://www.archdaily.com.br/br/941721/centro-maggie-de-leeds-heatherwick-studio/5ee2318eb357655b9e000222-maggies-leeds-centre-heatherwick-studio-photo?next_project=no Acesso em: 20 mar. 2021.

BOSCH, Matilda van den, LINDENBERG, Andreas Meyer. **Environmental Exposures and Depression: Biological Mechanisms and Epidemiological Evidence**. Annu. Rev. Public Health. Disponível em: <https://www.annualreviews.org/doi/pdf/10.1146/annurev-publhealth-040218-044106>. Acesso em: 25 set. 2020.

BRAIN SUPPORT. **NEUROARQUITETURA - Utilizando o EEG para criar ambientes mais alegres e produtivos**. 2020. Disponível em: <https://www.brainlatam.com/blog/neuroarquitetura-utilizando-o-eeeg-para-criar-ambientes-mais-alegres-e-produtivos-1592>

CLÍNICA E SPA VIDA NATURAL. Disponível em: <http://www.vidanatural.com.org.br/>. Acesso em: 10 set. 2020

COUTINHO, Fernanda Corrêa; DIAS, Gisele Pereira; BEVILAQUA, Mário Cesar do Nascimento. História. In: NARDI, Antonio Edigio; QUEVEDO, João; SILVA, Antônio Geraldo. **Transtorno de Pânico – Teoria e Clínica**. São Paulo: Artemed, 2013.

MOUREAUX, Emmanuelle. Arquitetura. 2014. Disponível em: <https://www.emmanuellemoureux.com/space#/space/shinjuen/> Acesso em: 20 mar. 2021.

FARRELLY, Jessica. **What is a Spa?** Spas.ie. 25 de ago. 2011. Disponível em: <https://spas.ie/what-is-a-spa>. Acesso em: 23 set. 2020.

GP SUPER CLINIC. **Wilson Architects**. Disponível em: https://www.archdaily.com.br/br/930734/caboolture-gp-super-clinic-wilson-architects?ad_source=search&ad_medium=search_result_all. Acesso em: 10 set. 2020.

LIMA, Maria Cristina P.; BOTEGA, Neury José. **Hospital-dia: para quem e para quê?** - Faculdade de Medicina de Botucatu da Unesp. 2001. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/30884/S1516-44462001000400006.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 15 set. 2020.

OPAS, Brasil. **Aumenta o número de pessoas com depressão no mundo**. fev. 2017. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5354:aumenta-o-numero-de-pessoas-com-depressao-no-mundo&Itemid=839. Acesso em: 16 set. 2020

ORGANIZATION, World Health. **Depression and Other Common Mental Disorders**. Geneva: Artmed, 2017.

ORGANIZATION, World Health. **Classificação de Transtornos Mentais e de Comportamento da CID-10**. Geneva: Artmed, 2008.

PAIVA, Andrea de. **NeuroArquitetura: o que é isso?**. 2017. Disponível em: <https://www.neuroau.com/post/neuroarquitetura-o-que-%C3%A9-isso>. Acesso em: 13 set. 2020

PAIVA, Andrea de. Como a **Neuroarquitetura transforma a forma de projetar**. 2020. Disponível em: <https://www.athiewohnrath.com.br/aw-e-trends/como-a-neuroarquitetura-transforma-a-forma-de-projetar/>. Acesso em: 14 set. 2020

PINHEIRO, Maria Teresa da Silveira; QUINTELLA, Rogerio Robbe; VERZTMAN Julio Sergio. **Psicologia Clínica**. Vol.22. Rio de Janeiro: Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, 2010.

SALINGAROS, Nikos A. **Biophilia and Healing Environments: Healthy Principles For Designing the Built World**. Terrapin Bright Green, p. 10-13, 2015.

SCHMID, Aloísio. **A ideia de conforto: reflexões sobre o ambiente construído**. Curitiba: Pacto Ambiental, 2005.

SERSON, Breno. **Transtornos de ansiedade, estresse e depressões**. 1. Ed. São Paulo: Summus Editorial, 2016.

SOUZA, Thais Rabanea da; LACERDA, Acioly Luiz Tavares de. Depressão ao longo da história. In: QUEVEDO, João; SILVA, Antônio Geraldo. **Depressão – Teoria e Clínica**. São Paulo: Artemed, 2013.

SPA ESTÂNCIA DO LAGO. **Spa médico**. Disponível em: <https://estanciadolago.com.br/>. Acesso em: 10 set. 2020

STOUHI, Dima. Os benefícios da biofilia para a arquitetura e os espaços interiores. **nov. 2019**. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/927908/os-beneficios-da-biofilia-para-a-arquitetura-e-os-espacos-interiores>. Acesso em: 16 set. 2020