

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VÁRZEA GRANDE  
FACULDADE DE ARQUITETURA E URBANISMO  
TRABALHO FINAL DE GRADUAÇÃO EM ARQUITETURA, URBANISMO E PAISAGISMO

**PROPOSTA ARQUITETÔNICA DE UM COMPLEXO DE TERAPIAS HOLÍSTICAS PARA A  
CIDADE DE CUIABÁ - MT**

**WILLIAN JONAS MININEL**

**PROF. MSC. CARLOS EDUARDO VILELA GALVÃO**

Várzea Grande - MT, Novembro de 2019.

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VÁRZEA GRANDE  
FACULDADE DE ARQUITETURA E URBANISMO  
TRABALHO FINAL DE GRADUAÇÃO EM ARQUITETURA, URBANISMO E PAISAGISMO

**PROPOSTA ARQUITETÔNICA DE UM COMPLEXO DE TERAPIAS HOLÍSTICAS PARA A  
CIDADE DE CUIABÁ - MT**

**WILLIAN JONAS MININEL**

*Monografia apresentada junto ao curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário de Várzea Grande - MT, como requisito para obtenção do título de Graduado.*

**PROF. MSC. CARLOS EDUARDO VILELA**

Várzea Grande - MT, novembro de 2019.

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VÁRZEA GRANDE  
FACULDADE DE ARQUITETURA E URBANISMO  
TRABALHO FINAL DE GRADUAÇÃO EM ARQUITETURA, URBANISMO E PAISAGISMO

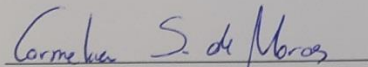
**FOLHA DE APROVAÇÃO**

**Título:** PROPOSTA ARQUITETÔNICA DE UM COMPLEXO DE TERAPIAS HOLÍSTICAS PARA A CIDADE DE CUIABÁ - MT

**Aluno:** WILLIAN JONAS MININEL

**ORIENTADOR:** PROF. MSC. CARLOS EDUARDO VILELA GALVÃO

Aprovado em 9 de dezembro de 2019.



Prof. Msc. Carmelina Suquerê de Moraes  
Coordenadora do curso de Arquitetura e Urbanismo

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VÁRZEA GRANDE  
FACULDADE DE ARQUITETURA E URBANISMO  
TRABALHO FINAL DE GRADUAÇÃO EM ARQUITETURA, URBANISMO E PAISAGISMO

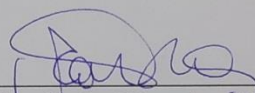
**FOLHA DE APROVAÇÃO**

**Título:** PROPOSTA ARQUITETÔNICA DE UM COMPLEXO DE TERAPIAS HOLÍSTICAS PARA A CIDADE DE CUIABÁ - MT

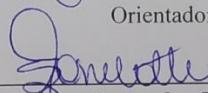
**Aluno:** WILLIAN JONAS MININEL

Comissão Examinadora:

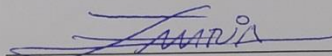
Aprovado em 9 de dezembro de 2019.



**Prof. Msc. Carlos Eduardo Vilela Galvão**  
Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG  
Orientador



**Prof. Esp. Alessandra Zanelatti Inoui**  
Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG  
Examinador Interno UNIVAG



**Prof. Msc. José Maria de Andrade**  
Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG  
Examinador Interno UNIVAG

Uma pessoa inteligente não tem a mente fechada. Ela não age como um avestruz, enterrando a cabeça na terra para fugir a novas ideias e a um aperfeiçoamento maior.

Uma pessoa inteligente não é crédula. Ela não aceita as ideias cegamente.

Uma pessoa inteligente estuda e assimila as ideias totalmente para, então, avalia-las à luz da razão; ela testa essas novas ideias através da experimentação e de sua própria experiência.

Uma pessoa inteligente estuda essas novas ideias com uma mente clara e objetiva.

Choa Kok Sui

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este trabalho aos meus super-heróis meu paizão Vanderlei Nilton Mininel e a minha rainha e mãezona Suerli de Lurdes Constântino Mininel. Sem eles eu nada seria sem eles eu nem existiria.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente a espiritualidade superior, pois sem Deus sem meu anjo protetor e sem meus professores espirituais eu não teria conseguido chegar até aqui.

Agradeço e sempre agradecerei aos meus pais, Vanderlei Nilton Mininel e Suerli de Lurdes Constantino Mininel que sempre acreditaram em mim, me apoiaram, me ensinaram a ser o homem que sou hoje e acredito que este espaço se torna pequeno e as palavras são limitadas para poderem expressar o amor e a gratidão que sinto por esses dois. Volto a repetir sem eles eu nada seria e sem eles eu nem existiria.

Agradeço aos meus amigos, que me ensinaram a ter paciência, me ajudaram a não desistir, estiveram do meu lado. Alguns saíram do meu círculo de amizade mas ainda sim continuarão em meu coração.

Agradeço a equipe de professores do UNIVAG, que se dedicaram para que isso se tornasse possível, e principalmente meu orientador e a Prof. Esp. Alessandra Zanelatti Inoui que me ajudaram e me orientaram com muita sabedoria nessa reta final da minha caminhada.

Por fim agradeço a todas as pessoas que passaram pela minha trajetória durante toda esta minha caminhada, pois todos me ensinaram alguma coisa, agregando valores dentro de mim os quais levarei para sempre.

## SUMÁRIO

<b>LISTA DE FIGURAS.....</b>	<b>5</b>
<b>LISTA DE TABELAS.....</b>	<b>9</b>
<b>RESUMO .....</b>	<b>10</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>11</b>
<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>12</b>
<b>1.1 PROBLEMÁTICA .....</b>	<b>13</b>
<b>1.2 JUSTIFICATIVA.....</b>	<b>14</b>
<b>1.3 OBJETIVOS.....</b>	<b>16</b>
<b>1.5 ESTRUTURA DA MONOGRAFIA .....</b>	<b>17</b>
<b>2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....</b>	<b>18</b>
<b>2.1 CONCEITOS.....</b>	<b>18</b>
<b>2.1.1 COMPLEXO DE TERAPIAS.....</b>	<b>18</b>
<b>2.1.2 TERAPIAS HOLISTICAS OU ALTERNATIVAS .....</b>	<b>19</b>
<b>2.1.3 EFICIÊNCIA NO TRATAMENTO POR MEIO DE TERAPIAS HOLÍSTICAS .....</b>	<b>22</b>
<b>2.1.4 DIREITO A ACESSIBILIDADE EM ESPAÇOS QUE PROMOVEM A SAÚDE DO CORPO E DA MENTE .....</b>	<b>23</b>
<b>2.1.5 ARQUITETURA SUSTENTÁVEL.....</b>	<b>25</b>
<b>2.2 FUNÇÕES E USOS .....</b>	<b>26</b>

<b>2.3</b>	<b>BENEFÍCIOS SOCIAIS.....</b>	<b>27</b>
<b>2.4</b>	<b>BENEFÍCIOS AMBIENTAIS .....</b>	<b>27</b>
<b>3</b>	<b>ASPECTOS NORMATIVOS.....</b>	<b>28</b>
<b>3.1</b>	<b>NO ÂMBITO INTERNACIONAL .....</b>	<b>28</b>
<b>3.2</b>	<b>NO ÂMBITO NACIONAL .....</b>	<b>29</b>
<b>3.3</b>	<b>NO ÂMBITO LOCAL .....</b>	<b>32</b>
<b>4</b>	<b>ASPECTOS SOCIOLÓGICOS.....</b>	<b>33</b>
<b>4.1</b>	<b>QUALIDADE DE VIDA .....</b>	<b>33</b>
<b>4.2</b>	<b>INOVAÇÃO SOBRE A TEMÁTICA .....</b>	<b>34</b>
<b>5</b>	<b>ASPECTOS TÉCNICOS .....</b>	<b>35</b>
<b>5.1</b>	<b>PROJETOS DE REFERÊNCIA.....</b>	<b>35</b>
5.1.1	PROJETO 01: Kennzur SPA.....	35
5.1.2	PROJETO 02: Spa Querétaro.....	43
5.1.3	PROJETO 03: Spa Naman (The Pure Spa) .....	48
5.1.4	MATRIZ DE ANÁLISE.....	53
<b>6</b>	<b>ASPECTOS METODOLÓGICOS.....</b>	<b>56</b>
<b>6.1.</b>	<b>UMA PROPOSTA PROJETUAL .....</b>	<b>56</b>
6.1.1	O OBJETO .....	56
6.1.2	ESTUDO DO ENTORNO .....	59
<b>6.2.</b>	<b>ESTUDO DAS CONDICIONANTES FÍSICO-ESPACIAIS.....</b>	<b>62</b>
6.2.2	TOPOGRAFIA.....	62
6.2.3	INSOLAÇÃO .....	64
6.2.3	CLIMA .....	65

6.2.3 VEGETAÇÃO.....	65
<b>6.3. PARTIDO ARQUITETÔNICO .....</b>	<b>66</b>
<b>6.4. PROGRAMA DE NECESSIDADES E QUADRO PRÉ-DIMENSIONAMENTO .....</b>	<b>67</b>
<b>6.5. FLUXOGRAMA.....</b>	<b>76</b>
<b>6.6. SETORIZAÇÃO .....</b>	<b>77</b>
<b>6.7. ENSAIOS TÉCNICOS.....</b>	<b>79</b>
6.7.1 VOLUMETRIA / LEGIBILIDADE .....	79
6.7.2 FUNCIONALIDADE .....	82
6.7.3 CONFORTO AMBIENTAL .....	82
6.7.4 ACESSIBILIDADE.....	83
6.7.5 COMUNICAÇÃO VISUAL .....	83
6.7.6 COMPOSIÇÃO PAISAGÍSTICA.....	84
<b>7 TÉCNICAS E MATERIAIS CONSTRUTIVOS.....</b>	<b>86</b>
<b>7.1 REUTILIZAÇÕES DA ÁGUA E USO DE CISTERNAS .....</b>	<b>86</b>
<b>7.2 BIODIGESTOR.....</b>	<b>87</b>
<b>7.3 PLACAS SOLARES .....</b>	<b>89</b>
<b>7.4 VENTILAÇÕES CRUZADA .....</b>	<b>90</b>
<b>7.5 ESPELHOS D'ÁGUA.....</b>	<b>91</b>
<b>8 PROPOSTA FINAL .....</b>	<b>92</b>
<b>8.1 Índices urbanísticos do Projeto.....</b>	<b>92</b>
<b>8.2 Projetos Arquitetônico.....</b>	<b>93</b>
<b>9 VOLUMETRIA.....</b>	<b>120</b>

<b>10 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>124</b>
-------------------------------------	------------

<b>11 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>125</b>
--	------------

## **LISTA DE FIGURAS**

Figura 1: Fachada Principal .....	36
-----------------------------------	----

Figura 2: Imagem Interna.....	36
-------------------------------	----

Figura 3: Jardins .....	37
-------------------------	----

Figura 4: Vista interna dos ambientes.....	37
--	----

Figura 5: Planta do Subsolo.....	38
----------------------------------	----

Figura 6: Planta baixa do térreo.....	40
---------------------------------------	----

Figura 7: Planta baixa do piso superior.....	42
--	----

Figura 8: Entrada principal.....	44
----------------------------------	----

Figura 9: Pátio central privado .....	44
---------------------------------------	----

Figura 10: Planta do térreo .....	45
-----------------------------------	----

Figura 11: Planta do piso superior .....	46
--	----

Figura 12: Interior das salas de Yoga .....	47
---	----

Figura 13: Vista do terraço jardim .....	47
--	----

Figura 14: Vista 1 da fachada .....	49
Figura 15: Vista 2 da fachada .....	49
Figura 16: Planta baixa do térreo .....	50
Figura 17: Vista do pátio interno .....	51
Figura 18: vista do espelho d'água .....	51
Figura 19: Planta baixa do piso superior .....	52
Figura 20: Localização do terreno proposto .....	57
Figura 21: Vias de Acesso .....	60
Figura 22: Estudo do entorno.....	61
Figura 23: Estudo Topográfico do terreno.....	62
Figura 24: Imagem do Terreno 1.....	63
Figura 25: Imagem do Terreno 2.....	63
Figura 26: Estudo da Insolação.....	64
Figura 27: Vegetação local 1.....	66
Figura 28: Vegetação Local 2 .....	66
Figura 29: Fluxograma .....	76

Figura 30: Proposta de setorização .....	77
Figura 31: Implantação Setorizada .....	78
Figura 32: Primeiras ideias do bloco principal.....	80
Figura 33: Volumetria inicial .....	81
Figura 34: Biodigestor .....	88
Figura 35: Composição do Painel Fotovoltaico .....	89
Figura 36:Comportamento da ventilação conforme posicionamento das esquadrias .....	90
Figura 37: Espelho d'água .....	91
Figura 38: Implantação Humanizada .....	94
Figura 39: Bloco Administrativo e Recepção - Layout.....	95
Figura 40: Bloco Administrativo e Recepção - Corte Longitudinal e Transversal.....	96
Figura 41: Bloco Administrativo e Recepção - Fachada frontal e lateral.....	97
Figura 42: Salas de Terapias - Planta Humanizada.....	98
Figura 43: Salas de Terapias - Corte Longitudinal e Transversal .....	99
Figura 44: Salas de Terapias - Fachada frontal e lateral .....	100
Figura 45: Salas de Ofurô - Planta Humanizada.....	101

Figura 46: Salas de Ofurô - Corte Longitudinal e Transversal .....	102
Figura 47: Salas de Ofurô - Fachada Frontal e lateral .....	103
Figura 48: Sala de Pilates - Planta Humanizada.....	103
Figura 49: Sala de Pilates - Corte Longitudinal e Transversal .....	105
Figura 50: Sala de Pilates - Fachada Lateral e Frontal .....	105
Figura 51: Sala de Yoga - Planta Humanizada .....	106
Figura 52: Sala de Yoga - Corte Longitudinal e Transversal.....	107
Figura 53: Sala de Yoga - Fachada Frontal e Lateral .....	108
Figura 54: Auditório - Planta Humanizada .....	109
Figura 55: Auditório - Corte Longitudinal.....	110
Figura 56: Auditório - Corte Transversal .....	111
Figura 57: Fachada frontal .....	112
Figura 58: Fachada Lateral .....	113
Figura 59: Restaurante - Planta Humanizada .....	114
Figura 60: Corte Longitudinal e Transversal .....	115
Figura 61: Restaurante - Fachada Frontal e Lateral .....	116

Figura 62: Guarita - Planta Humanizada.....	117
Figura 63: Guarita - Corte Longitudinal e Transversal .....	118
Figura 64: Guarita - Fachada posterior e lateral.....	119
Figura 65: Entrada Principal.....	120
Figura 66: Fachada principal do bloco administrativo e recepção.....	120
Figura 67: Fachada Principal do bloco das salas de terapias .....	121
Figura 68: Fachada Principal das Salas de ofurô.....	121
Figura 69: Fachada Principal do Auditório .....	122
Figura 70: Fachada Principal do Restaurante .....	122
Figura 71: Vista Aérea do Terreno .....	123

## **LISTA DE TABELAS**

Tabela 1: Síntese análise comparativa dos Projetos Referenciais.....	53
Tabela 2: Índices Urbanísticos .....	59
Tabela 3: Índices Urbanísticos .....	92

## **RESUMO**

MININEL, W. J. **Proposta arquitetônica de um spa urbano holístico para a cidade de Cuiabá-MT.** Monografia apresentada junto ao curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário de Várzea Grande – MT. Várzea Grande, 2019.

As Terapias holísticas ou alternativas vêm ganhando cada vez mais espaço dentro do mercado, por seu olhar diferenciado dentro do âmbito da saúde o qual vê o homem como detentor de corpo, mente e alma e para se curar de uma determinada doença, síndrome ou compulsão é necessário tratar os seus três corpos e não apenas o corpo material. O presente trabalho busca desenvolver um projeto que se adeque a esta realidade, buscando desenvolver um espaço que possa integrar o homem com a natureza e ao mesmo tempo dar aos usuários do local a tranquilidade necessária para um bom tratamento. O resultado final se apresenta como um projeto agradável que busca unir o homem com a natureza em meio a cidade.

**Palavras-Chave:** Complexo, Terapias holísticas, Arquitetura sustentável.

**ABSTRACT**

**MININEL, W. J.** Architectural proposal of a holistic urban spa for the city of Cuiabá-MT. **Monograph presented next to the Architecture and Urbanism course at the University Center of Várzea Grande - MT. Várzea Grande, 2019.**

Holistic or alternative therapies have been gaining more and more space within the market, because of its differentiated look within the scope of health which sees man as the holder of body, mind and soul and to cure a certain disease, syndrome or compulsion is you need to treat your three bodies and not just the material body. The present work seeks to develop a project that fits this reality, seeking to develop a space that can integrate man with nature and at the same time give the users of the place the necessary tranquility for a good treatment. The end result is a pleasant project that seeks to unite man with nature in the middle of the city.

**Keywords:** Urban Spa, Holistic Therapies, Sustainable Architecture

## INTRODUÇÃO

Com o passar do tempo, a medicina usual ou científica tornou-se deficiente para solucionar algumas doenças como as crônicas degenerativas, com isto começaram a ganhar espaço no mercado a Medicina Alternativa Complementar ou terapias Holísticas sendo intensificado em 1960. Seu foco no tratamento busca explicar as doenças baseando-se no estilo de vida e ambiental que seus pacientes estão inseridos e não apenas nas reações biológicas do corpo (OTANI e BARROS, 2011). Estas terapias unem técnicas e saberes de cunho popular e transcultural, que analisam o homem não apenas como portador de um corpo biológico, mas também como portador de um corpo mental e espiritual (TEIXEIRA, 1996).

No ano de 2002, a Organização Mundial de Saúde, publica uma estratégia global sobre o uso das Medicinas Tradicionais (compreendida como Terapia Holística dentro deste trabalho) e define que *“este é um termo amplo, utilizado para referir-se tanto aos sistemas da medicina tradicional Chinesa, o Ayurveda hindu, medicina unani árabe, e as diversas formas de medicina indígena,”*. Ou seja, as Terapias Holísticas englobam diversos conhecimentos antigos de cuidados do corpo, baseando-se no uso de medicamentos de origem vegetal ou animal, ou sem uso de medicamentos como no caso da acupuntura, terapias manuais e terapias espirituais. Ainda comenta que seu uso é muito crescente em países como os da África, a qual corresponde 80% dos serviços de saúde, na América Latina na China representa 40% e vem sendo muito bem difundida em países da América do Norte, Oceania e Europa (OMS,2002-2005).

Em 2006, o Ministério da Saúde do Brasil publica a portaria nº971 prevê a inclusão de homeopatia, plantas medicinais/fitoterapia, acupuntura/medicina chinesa e termalismo social no SUS, prioritariamente na Atenção Primária à Saúde (APS), no ano de 2017 são incluídas mais 14 práticas e por fim no ano de 2019 foi incluído mais 10 a esta lista,

totalizando 29 práticas integrativas, tornado o Brasil um país líder em difundir estas práticas na atenção básica de saúde. Hoje além das cinco terapias citadas anteriormente estão presentes arteterapia, yoga, reiki, musicoterapia, cromoterapia, constelação familiar, meditação entre outras (Ministério da Saúde, 2018).

As técnicas abordadas dentro das Terapias Holísticas vêm sendo cada vez mais difundidas e procuradas nos hospitais tanto particulares como pelo SUS. Não é difícil encontrar na literatura artigos científicos que estudam e comprovam a eficiência destas práticas no auxílio do tratamento de pessoas com doenças degenerativa, crônicas ou até mesmo em pacientes com câncer, jamais substituindo o tratamento da medicina convencional. Estes estudos são realizados pelos profissionais de diversas áreas da saúde, tais como profissionais de psicologia, enfermagem, fisioterapia entre outros.

O presente trabalho propõe elaborar um projeto arquitetônico de um Complexo de Terapias Holísticas para a cidade de Cuiabá MT que possa atender as necessidades dos terapeutas holísticos, propondo salas espaçosas e uma maior integração com a natureza longe do centro urbano e da poluição sonora, permitindo à eles melhores condições de trabalho.

## 1.1 PROBLEMÁTICA

O principal problema dentro deste tema está na ausência de edificações que possam comportar adequadamente espaços voltados a estes tipos de tratamentos, muitos estão localizados dentro dos centros urbanos e acabam por competir com a poluição sonora advindos de automóveis ou pela vizinhança que não compreendendo acabam por colocar som alto com músicas que não são apropriadas para o momento do tratamento. Outro importante ponto que vem a ser levantado é a inexistência ou a carência dos espaços voltados a este ramo. Em uma pesquisa rápida feita no Google Maps sobre espaços

voltados a terapias alternativas em Cuiabá, é possível visualizar que existem poucos espaços deste setor, a maioria deles são voltados a um ou no máximo 5 tipos diferentes de terapias sendo os mais comuns acupuntura, quiropraxia, reiki, meditação e yoga. Alguns espaços são clínicas de estéticas e escolas de dança que oferecem estes serviços como um diferencial. Em outros casos observa-se, pelo mesmo site, que as clínicas ou espaços são geralmente casas adaptadas ou espaços com pouca interação com a natureza, somente alguns possuem uma arquitetura mais moderna.

## 1.2 JUSTIFICATIVA

Ao pensar em desenvolver um Complexo de Terapias Holísticas o primeiro pensamento que surge é sobre o beneficiamento social que a implantação deste empreendimento pode trazer a sociedade, tal tema pode ser descrito por Neto, Faria e Figueredo (2009), em seu artigo com o título “**medicina complementar e alternativa: utilização pela comunidade de Montes Claros, Minas Gerais**”, foi concluído pelos autores a importância do uso da medicina complementar e alternativa durante o tratamento, além de poder traçar o perfil dos seus usuários, constataram um número alto de pessoas que correm a este tipo de tratamento, incluindo pessoas de renda alta e melhores níveis de escolaridade.

Em outro estudo realizado por Nagai e Queiroz (2011), intitulado “**Medicina complementar e alternativa na rede básica de serviços de saúde: uma aproximação qualitativa**” os autores realizam um estudo sobre a representação social de profissionais da área da saúde quanto a implementação de práticas médicas complementares e alternativas na rede básica de saúde na cidade de Campinas (SP), por meio de pesquisa qualitativa eles buscam compreender os obstáculos na

implementação dessa prática. Ao final do trabalho eles concluem que sua implementação tem acontecido com sucesso, devido a quatro fatores: 1 - disposição de pacientes, 2 - a visão positiva dos médicos sanitaristas, 3 - o apoio de profissionais da área da saúde que não são médicos e 4 – a perspectiva das medicinas alternativas e complementares que se encontram em plena sintonia com a proposta do Sistema Único de Saúde (SUS).

Nagai e Queiroz complementam dizendo:

“ A totalidade dos profissionais entrevistados que adotam terapias alternativas considera a sua prática inteiramente compatível com a tradição científica, descartando qualquer insinuação de ordem filosófica ou religiosa que contenha um sentido de oposição à perspectiva científica. O que os torna ainda mais próximo da perspectiva ‘preventivista’ dos sanitaristas é a visão de que a promoção de saúde não pode ocorrer pelo mero combate às doenças.

Tal visão é particularmente verdadeira no caso das doenças crônicas, que apresentam uma natureza multicausal. Nesse sentido, os nossos entrevistados admitem que uma parte significativa da procura por serviços médicos tem como razão problemas e distúrbios que não podem ser detectados ou tratados pelo foco mecanicista projetado pela medicina alopática. Assim, a proposta das medicinas alternativas e complementares viria preencher esse enorme vazio, deixando para a medicina alopática os casos mais agudos, que se encaixam melhor em sua perspectiva (NAGAI e QUEIROZ, 2011).”

Para Galli *et al* (2012), os problemas voltados a saúde do ser humano tem origem energética comprovando aos profissionais da área da saúde que o homem é composto por uma natureza cósmica e que seu estado de saúde depende da

interação entre o homem e o cosmos, sendo possível ambos ser tratados dentro das Terapias Holísticas. Por meio dos artigos relatados nota-se que as terapias holísticas vem sendo cada mais procuradas e que seus efeitos são positivos no auxílio de tratamentos de doenças, beneficiando toda sociedade.

Por fim o desenvolvimento deste trabalho está voltado para subsidiar a carência de estabelecimentos adequados para a prática de terapias holísticas incentivando o seu uso e principalmente promovendo os saberes que estas terapias abordam e também para o benefício dos terapeutas holísticos, pois muitas vezes estes profissionais não possuem uma renda suficiente para elaborar um espaço mais amplo e aconchegante para atender o seus pacientes por isso muitos acabam por alugar residências unifamiliares ou centro comerciais ou fazendo atendimento homecare. Como o presente trabalho possui a intenção de projetar salas de atendimento que atendam diversos tipos de terapias, estas poderiam ser futuramente alugadas para estes terapeutas beneficiando os clientes, os terapeuta e sendo uma forma de renda para o Spa.

### 1.3 OBJETIVOS

Esta pesquisa tem como objetivo geral desenvolver um Complexo de Terapias Holísticas para a cidade de Cuiabá-MT.

Os objetivos específicos são:

- Pesquisa e análise do tema;
- Analisar materiais construtivos que melhor se adequem ao tema;
- Analisar projetos de referência arquitetônica a fim de subsidiar a concepção do projeto;
- Propor um projeto arquitetônico possuindo técnicas de sustentabilidade e integração com o entorno.

## 1.5 ESTRUTURA DA MONOGRAFIA

Este trabalho está estruturado nos seguintes capítulos:

O capítulo 2 faz uma revisão bibliográfica falando sobre os conceitos.

O capítulo 3 aborda sobre as normas internacionais, federais e municipais existentes.

O capítulo 4 vem expressar sobre os benefícios sociais que o presente trabalho pode promover aos cuiabanos ressaltando a justificativa.

O capítulo 5 mostra os projetos de referência usados.

O capítulo 6 aborda sobre os aspectos metodológicos, o terreno proposto e seus condicionantes ambientais.

O capítulo 7 mostra as técnicas construtivas usadas.

O Capítulo 8 mostra as definições e tipologias.

No capítulo 9 é apresentada a proposta final arquitetônica.

## 2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

### 2.1 CONCEITOS

Os conceitos aqui citados têm por objetivo auxiliar na formação da ideia sobre o tema proposto, para tal foram divididos em subtítulos.

#### 2.1.1 COMPLEXO DE TERAPIAS

Segundo o dicionário Michaelis On-line a palavra complexo pode ser entendida como “*um conjunto de coisas ou fato com ou sem relação entre si (...)*”. Quando partimos para o lado da saúde o Ministério da Saúde dentro da Portaria Interministerial nº285, de 24 de março de 2015 define como complexo hospitalar como “*conjunto de estabelecimentos hospitalares gerais ou especializados, que possuem complementariedade e interdependência de atuação, sediados ou não no mesmo local, reunidos sob uma administração centralizada própria (...)*”. Após essas duas definições pode-se entender que um complexo de terapias é um local onde há um conjunto de estabelecimentos que se complementam fazendo parte de um todo. O presente trabalho pode ser considerado como um complexo por conter várias especialidades de terapias holísticas atendendo dentro de um mesmo espaço e também por apresentar outras edificações além do prédio principal como um auditório e um restaurante que vem a complementar as atividades exercidas dentro do prédio principal.

## 2.1.2 TERAPIAS HOLISTICAS OU ALTERNATIVAS

Terapias alternativas são conhecimentos e informações que visam a assistência a saúde dos pacientes, na prevenção, tratamento ou cura através de uma perspectiva de saúde em que se considera os seres humanos de um modo integral como detentores de mente, corpo e espírito, que existem e funcionam de modo interdependentes e não como um conjunto de partes isoladas. Possibilitando tratamentos menos agressivos e com menos riscos de efeitos adversos ao nosso corpo (SALVADORI, 2012)

Para o presente trabalho foi escolhido trabalhar com as seguintes terapias holísticas:

- **Banho de ervas em ofurôs:** O ofurô é uma banheira japonesa que possui uma profundidade um pouco maior que as banheiras convencionais, permitindo que o corpo fique imerso até os ombros. Neste banho a água é aquecida por volta de 36 a 40°C e é colocado ou não ervas e óleos essenciais afim de trazer relaxamento ao corpo (ANA, 2018).
- **Drenagem Linfática:** é uma técnica de massagem especializada que se baseia em manobras que possibilitam o drenar o excesso de líquido acumulado entre o tecido da pele e os órgãos, chamado cientificamente como interstício. Por meio desta técnica é possível estimular a circulação sanguínea, eliminar toxinas e nutrir o tecido (VALENTE, GODOY e GODOY, 2009)
- **Massagens relaxantes com óleos ou pedras quentes:** as massagens relaxantes são realizadas por meio das mãos com uso ou não de óleos essenciais ou por meio da troca de pedras quentes e pedras frias (RAMOS, 2016).

- **Quiropraxia:** técnica de tratamento músculo-esquelético baseado na manipulação vertebral através da redução da compressão neural ( SILVA *et al*, 2012)
- **Do-in e Shiatsu:** este tratamento tem como princípios a medicina chinesa, baseiam-se na compressão manual envolvendo alongamentos e técnicas de massagem por meio dos dedos, cotovelos, joelhos etc (MORALES, 2018).
- **Reflexologia podal:** técnica de massagem realizada na planta e no dorso dos pés, o paciente é tratado por meio de leves pressões em pontos específicos dos pés que representam os órgãos internos e externos do corpo humano e por meio disso o paciente relaxa e reequilibra a energia vital no determinado órgão (LEITE e ZANGARO, 2004).
- **Reiki:** de forma literal o reiki baseia-se na cura por meio da imposição das mãos, no qual o terapeuta reequilibra a energia do paciente usando a energia rei ou energia vital presente no universo, utilizando símbolos sagrados que liberam essa energia (FREITAG *et al*, 2014).
- **Meditação:** pode-se dizer que a meditação baseia-se na técnica de manter a atenção total no momento presente usando a concentração na respiração. Cientificamente ela pode ser dividida em duas formas principais, a concentrativa buscando um único foco e a mindfulness que seria a consciência do momento presente com plena aceitação e sem julgamentos deixando os pensamentos que surgem serem liberados sem que recebam alguma forma de julgamento (MENEZES e DELL'AGLIO, 2009).
- **Yoga:** é uma antiga arte de origem indiana que envolve em sua estrutura posturas corporais (asanas), exercícios de respiração (pranayama), relaxamento (yoganidra) e meditação (dharana), que busca o equilíbrio do corpo da mente e da alma através de praticas físicas, espirituais e morais (VORKAPIC e RANGÉ, 2011).
- **Pilates:** seu principal foco é o fortalecimento dos músculos por meio de exercícios físicos com ou sem aparelhos. Para tal técnica é necessário que o instrutor seja formado em fisioterapia, seus exercícios são baseados na cultura oriental

(artes marciais, meditação e yoga), possui oito princípios básicos: 1- relaxamento, 2-concentração, 3- respiração pelo diafragma, 4- controle, 5- leveza, 6- centragem, 7- precisão e 8-força (SILVA e MANNRICH, 2009)

- **Biodança:** esta técnica terapêutica, desenvolvida pelo psicólogo e antropólogo Rolando Toro, envolvem vivências integradoras e comunicação em grupo por meio de música e dança, a partir disto ela busca o desenvolvimento humano e suas expressões (NAKAYAMA *et al*, 2007).
- **Pranaterapia:** técnica de cura desenvolvida pelo mestre Choa Kok Sui que tem por objetivo a cura de doenças tanto físicas como psicológicas e espirituais. É uma técnica que reequilibra o ki do paciente por meio da remoção ou energização do ki em determinados pontos específicos do corpo humano. Utiliza como principal ferramenta as mãos e não se toca no paciente (SUI, 2018).
- **Homeopatia:** desenvolvida pelo médico Samuel Hahnemann, trata todos os tipos de doenças, tanto físicas quanto psicológicas. É baseada em quatro pilares: 1- Lei dos semelhantes, as substâncias capazes de causar a doença e os sintomas também são capazes de curar; 2- Experimentação, primeiro deve ser estudada em pessoas sãs e depois em pessoas doentes; 3- Doses mínimas, as substâncias ingeridas são diluídas o máximo possível aumentando assim seu potencial de cura; e 4- Remédio Único, deve-se utilizar apenas uma substância que trate todas as doenças do paciente. (BARROS, 2018).
- **Acupuntura:** é um tratamento que faz parte da medicina tradicional chinesa, existe a mais de 5 mil anos e se baseia no equilíbrio energético do corpo por meio de aplicação de agulhas em pontos chamados de acupontos distribuídos pelos doze meridianos (linhas imaginárias) presentes no corpo humano, para os acupunturistas um corpo energeticamente equilibrado não desenvolve doenças (VECTORE, 2005).

- **Constelação Familiar:** desenvolvida pelo teólogo e filósofo alemão Bert Hellinger, é baseada na abordagem da psicologia sistêmica fenomenológica e que pode ser aplicada em diversas áreas da vida inclusive empresarial, possui três princípios básicos denominados de “as ordens do amor”, 1- hierarquia no sistema familiar; 2- a necessidade do pertencimento e 3- o equilíbrio entre o dar e o receber. Pode ser feita em grupo ou particular e busca resolver os problemas existentes no paciente por meio da dissolução dos traumas adquiridos através do tempo no meio familiar (CARVALHO, 2012).
- **Cristaloterapia:** terapia que usa pedras e cristais como ferramentas de cura, é usada a mais de 5 mil anos por diversos povos. Basicamente acredita-se que os cristais e as pedras possuem uma estrutura molecular perfeita e esta por sua vez tende a ter uma vibração “boa”, quando entra em contato com o campo energético do homem tem a capacidade de auxiliá-lo no seu equilíbrio energético (Mello, 2017).
- **Aromoterapia:** se baseia no tratamento de óleos essenciais de plantas, flores, frutos e caules (no caso da canela) para o alívio de doenças físicas e psicológicas, o qual o cheiro exalado pelas plantas tem potencial curativo. Pode ser usados em massagens, banhos ou inalados. Cada planta ou cada essência tem uma capacidade específica no qual deverá ser escolhida pelo terapeuta conforme o diagnóstico (SALGADO, 2017).

### 2.1.3 EFICIÊNCIA NO TRATAMENTO POR MEIO DE TERAPIAS HOLÍSTICAS

Segundo Martynetz e Serbena 2012, entrevistando profissionais da área da psicologia que recorrem a práticas e terapias holísticas (outro nome que designa as terapias alternativas) percebeu que “(...) *com essa complementaridade e a*

*utilização concomitante de ambos os tipos de terapia, há uma soma significativa na prática terapêutica na visão dos terapeutas entrevistados, seja pela aceleração do processo terapêutico ou pelo aumento de recursos para o exercício profissional (...).”* Porém durante o seu trabalho salienta que o Conselho de Psicologia não permite o uso do nome da psicologia no uso destas técnicas. Este conceito foi trazido com intuito de mostrar a eficácia das técnicas, por partes de alguns psicólogos, durante o tratamento de seus pacientes, ou seja o uso consciente das praticas podem aliviar e ajudar os pacientes em relação a transtornos psicológicos porém não substitui o tratamento psicológico realizado por um profissional formado e cadastrado no Conselho de Psicologia.

Nas pesquisas realizadas por FEITAG *et al* 2014, os autores buscaram identificar e analisar os benefícios do Reiki (terapia alternativa com imposição de mãos) em pessoas idosas com dores crônicas não-oncológicas, por meio de um estudo qualitativo. Os pacientes escolhidos foram 10 idosos com dores crônicas e estes submetidos a 5 sessões de reiki. Ao final do trabalho puderam concluir a eficácia do tratamento *“(...) em conclusão, logo após as cinco sessões de Reiki percebeu-se através dos relatos dos sujeitos, melhora significativa nas queixas de dores crônicas, além da contribuição para o equilíbrio das necessidades físicas, mentais, emocionais e espirituais dos idosos (...).”*

#### 2.1.4 DIREITO A ACESSIBILIDADE EM ESPAÇOS QUE PROMOVEM A SAÚDE DO CORPO E DA MENTE

Pelo fato do presente trabalho se tratar de um espaço que promove a saúde e o bem estar do corpo e da mente, se torna essencial compreender os direitos que as pessoas com deficiência têm, podendo desenvolver um projeto que traga a inclusão social e assegure o seu uso por meio delas, además deve-se prever que os usuários desse espaço podem chegar portando dificuldades de locomoção ou deficiências de cunho físico ou mental.

Por meio da Lei nº13.146, de 06 de julho de 2015, Art 1º institui a lei brasileira de inclusão da Pessoa com Deficiência (PCD), assegurando que elas tenham os mesmos direitos e visando a sua inclusão social e cidadania. Pelo Art 2º define então que Pessoas com deficiência são todas aquelas que possuem um impedimento em longo prazo de natureza física, mental, sensorial ou intelectual e quando se encontram perante uma barreira podem ser excluídas total ou parcialmente de atividades dentro da sociedade tirando assim sua igualdade perante um grupo. Em seu Art 3º parágrafo I define acessibilidade como sendo o desenvolvimento da possibilidade e alcance da utilização com autonomia e segurança de equipamentos urbanos, mobiliários, instalações abertas ao público podendo ser pública ou privada, de uso coletivo ou não à pessoas com deficiência garantindo à elas igualdade de uso. Esta lei também repugna qualquer tipo de discriminação a pessoas com deficiência deixando isso explícito no Art 4º e 5º onde fala que todas as pessoas com deficiências têm direitos de igualdade sem sofrer qualquer tipo de discriminação, negligência, tratamento desumano ou degradante.

Para garantir o uso seguro e autônomo de pessoas com deficiências foi desenvolvido a NBR 9050 Acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos, de setembro de 2015, que tem por função estabelecer critérios e parâmetros técnicos para projetos de construção ou reformas, estando eles implantados em zonas urbanas ou rurais para fins de acessibilidade. Ela direciona sobre o uso de diversos tipos de mobilidade e percepções do ambiente com ou sem o uso de aparelhos específicos que contribuem para a mobilidade da pessoa com deficiência, como cadeiras de rodas, próteses, bengalas de rastreamento entre outros.

Para Castro *et al* 2011, as pessoas portadoras de deficiências estão mais sujeitas a contrair mais de uma doença relacionada com sua deficiência sendo necessário um uso maior de serviços relacionados a saúde, garantindo sua integridade física e mental, porém se os locais de saúde não oferecem acessibilidade isso inviabiliza o seu uso, tornando-se um obstáculo à eles o que contradiz e viola os preceitos da equidade, estes pregados dentro do Sistema Único de Saúde.

Promover a acessibilidade dentro de espaços que trabalham com a saúde e o bem estar do corpo e da mente não apenas garante o uso destes locais para pessoas com deficiência, mas permite criar equidade e a igualdade social para todos.

### 2.1.5 ARQUITETURA SUSTENTÁVEL

O termo Sustentabilidade pode ser entendido como uma relação de equilíbrio entre o homem e a natureza. Sartori *et al* (2014), melhor explica esta frase comparando em sua pesquisa dois pontos de vista diferentes, o primeiro por Dorvers e Handmer 1992, que define a sustentabilidade como a capacidade de um sistema humano, natural ou misto de resistir ou se adaptar as mudanças endógenas ou exógenas sem um tempo definido. No segundo ponto de vista trás em pauta o conceito de Elkington (1994), que define a sustentabilidade em três pilares: ambiental, econômico e social. Por fim, após toda a pesquisa realizada por Sartori *et al* (2014) este conclui dizendo que o termo foi sendo definido ao longo da história conforme foi surgindo os problemas ambientais, crises econômicas e desigualdades sociais, o que faz ser um termo complexo e sofre constante modificações com o passar do tempo conforme a necessidade, mas que pode ser entendido:

“(…) Como um princípio aplicado à sistemas. Sistemas abertos, para interagir com a sociedade-natureza, envolvendo sistemas industriais (transporte, produção, energia, etc.), os sistemas sociais (urbanização, mobilidade, comunicação, etc.) e sistemas naturais (solo, atmosfera, sistemas aquáticos e bióticos, etc.) incluindo os fluxos de informações, bens, materiais, resíduos. Isto é, a sustentabilidade envolve uma interação com sistemas dinâmicos que estão em constante mudanças e necessitam de medidas pró-ativas (SARTORI *et al*, 2014).”

Seguindo essa linha de pensamento de que a sustentabilidade é o equilíbrio entre o homem, a natureza e a economia, a arquitetura sustentável busca atender as necessidades das pessoas, respeita o planeta e é viável economicamente. Um projeto sustentável é inteligente, confortável e não causa impacto ambiental, é economicamente viável tanto para sua execução quanto para sua manutenção. Para alcançar esses objetivos é preciso desenvolver um projeto integrado aplicando vários conceitos de sustentabilidade como a locação do imóvel no terreno aproveitando a sua orientação solar, ventilação natural, estudar o emprego de materiais ecológicos, uso consciente de água e energia, gestão dos resíduos entre outros fatores, ou seja, o pensar sustentável dentro da arquitetura tem de estar presente em todos os momentos da execução da obra, desde de sua implantação até o descarte consciente dos resíduos gerados durante e no final da construção (BARASSI, 2019).

## 2.2 FUNÇÕES E USOS

Sua função está voltada em desenvolver não apenas um local adequado para terapeutas, mas também desenvolver um ambiente onde os seus usuários possam relaxar o seu corpo e sua mente, auxiliar no tratamento e alívio de dores crônicas e outras doenças, podendo estas serem de origem físicas ou psicológicas e também ser um local onde as pessoas possam se especializar nas técnicas oferecidas com intenção de se tornarem terapeutas. Seu uso se restringirá a jovens a partir de 14 anos, adultos e pessoas idosas. Estes tratamentos vêm se tornando cada vez mais difundidos, muitas vezes sendo indicados por médicos quando a medicina tradicional não traz um resultado satisfatório (LIMA et al, 2012).

### 2.3 BENEFÍCIOS SOCIAIS

Os benefícios sociais estão relacionados na busca de trazer bem estar a cada paciente, tanto por auxiliar no alívio de dores físico quanto no tratamento psicológico, outro fator será a divulgação das técnicas terapêuticas através de palestras e cursos buscando criar novos hábitos na vida dos pacientes, já que o meio também onde o paciente está inserido influencia o tratamento. Com o uso das terapias holísticas o numero de transtornos mentais dentro de uma sociedade pode diminuir beneficiando a toda uma comunidade (NETO *et al*, 2008).

### 2.4 BENEFÍCIOS AMBIENTAIS

Com o intuito de criar um ambiente que transmita tranquilidade e equilíbrio espiritual, a proposta baseia-se em uma arquitetura sustentável que use energias renováveis e faça uma maior interação do ambiente externo com o interno. Desta forma a arquitetura contará com grandes jardins coloridos, uso de iluminação natural e ventilação cruzada.

Buscar uma inovação Na forma de construir podendo usar técnicas sustentáveis capazes de ressaltar e preservar a natureza existente no local da implantação do projeto para produzir o menor impacto ambiental. Isso é possível através do uso dos conceitos de Bioconstrução que trabalham com o reuso dos recursos naturais disponíveis como sistema de coleta de água da chuva, produção de energia entre outras técnicas incorporadas a edificação (SPONCHIADO, 2017).

### 3 ASPECTOS NORMATIVOS

Os aspectos normativos foram baseados nas leis existentes sobre clínicas de saúde humana e sobre medicina alternativa ou medicina tradicional que são outros nomes usados para definir os tratamentos holísticos, dentro da legislação federal o governo brasileiro denomina as práticas holísticas com o nome de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC).

#### 3.1 NO ÂMBITO INTERNACIONAL

A Organização Mundial de Saúde (OMS), em sua cartilha sobre Estratégias da OMS sobre medicina Alternativa, publicada em 2002-2005, define Medicina Tradicional (MT)/ Medicina Alternativa Complementar (MCA), como um forma de atendimento médico acessível a muitos países de renda baixa, sendo assim promove a sua inclusão tendo como objetivos específicos a integração da MT/MCA nos sistemas de saúde, integrando-os nos sistemas de saúde nacional conforme apropriado, através do desenvolvimento e implementação das políticas e programas nacionais. Promoção da segurança, eficiência e qualidade do MT/MCA expandindo a base de conhecimento sobre os mesmos e fornecendo conselhos sobre diretrizes e regulamentos e controle de qualidade. Aumentar a disponibilidade e acessibilidade conforme apropriado , enfatizando o acesso a populações pobres e por fim Promover o uso terapêutico sólido e adequado tanto dos terapeutas quanto dos pacientes (OMS,2002-2005).

### 3.2 NO ÂMBITO NACIONAL

Ao se tratar de leis sobre o desenvolvimento arquitetônico de clínicas de saúde deve-se levar em consideração algumas normas estabelecidas pela Associação Brasileira de Normas Técnicas – Normas Brasileiras (ABNT NBR), que estabelecem critérios a serem seguidos. Levando em consideração os serviços a serem oferecidos pelo Spa, toma-se como base as seguintes NBRs:

- ABNT NBR 12808: 1993 – Resíduos de Serviços de saúde: classifica segundo os riscos quais as melhores destinações para o lixo gerado dentro de clínicas de saúde para que estes não agridam o meio ambiente, estabelecendo como devem ser descartados.
- ABNT NBR 15943: 2011 – Diretrizes para um Programa de Gerenciamento de Equipamentos de Infra-estrutura de Serviços de Saúde e de equipamentos de Saúde: esta norma estabelece diretrizes para o bom funcionamento dos equipamentos de saúde garantindo a rastreabilidade, qualidade, eficácia, efetividade, segurança e desempenho dos equipamentos, envolvendo todas as fases de do processo de aquisição do equipamento, incluindo os meios de gestão para bom funcionamento de tal.
- ABNT NBR 7256:2005 - Tratamento de ar em estabelecimentos assistenciais de saúde (EAS) - Requisitos para projeto e execução das instalações: nesta norma é ditado os requisitos mínimos para projeto e execução de instalações de tratamento de ar em estabelecimentos assistenciais de saúde (EAS).

- ABNT NBR 12693:2010 – Sistemas de proteção por extintores de incêndio: Esta norma aborda os elementos necessários para projeto, seleção e instalação de extintores de incêndio portáteis e sobre rodas, em edificações e áreas de risco, para combate a princípio de incêndio.
- ABNT NBR ISO/CIE 8995-1: 2013 - Iluminações de ambientes de trabalho: Nesta norma é explicada como deve ser a iluminação interna e os requisitos para que as pessoas desempenhem tarefas visuais de maneira eficiente, com conforto e segurança durante todo o período de trabalho.
- ABNT NBR 9050:2015 - Acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos: são ditados critérios e parâmetros técnicos a serem tomados quanto ao projeto, construção, instalação e adaptação de edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos às condições de acessibilidade.
  - ABNT NBR 9077: 2001 – Saídas de Emergência em Edifícios: são fixados as condições necessárias que as edificações devem possuir com o intenção de que sua população possa evacuá-las, em caso de incêndio, completamente protegida em sua integridade física, permitindo o fácil acesso do corpo de bombeiros para o combate ao fogo e a retirada da população.

A partir de 3 de maio de 2006, o Ministério da Saúde aprova a portaria nº971 que cria a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde, incentivando a implementação e a readequação. Por meio desta portaria o fica aprovada as seguintes terapias no SUS: Medicina Chinesa/ Acupuntura, Homeopatia, Fitoterapia e Termalismo Social/ Crenoterapia.

No ano de 2017 o Ministério da Saúde aprova portaria nº849 de 27 de março, em seu Art 1º inclui práticas como Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga apresentadas no anexo a esta Portaria.

Por ultimo em 2018 o Ministério da Saúde por meio da portaria nº 702 de 21 de março de 2018, em seu Art 1º inclui o uso de novas terapias holísticas como cromoterapia, aromaterapia, bioenergética, constelação familiar, apiterapia, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mãos, medicina antroposófica/antroposofia aplicada à saúde, terapia de florais, ozônioterapia e termalismo social/crenoterapia.

A portaria nº182 de 12 de setembro de 2014 em seu Art 3º que as clínicas que prossigam com tratamentos de medicina não convencionais (no caso as MCA), aplica-se com as devidas adaptações, o regime jurídico a que estão sujeitas a abertura, a modificação e o funcionamento das unidades privadas de serviços de saúde. E continua no Art 4º estão sujeitos ao cumprimento das regras de segurança e qualidade, designadamente as emanadas pela Direção-Geral da Saúde, no Art 5º define que as informações do estabelecimento devem ser colocadas em local bem visível do público o horário de funcionamento, a identificação do responsável pela direção clínica, os procedimentos a adotar em situações de emergência e os direitos e deveres dos pacientes, devendo ainda estar disponível para consulta a tabela de preços, por fim no Art 6º define que as clínicas ou consultórios devem conservar durante os períodos constantes da lei vigente os registos terapêuticos dos profissionais.

### 3.3 NO ÂMBITO LOCAL

Não foram encontrados na literatura leis vigentes de Cuiabá que dita alguma lei ou regra específica sobre as clínicas de terapias alternativas, ficando assim estabelecidas apenas seguir as leis existentes sobre a vigilância sanitária a respeito de clínicas de a saúde humana.

Na lei complementar nº004 de 24 de dezembro de 1992, no Art. 49 fica entendido que perante as leis municipais o presente trabalho deverá seguir as leis vigentes do código sanitário para estabelecimentos prestadores de serviço a saúde.

## 4 ASPECTOS SOCIOLÓGICOS

### 4.1 QUALIDADE DE VIDA

O presente trabalho tem todo um envolvimento com a qualidade de vida da população, focando tanto no bem estar do corpo quanto da mente, isto poderá ser alcançado tanto pelas técnicas de terapias empregadas no espaço, quanto do ponto de vista arquitetônico, no qual se busca um desenho arquitetônico em que os usuários possam se integrar mais com a natureza, buscando uma sintonia entre homem-mente-natureza, como dito anteriormente em outros tópicos, este fator arquitetônico poderá ser alcançado por meio de técnicas de bioconstrução e a integração com a natureza o qual os pacientes poderão passar um tempo em contemplação e meditação. Por meio do relaxamento e descanso da mente e alívio das dores os pacientes poderão estar mais concentrados e equilibrados para lidar com os problemas e os fatores externos advindos do meio em que vivem.

Para Ruffino Netto apud Minayo *et al*, a qualidade de vida boa ou excelente é aquela que ofereça um mínimo de condições para que os indivíduos nela inseridos possam desenvolver o máximo de suas potencialidades, podendo estas estar relacionadas tanto no campo emocional quanto no campo material.

Casarin 2005, sobre as terapias alternativas ressalta que estas tendo elas confirmações científicas ou não, atuam positivamente, seja no tratamento do câncer, ou de qualquer outra doença, devido ao forte significado cultural e psicológico que elas adquirem.

## 4.2 INOVAÇÃO SOBRE A TEMÁTICA

Quando falamos em inovação podemos dizer que o tema é algo inovador embora as técnicas terapêuticas remontem de um passado longínquo elas só foram compiladas e estudadas recentemente, pode-se concluir claramente este fato ao se pesquisar sobre a temática, pois ela tem início nos anos de 1960 nos Estados Unidos da América, é aprovada pela Organização Mundial da Saúde em 2002 e quando analisamo-las em território nacional percebe-se que estas surgem no SUS por meio das portarias existentes no início de 2006 embora o tema seja tratado desde a década de 80 (SOUZA e TESSER, 2017).

## 5 ASPECTOS TÉCNICOS

Para melhor elaboração do tema, propõe-se trabalhar com técnicas de arquitetura sustentável, desenvolvendo uma proposta que integre a construção com a natureza. Uma das técnicas escolhidas é o uso de madeira, uso de jardins internos e jardins verticais, brises, espelho d'água, telhado verde e iluminação natural. Tais elementos construtivos possibilitam uma interação dos usuários com a natureza. Tais técnicas serão mais bem descritas no capítulo 7 deste trabalho.

### 5.1 PROJETOS DE REFERÊNCIA

#### 5.1.1 PROJETO 01: Kennzur SPA

O Spá Kennzur foi um projeto realizado pelas arquitetas Marcella Hecht, Roseli Soto, Gabriela Fazan. Ele está localizado na Cidade de São Paulo- SP no bairro do Ibirapuera e sua construção foi concluída no ano de 2011. Sua área de implantação possui 1500m<sup>2</sup> e seu projeto de paisagismo foi projetado por Alex Hanazaki. O projeto trás elementos naturais como pedras, madeira e jardins buscando transmitir uma atmosfera de meditação e relaxamento em meio a natureza. Em sua fachada (Figura 1) foi utilizado revestimento de pedras naturais, madeira, detalhes feitos em aço corten e vegetação, estas combinações buscam transmitir aos clientes a ideia de um spá com espaços acolhedores (Figura 2) e se une ao entorno mantendo o mesmo visual. Possui como técnicas construtivas uma construção que busca economia, eficiência acústica, eficiência energética e térmica buscando enquadrar dentro de uma arquitetura sustentável e com designe sofisticado (ARCHDAILY, 2011).

Figura 1: Fachada Principal



Fonte: Pereira, Matheus. 2019. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/912861/kennzur-spa-zize-zink-arquitetura>. Acessado em: 20 de jun. de 2019

Figura 2: Imagem Interna



Fonte: Pereira, Matheus. 2019. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/912861/kennzur-spa-zize-zink-arquitetura>. Acessado em: 20 de jun. de 2019

Na figura 3 pode-se perceber o quão rico o espaço é em relação aos jardins, as paredes de pedras conversam com o paisagismo fazendo uma perfeita integração entre ambos. Na Figura 4 é mostrado o ambiente interno de uma sala de descanso e relaxamento, nota-se que o vidro temperado presente na obra faz com que haja uma maior sintonia entre os ambientes internos e externos, as persianas de madeira escolhidas para esse ambiente ajuda ainda mais nessa sintonia, pois ao mesmo tempo em que protege o local da luz solar não impede que os usuários percam a contemplação dos jardins

Figura 3: Jardins



Fonte: Pereira, Matheus. 2019. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/912861/kennzur-spa-zize-zink-arquitetura>. Acessado em: 20 de jun. de 2019

Figura 4: Vista interna dos ambientes



Fonte: Pereira, Matheus. 2019. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/912861/kennzur-spa-zize-zink-arquitetura>. Acessado em: 20 de jun. de 2019

Nas figuras 5, 6 e 7 são apresentadas as plantas do spa. Na figura 5 é apresentado a planta de subsolo, em azul cian esta contornado toda a área reservada para estacionamento, o empreendimento possui um estacionamento rápido na entrada do spa. Em vermelho está destacado toda a área de apoio técnico, nela encontra-se vestiário para os funcionários, copa, sala de reuniões, uma pequena lavanderia e uma laje técnica. Em verde está destacada a escada que dá acesso ao piso superior (figura 6), porém essa escada tem saída direta para o setor administrativo. Pode-se observar que nesta planta

não foi encontrado uma saída que leve diretamente ao térreo sem que seja pela área de serviço ou pela rampa da garagem, nota-se uma porta no canto esquerdo inferior do estacionamento, no entanto ela dá direto á rampa da garagem.

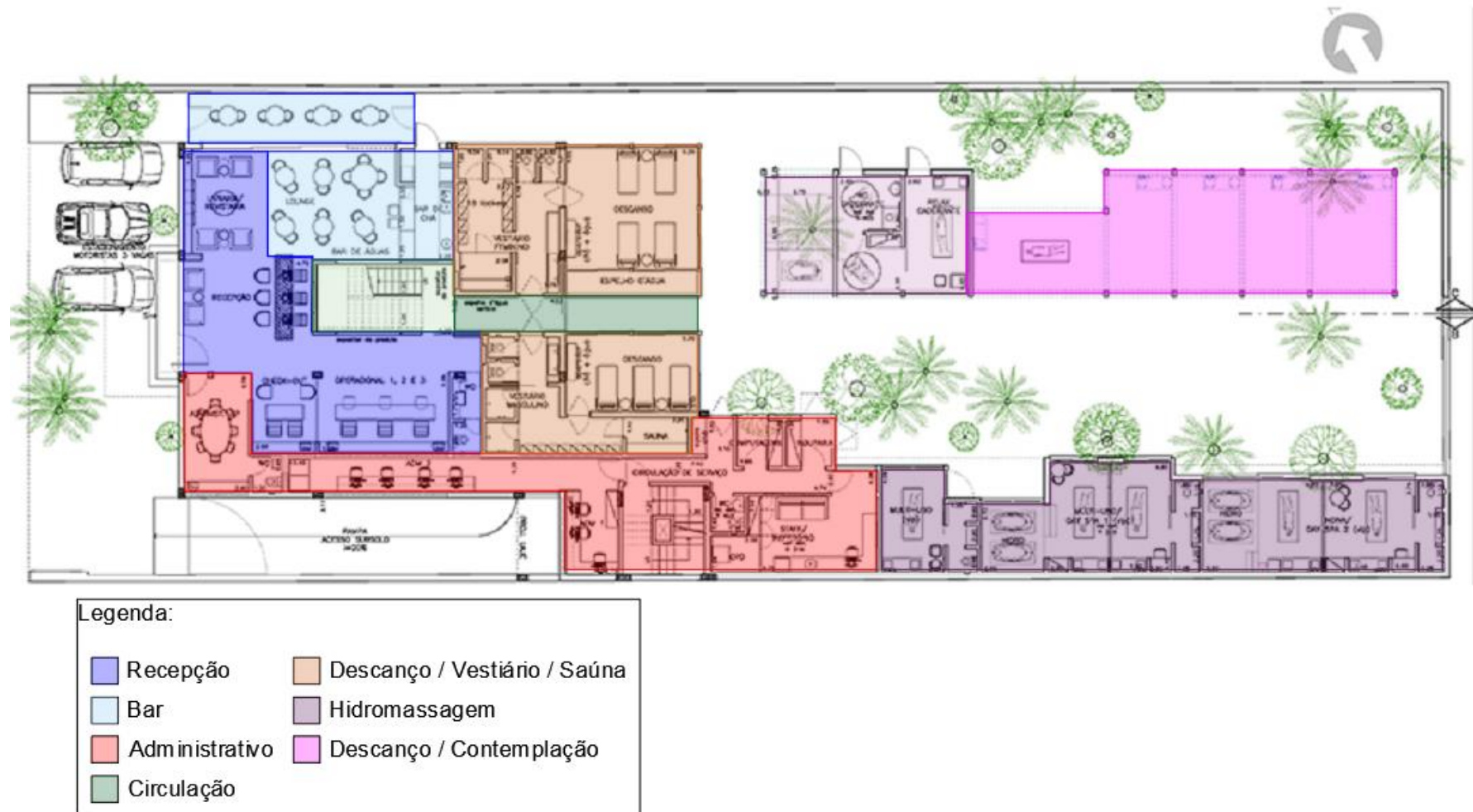
Figura 5: Planta do Subsolo



Fonte: Pereira, Matheus. 2019. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/912861/kennzur-spa-zize-zink-arquitetura>. Acessado em: 20 de jun. de 2019

Na figura 6 é mostrado a planta do térreo. Logo na entrada do empreendimento circundado de azul fica a recepção, em azul claro foi proposto um pequeno bar com mesas internas e externas, na parte azul escuro esta localizado toda a parte de atendimento ao cliente. Em vermelho fica toda a área administrativa, em verde estão as circulações principais, sendo o verde mais escuro o acesso para as salas de terapias externas e em verde mais claro a escada que dá acesso ao piso superior. Logo no corredor principal é notado um pequeno vestiário que dá acesso a uma sala de descanso com sauna. Na parte externa em roxo mais escuro está localizado as salas de hidromassagem com duas macas e duas banheiriras, estas salas são integradas podendo atender até duas pessoas. Em roxo mais claro é mostrado uma sala de hidromassagem para PCD, e por fim em magenta foi colocado alguns espaços para descanso e contemplação.

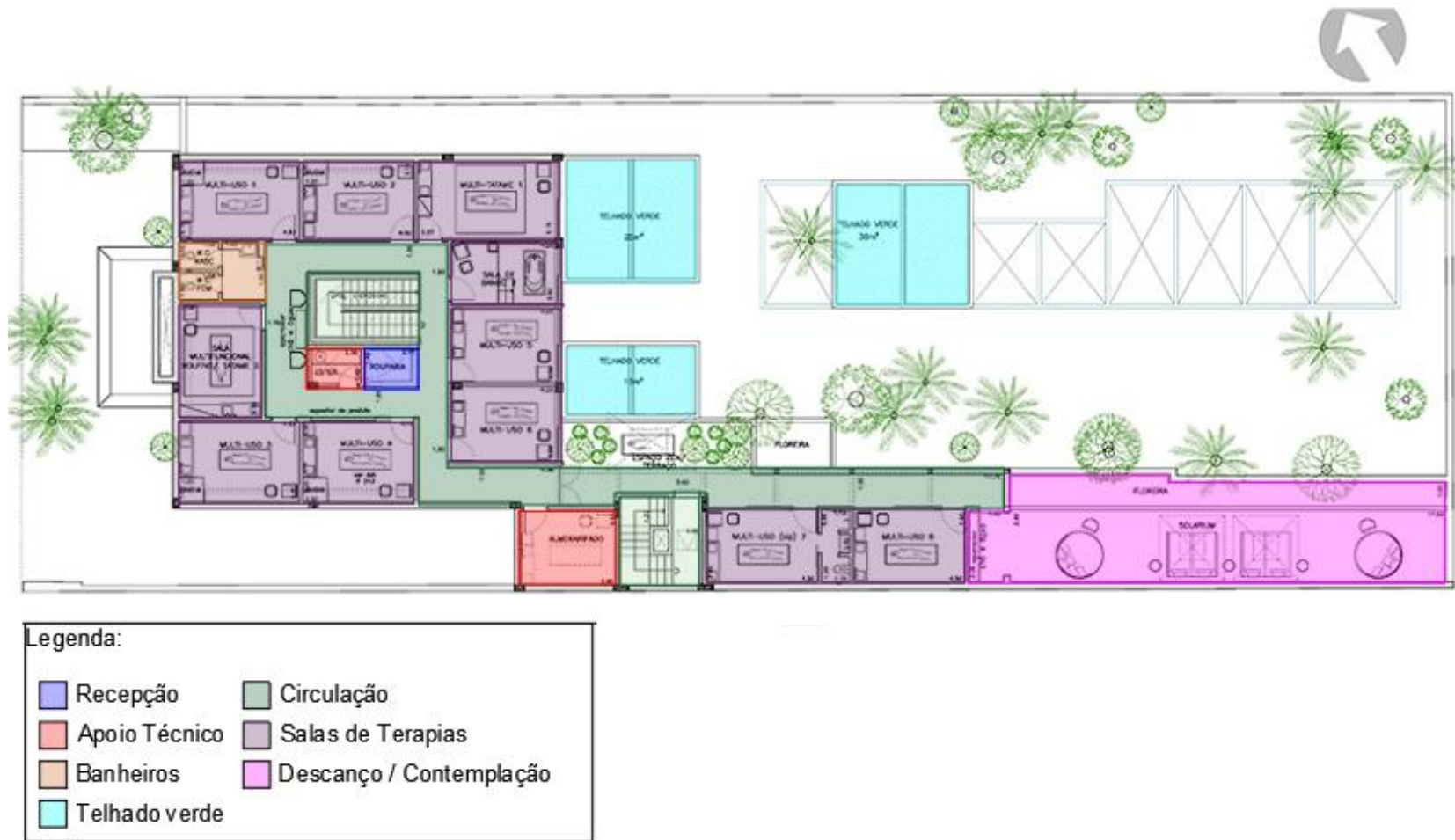
Figura 6: Planta baixa do térreo



Fonte: Pereira, Matheus. 2019. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/912861/kennzur-spa-zize-zink-arquitetura>. Acessado em: 20 de jun. de 2019.

Na figura 7 é apresentado a planta baixa do piso superior, nela pode-se observar que logo ao lado da escada (destacada em verde claro) encontra-se uma pequena recepção com um depósito de material de limpeza ou uma sala de apoio. Em roxo estão localizadas todas as salas de terapias contidas na planta, pode-se perceber que além das salas de massagens contendo uma maca foi proposto duas salas de hidromassagem. Em laranja está destacado o banheiro feminino e masculino. Na parte em vermelha está todo setor de apoio contando com o depósito ao lado da recepção e um almoxarifado. Outro ponto a ser observado é que a escada de serviço dá acesso ao almoxarifado. Ao lado da escada de serviço tem uma sala de massagem e um espaço para relaxamento e contemplação (destacado em magenta). Outro ponto importante a ser destacado são os telhados verdes que dão para ser observados pelos clientes que estão nesse piso, realçando a visão deles para um ambiente mais verde e integrado a natureza. Um ponto negativo é que não foi encontrado nenhuma rampa de acesso ou elevador que dá acesso a este piso, tornando-se assim inacessível para clientes PCD.

Figura 7: Planta baixa do piso superior



Fonte: Pereira, Matheus. 2019. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/912861/kennzur-spa-zize-zink-arquitetura>. Acessado em: 20 de jun. de 2019.

### 5.1.2 PROJETO 02: Spa Querétaro

O Spá Querétaro está localizado em Santiago de Querétaro no México. Possui 490m<sup>2</sup> de área construída e foi projetado pelos arquitetos Ambrosi I Etchegaray em 2010. O desafio dessa obra foi desenvolver um Centro Integral de Spa e Yoga em um terreno com formato irregular de 418m<sup>2</sup> e que pudesse desenvolver uma integração entre os usuários e a natureza combinando com seu entorno. A conclusão da obra foi um projeto rico em jardins internos, espelhos de água e um teto jardim que cobre toda a edificação. No teto jardim também está localizado as salas de yoga. Em sua entrada principal (figura 8) se encontra volumes de madeira onde estão localizadas as salas de massagem e estes se abrem para um pátio triangular privativo (figura 9) com isso o resultado é um interessante jogo de caminhos e entrada de luz que conversam com jardins internos contornados por espelhos de água. Além dos pátios e salas de massagens o térreo também conta com uma cafeteria e um salão de uso múltiplo (ARCHDAILY, 2010).

Figura 8: Entrada principal



Fonte: Luiz Gordo. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/01-93924/spa-queretaro-slash-ambrosi-i-etchegaray>. Acessado em: 14 de novembro de 2019.

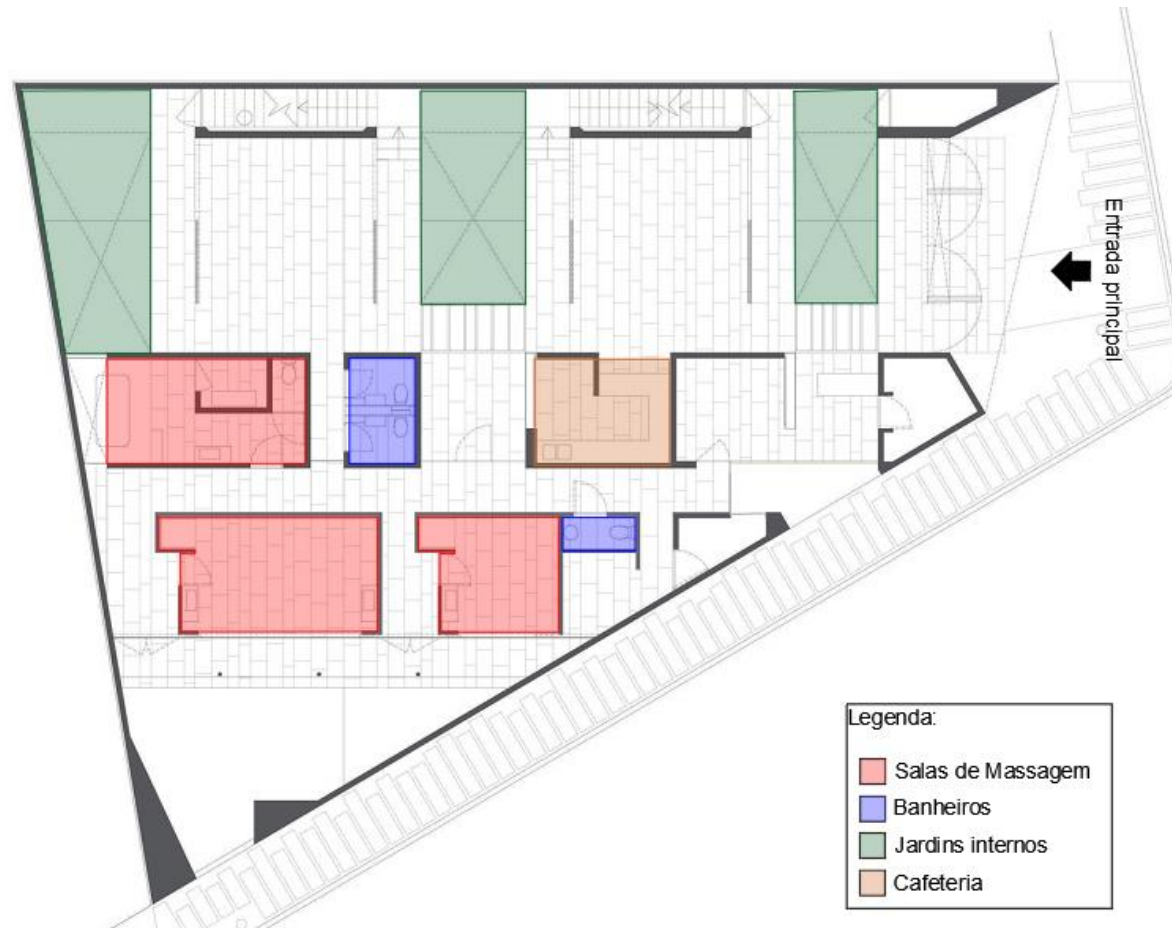
Figura 9: Pátio central privado



Fonte: Luiz Gordo. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/01-93924/spa-queretaro-slash-ambrosi-i-etchegaray>. Acessado em: 14 de novembro de 2019.

Na figura 10 é apresentada a planta baixa do térreo nela em vermelho está destacadas as salas de massagens, em azul estão os banheiros, em laranja é mostrado a cafeteria e as áreas em verdes são todos os jardins internos. Além deste o térreo comporta duas salas de multiuso.

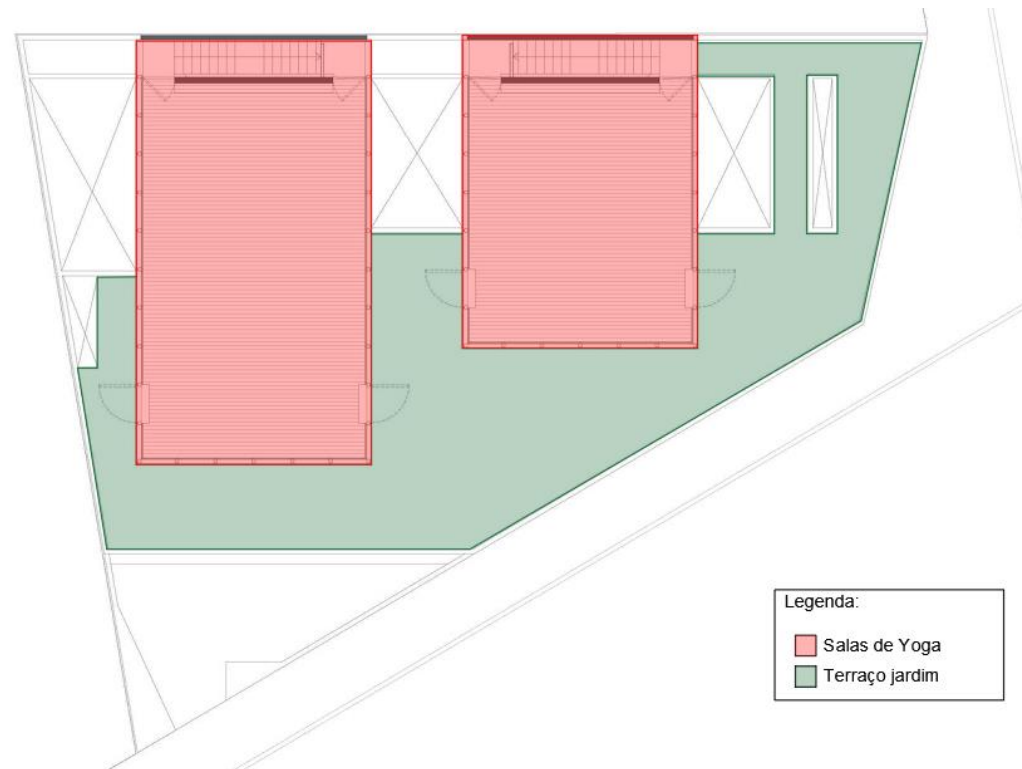
Figura 10: Planta do térreo



Fonte: Archdaily. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/01-93924/spa-queretaro-slash-ambrosi-i-etchegaray>. Acessado em: 14 de novembro de 2019.

Na figura 11 é mostrada a planta do piso superior, em vermelho estão destacadas as duas salas de yoga em estilo pavilhão, são salas bem amplas com divisórias de vidro e esquadria metálica, permitindo uma ampla visão do ambiente externo e do jardim externo utilizado para descanso após as sessões de yoga.

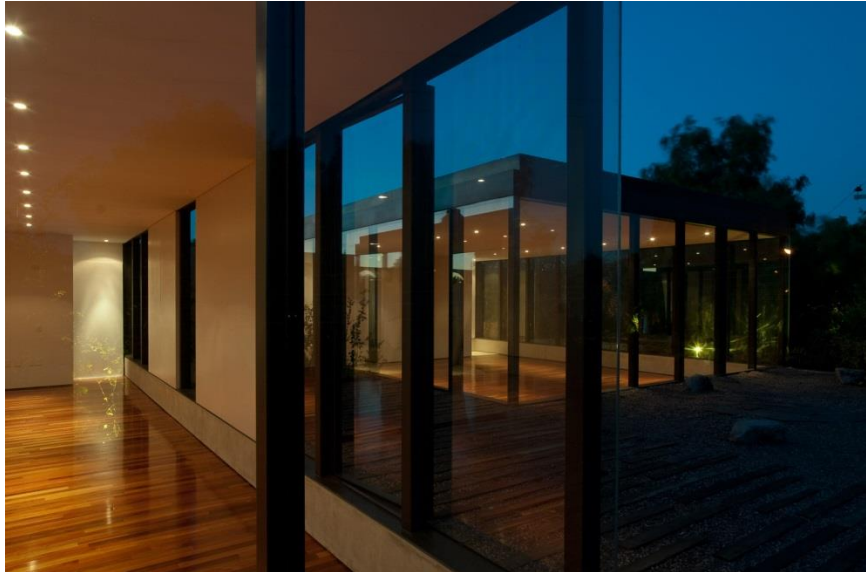
Figura 11: Planta do piso superior



Fonte: Archdaily. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/01-93924/spa-queretaro-slash-ambrosi-i-etchegaray>. Acessado em: 14 de novembro de 2019.

Nas figuras 12 e 13 são mostrados o interior das salas de yoga e o jardim no terraço.

Figura 12: Interior das salas de Yoga



Fonte: Luiz Gordo. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/01-93924/spa-queretaro-slash-ambrosi-i-etchegaray>. Acessado em: 14 de novembro de 2019.

Figura 13: Vista do terraço jardim



Fonte: Luiz Gordo. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/01-93924/spa-queretaro-slash-ambrosi-i-etchegaray>. Acessado em: 14 de novembro de 2019.

Esta Referencia foi escolhida pois apresenta um programa de necessidades semelhante ao do projeto a ser elaborado e a intereção com a natureza que ele propõe.

### 5.1.3 PROJETO 03: Spa Naman (The Pure Spa)

O Spa Naman (The Pure Spa) foi um projeto realizado pela arquiteta Mia Designe Studio, está localizado na cidade Da Nang – Vietnã. Possui 1600m<sup>2</sup> de área construída e foi finalizado no ano de 2015. Este projeto é um oásis de tranquilidade, possui 15 salas de tratamentos com exuberantes jardins ao livre, banheiras aconchegantes e cama para dois. O seu programa de necessidades possui também um espaço para meditação, yoga e uma academia de ginástica. O seu térreo possui espaços abertos com jardins suspensos e espelhos d'água. O diferencial está em sua fachada composta por um exuberante jardim vertical que auxilia a diminuir a iluminação direta incidente resultando em um agradável jogo de luz e sombra em suas paredes. Nas figuras 14 e 15 são mostradas as fachadas da edificação (ARCHDAILY, 2015).

Figura 14: Vista 1 da fachada



Fonte: Oki Hiroyuki. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/771240/spa-naman-mia-design-studio>.  
Acessado em: 15 de novembro de 2019.

Figura 15: Vista 2 da fachada



Fonte: Oki Hiroyuki. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/771240/spa-naman-mia-design-studio>.  
Acessado em: 15 de novembro de 2019.

Na figura 16 é mostrada a planta baixa do térreo. Nela se encontra um pequena recepção, academia sala de yoga e relaxamento, área de banho, sala para funcionários sala funcional e vestiários. Tudos estes ambientes envolto em muito espelhos d'água e jardins verticais.

Figura 16: Planta baixa do térreo



## Legenda:

- |                           |                          |
|---------------------------|--------------------------|
| 1 - Recepção              | 7 - Vestiário Masculino  |
| 2 - Cabana                | 8 - Jacuzzi              |
| 3 - Academia              | 9 - Vestiário Feminino   |
| 4 - Yoga                  | 10 - Despensa            |
| 5 - Sala Funcional        | 11 - Área de Banho       |
| 6 - Sala dos Funcionários | 12 - Área de Relaxamento |

Fonte: Archdaily. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/771240/spa-naman-mia-design-studio>. Acessado em: 15 de novembro de 2019.

Nas figuras 17 é 18 são mostrados os corredores e os espelhos d'água, que são o grande charme dessa obra e o que envolve ainda mais os clientes em um ambiente natural e relaxante.

Figura 17: Vista do pátio interno



Fonte: Oki Hiroyuki. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/771240/spa-naman-mia-design-studio>.  
Acessado em: 15 de novembro de 2019.

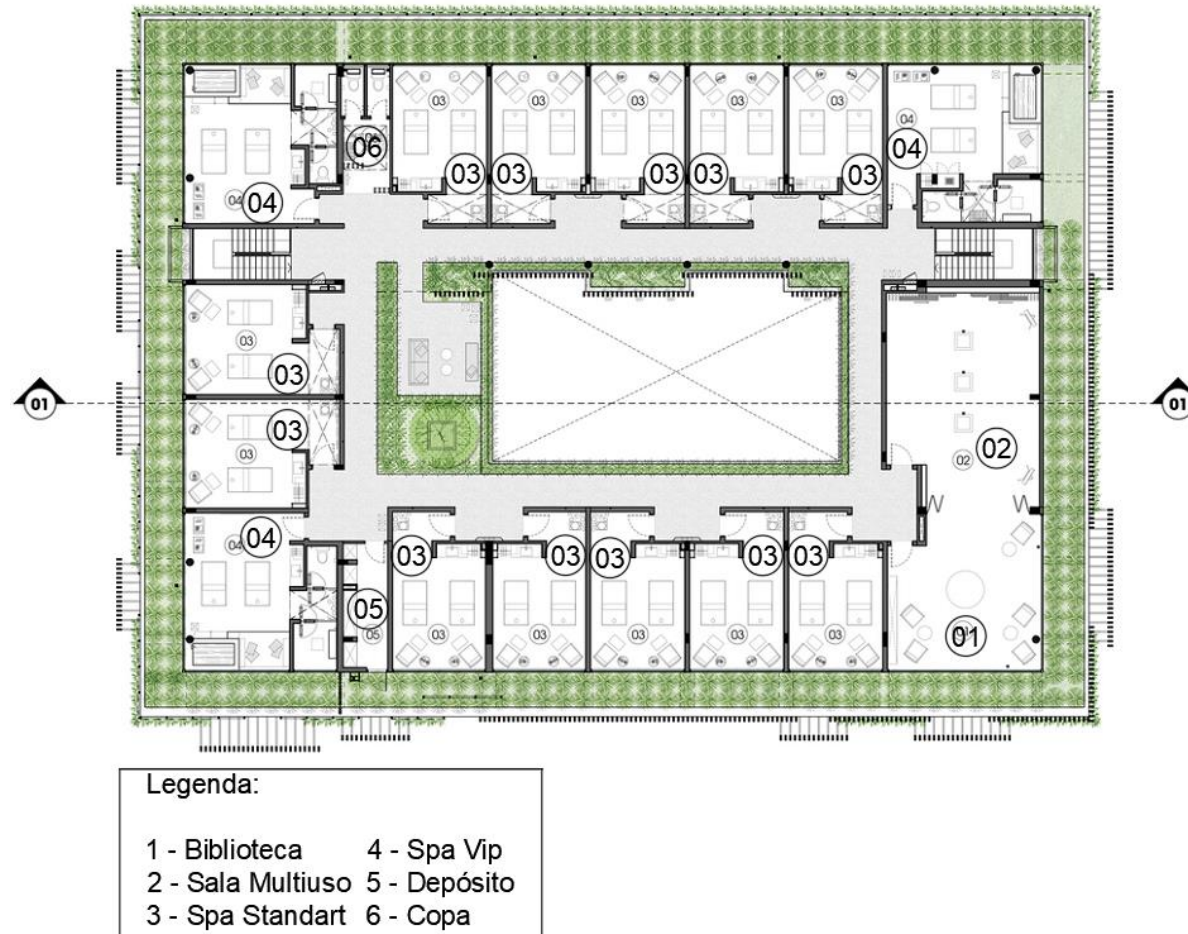
Figura 18: vista do espelho d'água



Fonte: Oki Hiroyuki. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/771240/spa-naman-mia-design-studio>.  
Acessado em: 15 de novembro de 2019.

Na figura 19 é mostrada a planta baixa do piso superior. Neste piso estão as salas de terapias contendo 3 salas vips, biblioteca e sala multiuso.

Figura 19: Planta baixa do piso superior



Fonte: Archdaily. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/771240/spa-naman-mia-design-studio>. Acessado em: 15 de novembro de 2019.

A escolha deste projeto como referência foi baseado nos jardins verticais que servem também como brises verticais diminuindo a iluminação intensa e tropical da região.

#### 5.1.4 MATRIZ DE ANÁLISE

Este tópico mostra uma relação comparando os três projetos de referência aqui citados.

Tabela 1: Síntese análise comparativa dos Projetos Referenciais

ATRIBUTO	VARIÁVEIS	PROJETOS REFERENCIAIS		
		PROJETO 01	PROJETO 02	PROJETO 03
ESTRUTURA FÍSICA	<b>Situação Atual</b>	Ótimo estado	Ótimo estado	Ótimo estado
	<b>Localização</b>	Brasil	México	Vietnã
	<b>Metragem (m<sup>2</sup>)</b>	1500,00	418,00	1600,00
	<b>Partido Arquitetônico</b>	Arquitetura sustentável	Arquitetura sustentável	Arquitetura sustentável
	<b>Ambientes Projetados</b>	Recepção, sala de espera, sala de terapias e massagens, espaços para PCD, banho de ofurô.	Sala de massagem, sala de yoga, banheiros, sala multisuso, terraço jardim e cafeteria.	Recepção, Academia, sala de yoga, sala funcional, sala de funcionários, vestiários, jacuzzi, despensa, copa, área de banho, área de relaxamento, biblioteca, sala multisuso, sala de

				terapias e salas de terapias vip.
	<b>Materiais construtivos</b>	Alvenaria, pedra, madeira e aço corten	Alvenaria e madeira	Alvenaria, estrutura metálica nos brises
	<b>Sistema Construtivo</b>	Alvenaria	Alvenaria	Alvenaria
	<b>Condicionantes ambientais</b>	Uma perfeita interação entre homem e natureza, não agredindo o entorno.	Interação com a natureza não agredindo o entorno, uso de terraço jardim..	Integração com a natureza não agredindo o entorno, uso de jardins verticais e cobertura verde.
	<b>Sistema energético</b>	Ar-condicionado ecológico	Uso de jardins internos para iluminação e ventilação natural	Uso de brises combinado com jardim vertical
	<b>Instalações complementares</b>	Não possui	Não possui	Não possui
	<b>Entorno</b>	Por se localizar em local envolto por natureza o edifício se comunica interagindo com o entorno.	Por se localizar em local envolto por natureza o edifício se comunica interagindo com o entorno.	Por se localizar em local envolto por natureza o edifício se comunica interagindo com o entorno.

### **Apontamentos relevantes dos projetos de referência**

Os projetos de referência aqui citados são todos Spas Urbanos, apresentam em sua estrutura não apenas salas de massagens, mas também ambientes voltados para as práticas de meditação e contemplação da natureza. No primeiro projeto a inspiração foi a implantação, pois ela possui um grande jardim central com espaços de massagens e descanso. No segundo projeto a inspiração está nos jardins internos e nos espelhos d'água no interior da edificação. Por fim o terceiro projeto trás elementos importantes como os jardins verticais e os jardins internos com espelhos d'água.

## 6 ASPECTOS METODOLÓGICOS

### 6.1. UMA PROPOSTA PROJETUAL

O presente trabalho apresenta uma proposta arquitetônica de um Complexo de Terapias Holísticas, visando atender seu público numa visão integral, corpo, mente e alma (sem abordar temas religiosos). Para isto, foi necessário um terreno longe do centro urbano, porém dentro da cidade, para implantar o projeto. As técnicas construtivas foram baseadas em técnicas sustentáveis tendo como princípios a utilização de energias renováveis, sistemas de reaproveitamento de água, utilização de brises, espelhos d'água e muitos jardins internos para minimizar o calor. Quanto ao paisagismo, busca-se desenvolver jardins e vegetações variadas, a fim de criar um visual colorido e diversificado. Assim espera-se desenvolver um projeto que não venha agredir ao meio ambiente e buscar refletir aos usuários do local paz e tranquilidade.

#### 6.1.1 O OBJETO

Para melhor atender as necessidades filosóficas do projeto arquitetônico foi necessário ter alguns pré-requisitos básicos na escolha do terreno:

- Local que não houvesse muita poluição sonora;
- Área ampla com muita vegetação disponível;
- Local afastado do centro urbano;

Após definir esses quesitos optou-se por escolher um terreno em Cuiabá no bairro Santa Rosa, localizado na Av. Suíça, o terreno possui 31.224,40m<sup>2</sup> de área, com dimensões de 184,98m para a Av Suíça e 164,21m nas laterais. A figura 25 mostra a localização do terreno.

Figura 20: Localização do terreno proposto



Fonte: Google Maps e Wikipédia adaptado pelo autor, 2019.

Segundo o Código de Obras da Cidade de Cuiabá, no que tange a respeito do zoneamento urbano, o terreno proposto está localizado em uma Zona de Interesse Ambiental 1 – ZIA 1. Sobre estas zonas o Código de Obras esclarece na subseção III, no artigo 25 e 26, que estas são zonas reservadas para a preservação e recuperação ou conservação ambientais e são destinadas a ocupação de baixa a muito baixa densidade tendo prioridades obras de cunho público e lazer. As Zonas de

Interesse Ambiental são divididas em três tipos, as ZIA-I são constituídas de áreas públicas ou privadas, com potencial ambiental, paisagísticos, de interesse para a fim de proteger e recuperar da vegetação local e nestas áreas podem ser admitidas apenas atividades e empreendimentos com baixa densidade de ocupação. No caso da ZIA-II, esta também é uma área de preservação, porém constitui em seu interior cursos de águas o que impede qualquer tipo de edificação que não seja direcionado para a conservação e preservação desta área. Por fim as ZIA-III possuem em suas áreas fundos de vale, canais efêmeros, nascentes ou áreas de preservação permanente de cursos d'água, áreas lindeiras às áreas de preservação permanente, para a qual existe intenção do Poder Público de torná-las em locais de conservação de domínio público, ou que já sejam unidades de conservação públicas (Cuiabá, 2015).

Ainda no Código de Obras de Cuiabá, na Seção II sobre as categorias de uso, no artigo 85 parágrafo II, defino construção de baixo impacto como sendo obras que possuem baixo grau impactante, porte, periculosidade, potencial poluidor e incremento da demanda por infraestrutura, podendo estas construções se mesclar ao uso residencial sem a necessidade de moderar os incômodos gerados (Cuiabá, 2015). Desta forma analisando o Código de Obras conclui-se que o terreno pode ser utilizado para a atual proposta, pois esta não tende a degradar ou danificar a área, além de ser um incentivo maior para que os métodos construtivos escolhidos sejam baseados em técnicas de sustentabilidade agregando ainda mais valor para o projeto.

Quanto aos índices urbanísticos do terreno escolhido, o Código de Obras deixa os seguintes esclarecimentos citados na Tabela 01, e quanto ao número de vagas para estacionamento fica determinado reservar 1 vaga para cada 75m<sup>2</sup> de área construída computável, segundo a o quadro presente na Seção II – Dos polos geradores de tráfego PGT, no seu artigo 169.

Tabela 2: Índices Urbanísticos

<b>Zona de Interesse Ambiental I – ZIA I</b>	
Coeficiente de Ocupação (CO)	0,15
Cobertura vegetal paisagística (CVP)	0,20
Cobertura Vegetal Arbórea (CVA)	0,50
Coeficiente de Permeabilidade (CP)	0,70
Potencial Construtivo (PC)	1
Limite de Adensamento (LA)	1
Potencial Construtivo Excedente (PCE)	0,00
Gabarito de Altura	-

Fonte: Cuiabá, 2015. Adaptado.

### 6.1.2 ESTUDO DO ENTORNO

O principal acesso ao terreno se dá pela Av. Suíça com Padrão Geométrico Mínimo – PGM igual a 12m e a calçada sendo igual a 1/6 do valor do seu PGM. A figura 26 mostra claramente o acesso, em vermelho é representado o terreno em estudo, a linha em azul representa a Av Suíça, em amarelo temos a Av Antártica (MT-400)

Figura 21: Vias de Acesso



Fonte: Google maps, 2019.

Quanto ao estudo do seu entorno, em um raio de 1000m percebe-se um maior número de residências multifamiliares e unifamiliares, englobando também alguns condomínios residenciais como o condomínio Jaquira e condomínio Villas Boas, a área tem alguns comércios locais como bares, lojas de roupas, igrejas e o Shopping Estação Cuiabá, Outro ponto importante

é a Estação de Tratamento de Água São Sebastião e o rio Cuiabá que fica ao lado Oeste do terreno. Na figura 27 pode-se observar o terreno proposto em vermelho e um círculo em azul escuro delimitando o entorno do terreno num raio de 1000m

Figura 22: Estudo do entorno



Legenda:

- Terreno
- Entorno
- Shopping Estação Cuiabá
- Condomínios Residenciais
- Estação de Tratamento de Água

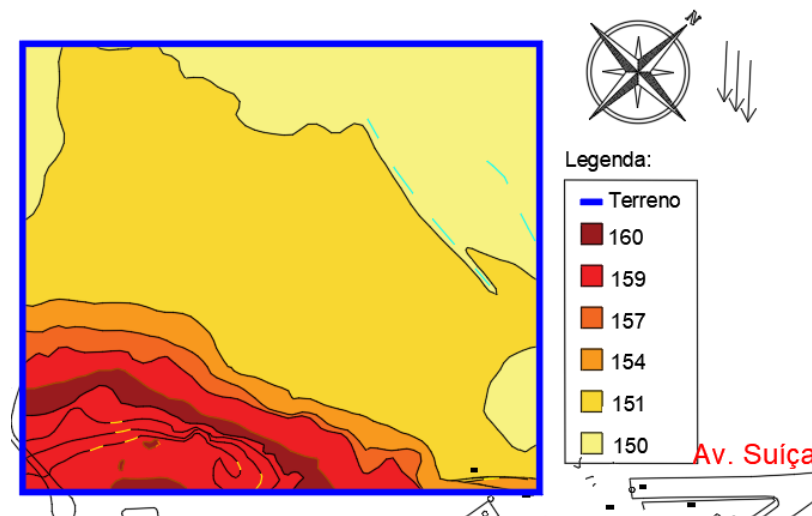
Fonte: Google maps, 2019 adaptado.

## 6.2. ESTUDO DAS CONDICIONANTES FÍSICO-ESPACIAIS

### 6.2.2 TOPOGRAFIA

O terreno proposto apresenta um desnível de 10 metros, com sua curva de nível variando de 160m no ponto mais alto à 150m em seu ponto mais baixo, estando em um declive. Na figura 23 é apresentado um estudo topográfico do terreno, onde o vermelho escuro (bordô) representa os pontos mais altos do terreno e o amarelo clarinho representa o seu ponto mais baixo.

Figura 23: Estudo Topográfico do terreno



Fonte: Autor, 2019.

Nas figuras 24 e 25 é mostrado um pouco do desnível encontrado no terreno mostrando o declive.

Figura 24: Imagem do Terreno 1



Fonte: autor, 2019

Figura 25: Imagem do Terreno 2



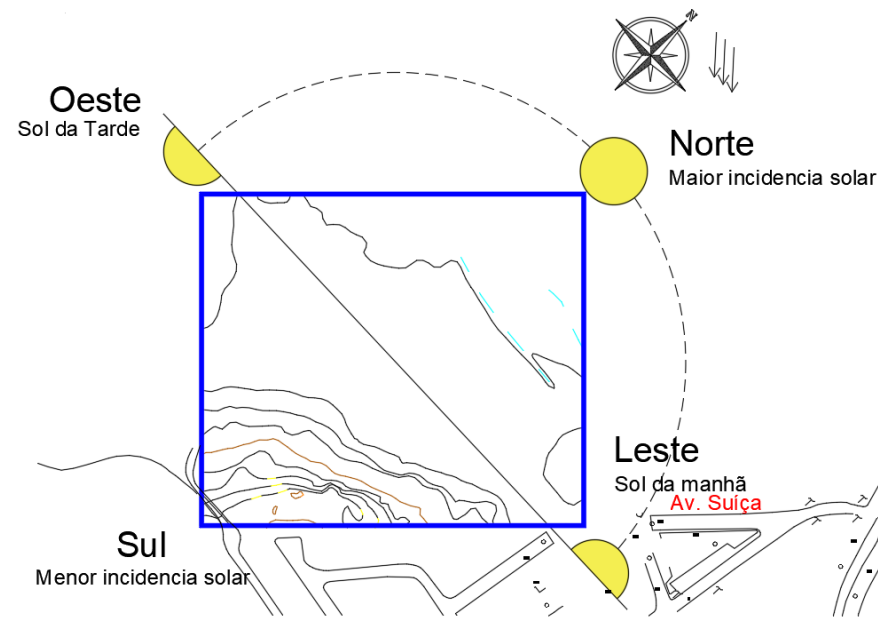
Fonte: autor, 2019

Na figura 24 acompanhando o muro da residência ao lado próximo ao terreno nota-se que este vai caindo e na figura 25 o mesmo ocorre com a vegetação, conforme vai entrando no terreno ele afundando. Ao visitar o terreno foi possível perceber estes declives pois existiam pontos mais acentuados e pontos mais altos.

### 6.2.3 INSOLAÇÃO

Na figura 26 é apresentado um estudo de insolação feito no terreno. O terreno recebe sol o dia todo, por não existir nenhuma grande construção em seu entorno o sol incide diretamente sobre ele. Quanto a posição do sol, a entrada do terreno é contemplada pelo sol da manhã, e na parte posterior do terreno o sol da tarde. Os ventos dominantes partem do norte em direção ao noroeste.

Figura 26: Estudo da Insolação



Fonte autor, 2019.

### 6.2.3 CLIMA

Para se entender melhor sobre o clima predominante em Cuiabá faz-se necessário conhecer sua localização geográfica. A cidade está situada no centro geodésico da América do Sul, sendo as coordenadas geográficas 15°35'56" latitude sul e 56°06'01" longitude Oeste. Possui altitude de 165m em relação ao nível do mar, com sua área urbana variando de 146 a 250m. quanto a sua localização geomorfológica, está localizada na província denominada depressão Cuiabana. Estas características fazem o clima da região se definir de duas formas clima tropical, com estação seca, no outono/inverno, e estação chuvosa, na primavera/verão e clima tropical seco úmido (CUIABÁ, 2004).

### 6.2.3 VEGETAÇÃO

A vegetação presente na cidade de Cuiabá pode ser dividida em dois biomas, cerrado e pantanal. Estes biomas podem ser subdivididos em savanas arbóreas densas, savanas arbóreas abertas, savana parque, savana gramíneo-lenhosa, floresta ombrófila densa ou floresta pluvial, floresta ombrófila aberta, floresta aluvial, floresta submontana, floresta estacional semidecidual e floresta estacional decidual (BRASIL 1982).

Com relação a vegetação presente no terreno proposto, através de uma rápida observação, percebe-se que o local apresenta uma grande área arbórea podendo considera-la como savana gramínea-lenhosa, este tipo de savana pode ser caracterizada por uma formação campestre, mesclada de plantas lenhosas anãs sem cobertura arbórea (Brasil, 1982). Ao se aproximar do rio Cuiabá pode-se notar uma grande área de savana arbórea densa.

As figuras 27 e 28 mostram um pouco da vegetação presente no Terreno.

Figura 27: Vegetação local 1



Fonte autor, 2019.

Figura 28: Vegetação Local 2



Fonte autor, 2019.

### 6.3. PARTIDO ARQUITETÔNICO

A ideia principal se baseia na busca de transmitir paz e tranquilidade em meio a natureza, salas que possuíssem uma arquitetura universal onde qualquer pessoa pudesse utilizá-las e principalmente um desenho arquitetônico que pudesse se fundir a natureza sem sobressair. Após longo pesquisa foi escolhidos projetos de referencias de Spa Urbanos nacionais e

internacionais que transmitissem essa mesma ideia e percebeu-se que eles possuíam algo em comum muitos jardins internos, espelhos d'água, telhado verde e técnicas construtivas sustentáveis, o que fez com que estes pontos se tornassem essenciais para a elaboração desta proposta, ainda mais o quesito sustentabilidade. Inspirado no Spa Naman (The Pure Spa), o traçado inicial se parte de uma estrutura quadrada com um pátio central no meio o qual deverá conter jardins internos, espelhos d'água e jardins verticais. Quanto ao kennzur Spa este proporcionou a ideia de colocar algumas construções no pátio central, o uso de madeira como parte e aço como elementos decorativos e o Spa Querétano deu a ideia das salas de yoga serem rodeadas por jardins com vedações em vidro para melhor contemplação dos jardins.

#### 6.4. PROGRAMA DE NECESSIDADES E QUADRO PRÉ-DIMENSIONAMENTO

O programa de necessidades elaborado foi proposto de forma que o empreendimento não apenas ofertasse as terapias, mas também que pudesse gerar uma renda de outras formas, mas dentro dos ideais, seja através de vendas de livros ou produtos para terapeutas ou por meio de palestras e cursos. Foi dividido em blocos, o primeiro sendo o bloco de entrada com toda a parte administrativa, e toda a área de apoio técnico aos terapeutas e aos funcionários, uma grande recepção principal e também uma livraria e uma farmácia de manipulação. Os demais blocos estariam às salas de terapias. O foco principal foi desenvolver salas ou clínicas que pudessem ser adaptadas para os diferentes tipos de terapias, sem criar salas específicas, desta forma independente da demanda de uma terapia ser maior que outras as salas poderiam estar suprindo esta necessidade. Além das salas foi previsto todo um administrativo e salas de descanso e biblioteca para os funcionários. O programa de necessidades também conta com um espaço para vender livros e artigo de presente, uma

farmácia de manipulação especializada em produtos naturais a base de ervas e florais, salas multiuso, um auditório com capacidade para 100 pessoas e um restaurante especializado em alimentação vegetariana e vegana, com capacidade para 100 pessoas.

Ambiente	Quantidade	Área (m <sup>2</sup> )
Recepção	1	136,90
Banheiro Masculino PCD	1	4,35
Banheiro Feminino PCD	1	4,35
Banheiro Masculino	1	9,95
Banheiro Feminino	1	9,95
Recursos Humanos (RH)	1	12,54
Gerência	1	24,84
Sala de Reuniões	1	19,72
Sala de Administração	1	37,80

Almoxarifado	1	10,95
Vestiário Feminino	1	28,77
Vestiário Masculino	1	29,42
Vestiário Feminino PCD	1	10,97
Vestiário Masculino PCD	1	10,97
Sala de descanso com copa	1	58,56
DML	1	2,99
Livraria	1	74,70
Total de área		<b>487,73</b>
<b>Farmácia de Manipulação</b>		
Farmácia	1	36,97
Sala do farmacêutico e Adm	1	15,00
Copa	1	9,37

DML	1	3,45
Vestário masculino	1	22,96
Vestiário feminino	1	22,96
Vestiário PCD	1	10,99
Paramentação	1	8,90
Sala de Produtos Prontos	1	9,75
Sala de Sala de Frascos	1	9,75
Laboratório de Semi-sólidos e líquidos	1	13,48
Laboratório de sólidos	1	14,08
Sala de Fracionamento	1	10,07
Sala de Controle de Qualidade	1	10,30
Sala de Limpeza	1	7,40
Depósito de matéria prima	1	11,53

Sala de Quarentena	1	5,54
Total		222,50

Setor de Terapias (Divididos em 2 Blocos)		
Recepção	2	$48,79 * 2 = 97,58$
Copa	2	$9,72 * 2 = 19,44$
DML	2	$3,63 * 2 = 7,26$
Banheiro Meminino PCD	2	$4,20 * 2 = 8,40$
Banheiro Masculino PCD	2	$4,20 * 2 = 8,40$
Sala de Terapias com banheiro PCD e Jardim Particular	20	$42,57 * 20 = 851,4$
Total		992,48
<b>Bloco dos Ofrurôs</b>		

Recepção	1	41,48
Banheiro PCD Masculino	1	4,35
Banheiro PCD Feminino	1	4,35
Copa	1	11,15
DML	1	3,45
Salas de Ofurô	10	$24,02 * 10 = 240,20$
Sala de Ofurô para PCD	2	$29,25 * 2 = 58,50$
Total		363,48
<b>Restaurante</b>		
Salão principal para mesas	1	210,65
Espaço Kids	1	17,75
Banheiro Feminino	1	14,85
Banheiro Masculino	1	14,85

Banheiro PCD Feminino	1	3,82
Banheiro PCD Masculino	1	3,82
Cozinha (com área de preparo e cocção)	1	59,80
Sala da Nutricionista	1	9,21
Lavagem de louça suja	1	10,25
Espaço para louças limpas	1	6,15
DML	1	5,00
Espaço externo para Lixo	1	5,80
Estoque de Bebidas	1	9,30
Estoque de Alimentos secos	1	12,92
Câmara Fria para Hortifrúti	1	13,17
Câmara fria para Ovos, Laticínios e derivados	1	13,17

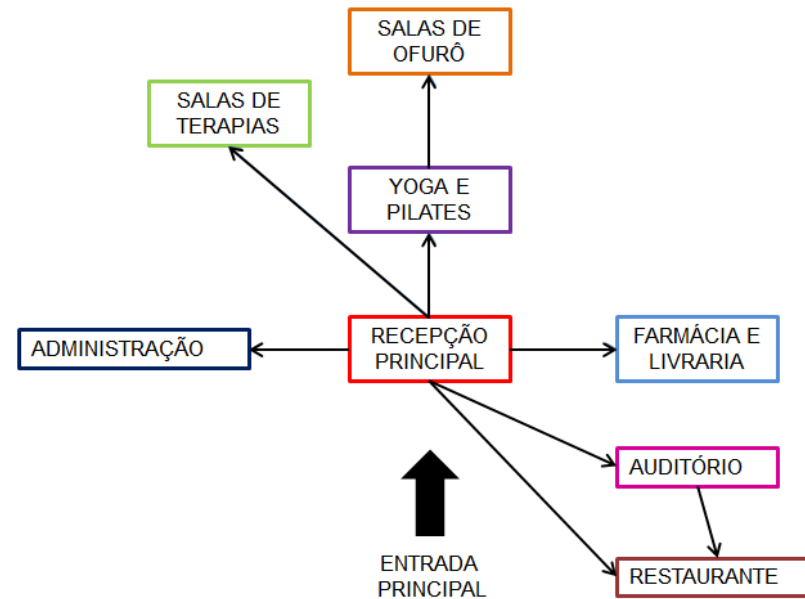
Vestiário Masculino	1	23,43
Vestiário Feminino	1	23,43
Vestiário Masculino PCD	1	7,13
Vestiário Feminino PCD	1	7,13
Seleção e limpeza de alimentos	1	20,22
Limpeza de Botas	1	4,00
Total		495,85
<b>Auditório</b>		
Foyer	1	117,50
Banheiro Masculino	1	10,73
Banheiro Feminino	1	10,73
Banheiro Masculino PCD	1	3,87
Banheiro Feminino PCD	1	3,87

Palco	1	91,84
Camarim com banheiro PCD	2	26,14 * 2 = 52,28
DML	1	16,85
Sala de Iluminação e som	1	14,36
Total		332,03
<b>Outras Construções</b>		
Sala de Yoga com vestiário e DML	1	114,17
Sala de Pilates com Vestiário e DML	1	168,58
Guarita	1	18,96
Total		301,71
<b>Área Total Construída do Projeto</b>		<b>3195,78</b>
<b>Área Total Construída do Projeto + 30%</b>		<b>4154,51</b>

## 6.5. FLUXOGRAMA

O fluxograma (figura 29) vem apresentar de maneira sucinta como vai ser as ligações entre os blocos e principais setores. O auditório e o restaurante possuem entradas individuais, não sendo necessário entrar na recepção principal para ter acesso a eles, para os demais setores é necessário que os pacientes entrem primeiro na recepção principal para depois ir aos outros setores e blocos.

Figura 29: Fluxograma

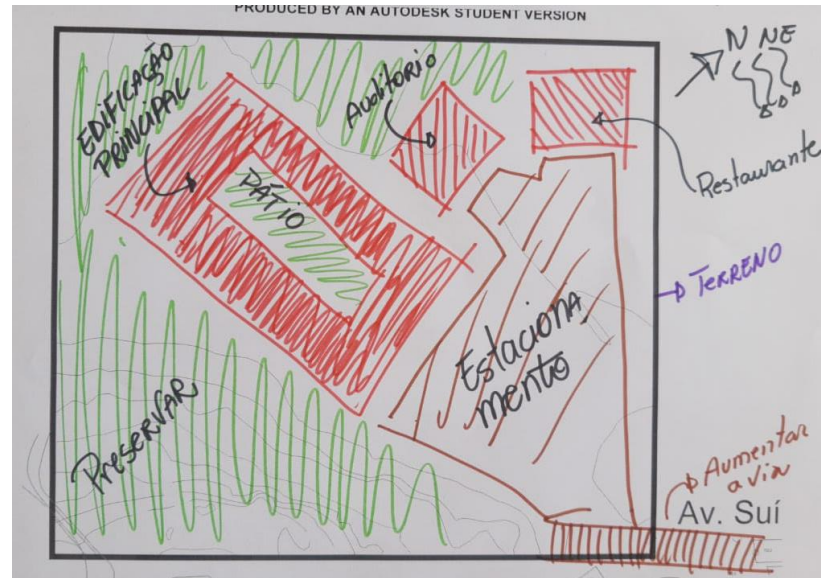


Fonte: Autor, 2019

## 6.6. SETORIZAÇÃO

A ideia inicial foi dividir o projeto em três principais blocos, o bloco principal contendo toda a parte administrativa e as salas de terapias, e os outros dois seriam separados no caso do restaurante e do auditório. Na figura 30 é apresentado um rascunho inicial da setorização. As edificações ficariam no nível 151,2 pois este possuía uma maior área sem a necessidade de movimentação de terra, deixando a parte mais alta do terreno como área preservada.

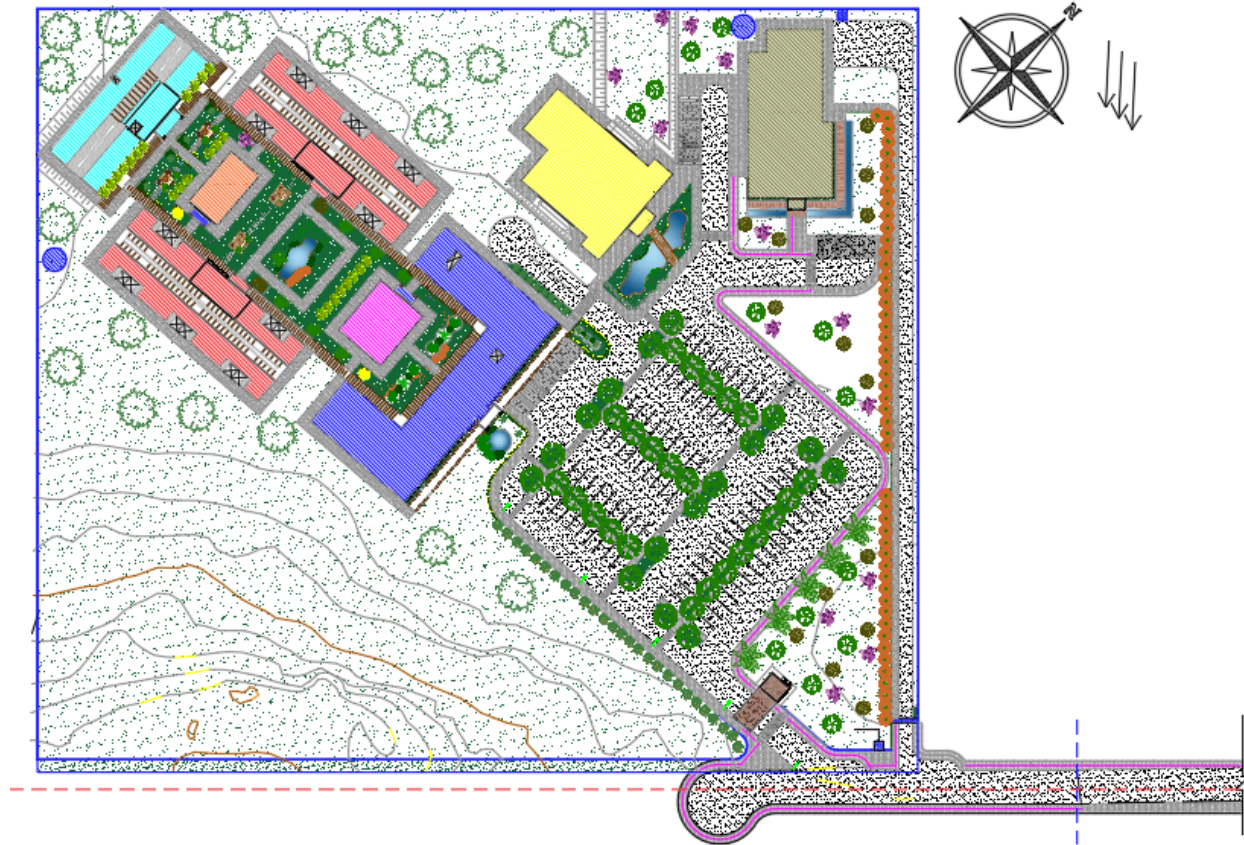
Figura 30: Proposta de setorização



Fonte: Autor, 2019

A figura 31 mostra como ficou o resultado final da implantação, cada bloco está separado por cores identificadas na legenda.

Figura 31: Implantação Setorizada



Fonte: Autor, 2019

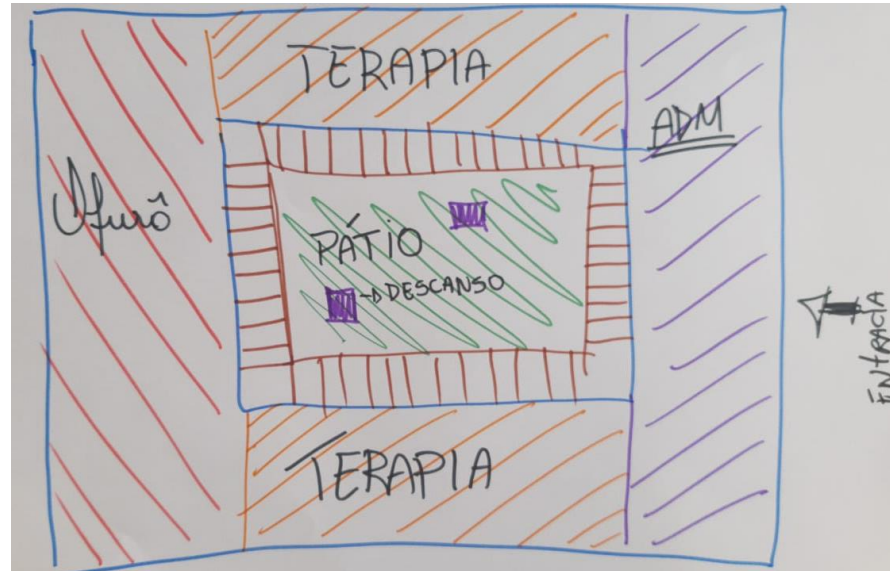
## 6.7. ENSAIOS TÉCNICOS

Todo o desenho arquitetônico foi baseado nas referências de projetos citados anteriormente, sendo os principais pontos adotados jardins internos, espelhos d'água e jardins verticais.

### 6.7.1 VOLUMETRIA / LEGIBILIDADE

O partido arquitetônico escolhido necessitava de bastante áreas verde fazendo a integração do paciente com a natureza, era preciso então desenvolver jardins internos e ambientes que proporcionassem este momento. O bloco principal foi projetado pensando em algo retangular com um pátio central onde as salas fossem voltadas para esse pátio com belos jardins e com pergolados para possibilitar caminhada entre as edificações. A figura 32 mostra essa ideia principal.

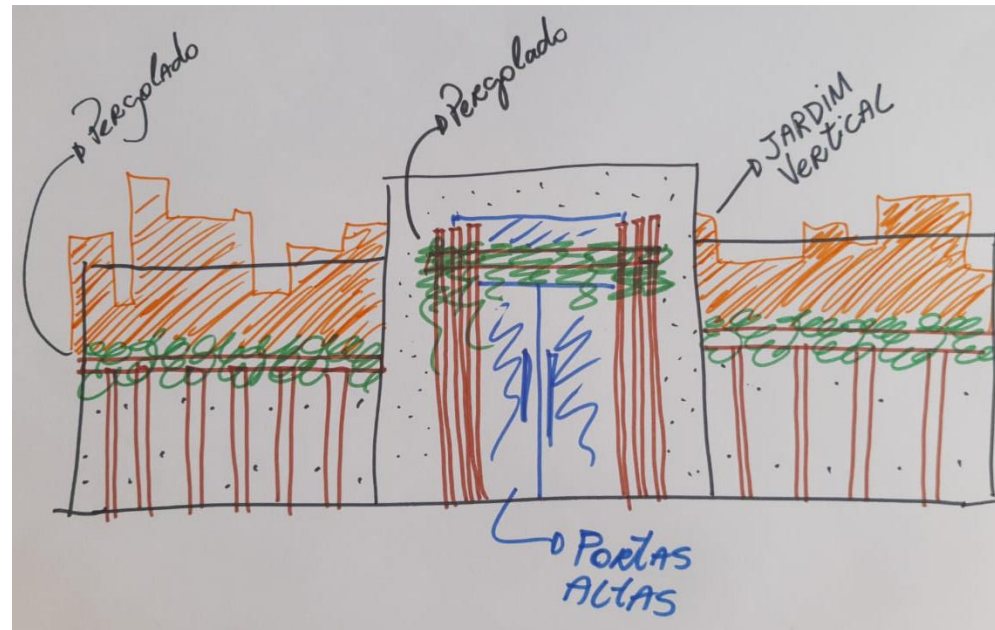
Figura 32: Primeiras ideias do bloco principal



Fonte: Autor, 2019.

Para a edificação optou-se por adotar platibanda, resultando em uma construção retilínea. Para que se criassem volumes nas fachadas foi adotado dois elementos, o primeiro seria aumentar o tamanho das recepções criando um volume diferenciado, ou seja para essas áreas foi adotado um pé direito de 6 metros e o segundo elemento foi um aramado de alumínio com pequenos vasos para trepadeiras, estes aramados teriam alturas diferenciadas dando a impressão de movimento e tirando a sensação de linha reta causada pelas platibandas. Na imagem 33 é apresentado um pequeno rascunho dessa ideia, o qual seria adotado para todas as edificações do complexo.

Figura 33: Volumetria inicial



Fonte Autor, 2019.

As portas altas na entrada e o uso de pele de vidro também foram adotados afim de que as fachadas principais se destacassem e ganhassem imponência.

### 6.7.2 FUNCIONALIDADE

Os espaços principais foram projetados pensando nas melhores condições de uso, as salas de terapias foram elaboradas com pé direito maior que o usual com 4 metros dando ideia de amplitude, e seu layout foi elaborado para atender aos diversos tipos de terapias em um único local, contendo maca para as terapias que precisam dela e sofás para as terapias que são mais voltadas a conversa. O salão de yoga é outro ambiente funcional pois o seu espaço permite ser realizado diversos tipos de terapias além do yoga, como biodança, constelação familiar ou outras terapias em grupo. Por fim os blocos auxiliares o restaurante e o auditório permitem que o projeto não fique apenas preso à terapias mas tenha outras fontes de renda, sendo por meio do restaurante ou de palestras e cursos.

### 6.7.3 CONFORTO AMBIENTAL

O conforto ambiental dentro do projeto foi alcançado na implantação por meio da locação da obra, esta foi colocada na parte mais plana do terreno e com menos desnível, dessa forma não seria necessário ter muita movimentação de terra, os jardins verticais e os telhados verdes presentes no projeto permite com que a obra converse com o seu entorno, que basicamente é uma grande área verde. Os usos dos vidros e das janelas altas permitem que essa comunicação entre edificação e natureza seja ainda mais trabalhada.

#### 6.7.4 ACESSIBILIDADE

Como o projeto se trata de um espaço voltado a saúde este tema não poderia ser ignorado. Todo o projeto foi pensado levando em consideração a acessibilidade e o uso dele por Pessoas com Deficiências (PCD) ou com dificuldades locomotoras, as calçadas foram pensadas bem largas com 2 metros, afins de que eles pudessem transitar ao lado de um acompanhante sem problemas, Os banheiros das salas de terapias são todos acessíveis, e equipados com barras de apoio segundo descrito pela NBR 9050/2015. Os estacionamentos rápidos são todos cobertos e os desníveis com rampas de acesso. Foram projetadas duas salas de saunas especialmente para PCD, com os tamanhos das banheiras e barras adequadas para o seu uso.

#### 6.7.5 COMUNICAÇÃO VISUAL

A identidade visual do projeto possui algumas peças chaves, o primeiro é o jardim vertical presente nas fachadas. A estrutura de alumínio elaborado para sustentar o jardim foi escolhido na cor bronze para que ele se misturasse com a tonalidade dos pilares de madeira. O segundo elemento são os pilares de madeira que sustentam as marquises com cobertura verde e o pergolado da fachada principal da administração. O terceiro ponto são as marquises com telhado verde presente nas fachadas principais dos blocos. Nelas foram escolhidos plantar trepadeiras pois conforme elas forem crescendo suas folhas vão caindo da marquise criando a ideia de uma “cortina” ou um jardim vertical. Por fim as portas altas de 4 metros de altura presente nas entradas principais (excluindo a sala de yoga e de Pilates) criam a ideia de imponência e luxo.

Ao analisar as edificações do entorno do terreno foi possível verificar que muitas residências possuíam platibanda, por este motivo também foi escolhido usar no projeto, não o diferenciando das demais construções do bairro. Foi escolhido usar um pé direito mais alto, adotando 4 metros, somente as recepções teriam um pé direito de 6 metros, e as salas de yoga, Pilates e ofurô teriam pé direito de 3m. As salas de ofurô teriam esta altura de pé direito por conta das caixas de água, que foram adotadas 1 caixa de 1,5 mil litros para cada sala, desta forma se fosse adotado uma altura de quatro metros sua platibanda se aproximaria da platibanda da recepção quebrando a ideia da volumetria. Quanto as salas de yoga e de ofurô, o pé direito de 3 metros foi adotado por causa destes blocos estarem no pátio central para que eles não impedissem a visão dos outros blocos. Estes são blocos mais simples para não roubarem a atenção das fachadas dos blocos que estão em seu entorno.

#### 6.7.6 COMPOSIÇÃO PAISAGÍSTICA

Por se tratar de ser uma Zona de Interesse Ambiental-1 (ZIA-1), a vegetação existente deve ser ao máximo preservada. Quanto as árvores ou vegetação retirada fica estabelecido plantar 3 árvores no lugar das que foram retiradas. Foi necessário pensar em plantas que pudessem dar um colorido e uma volumetria, Para o estacionamento foi escolhido usar Patas de Vaca (*Bauhinia forficata*), para os jardins externos foram usadas Quaresmeira (*Tibouchina granulosa*), Ipê amarelo (*Handroanthus albus*) e Jasmim (*Jasminum*). Para os jardins internos foi feito uma composição usando além dessas árvores, Helicônia (*Heliconia rostrata*), Bambú (*Bambusoideae*), Xanadus (*Philodendron xanadu*), Palmeira Azul (*Bismarckia nobilis*), Palmeira rafis (*Rhapis excelsa*). Para dar cor e criar delimitação de espaço foi utilizado bulbine (*Bulbine frutescens*), moréia

(*Dietes Iridioides*) e drasilírio (*Dasyilirion*). E para função estética foram usados bromélias (*Aechmea fasciata*), agave dragão (*Agave attenuata*). E por fim como forração rasteira foi usado grama esmeralda (*Zoysia japônica*).

## 7 TÉCNICAS E MATERIAIS CONSTRUTIVOS

As técnicas construtivas foram minuciosamente pensadas para resultar em um projeto sustentável. Para tal foram escolhidas as seguintes técnicas:

- Sistema de reutilização da água e cisternas
- Biodigestor
- Placas solares
- Ventilação cruzada
- Espelhos de água
- Telhado verde
- Jardins verticais
- Vidro refletivo na cor fumê

### 7.1 REUTILIZAÇÕES DA ÁGUA E USO DE CISTERNAS

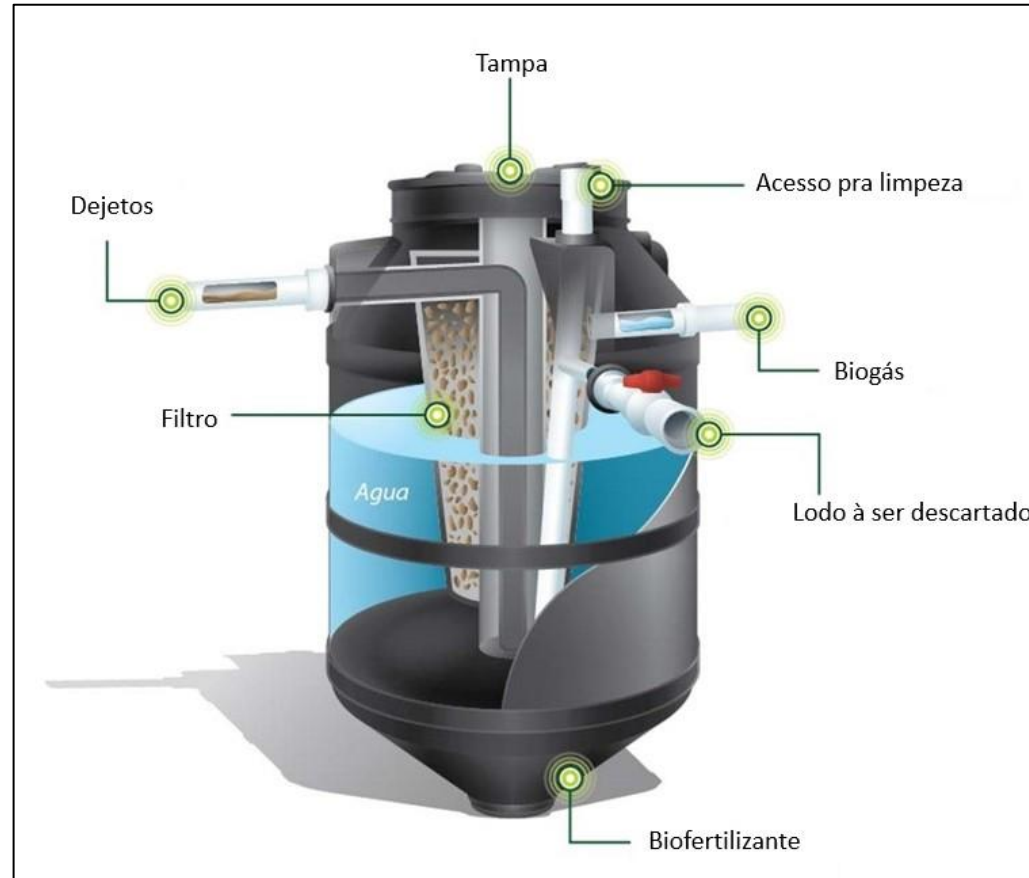
A água captada utilizada após o banho ou a água utilizada nas pias e nas lavadoras de roupas é conhecida como “águas cinza” (não entram neste quesito as águas provenientes de vasos sanitários e das pias). A água coletada provenientes destes meios de uso ainda pode ser reutilizada para outros fins como: descarga de bacias sanitárias, limpeza de pisos, rega de jardins e gramados (água sem cloro em sua composição), limpeza de veículos, limpeza de paredes,

limpeza de tecidos mais pesados e sujos como tapetes. Uma máquina de lavar roupas que faz tudo de 15 kg, gasta em média 180 a 230l de água quando totalmente cheia, isso pode gerar aproximadamente 32 descargas. Esta água pode ser armazenada em cisternas, que além de armazenar a água cinza pode servir para armazenar água das chuvas (IPT, 2016).

## 7.2 BIODIGESTOR

Biodigestor pode ser compreendido como um pequeno sistema de tratamento de efluentes provenientes da rede sanitária residencial urbana ou rural. Neste pequeno aparelho ocorre a decomposição da matéria orgânica presente no efluente por meio de bactérias anaeróbicas ou seja, sem a presença de oxigênio. Deste processo de decomposição gera-se dois subprodutos, o biogás e o biofertilizante, ambos podendo ser armazenados e reutilizados (SILVA e FAGUNDES, 2015). O biodigestor pode tanto ser feito in loco quanto comprado, hoje existem diversas marcas no mercado. Na figura 46 é apresentado um sistema de um biodigestor.

Figura 34: Biodigestor



Fonte: Acordo Coletivo, 2018.

### 7.3 PLACAS SOLARES

A busca por novas fontes renováveis geradoras de energia vem aumentando cada dia mais. As placas solares (figura47) ou painéis fotovoltaicos são estruturas a base de silício que tem a capacidade de transformar a luz solar (fótons) em corrente elétrica (PORTAL SOLAR S. A, 2011).

Figura 35: Composição do Painel Fotovoltaico

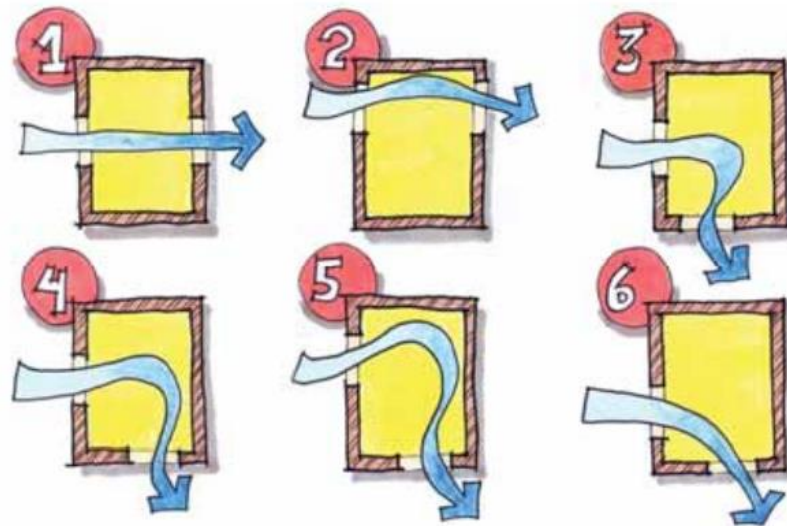


Fonte: PORTAL SOLAR S. A. Disponível em: <https://www.portalsolar.com.br/como-funciona-o-painel-solar-fotovoltaico.html>. Acessado em: 11 de outubro de 2019.

## 7.4 VENTILAÇÕES CRUZADA

A ventilação cruzada é uma técnica eficaz de ventilação, se baseia na instalação de duas esquadrias onde o vento poderá passar, o vento entra na edificação por uma destas aberturas e “expulsa” o ar quente que se encontra dentro do ambiente para a outra abertura, assim fazendo a troca de ar (LAMBERTS, DUTRA e PEREIRA, 2015?). Na figura 48 é apresentado como a ventilação se comporta de acordo com a posição das esquadrias.

Figura 36:Comportamento da ventilação conforme posicionamento das esquadrias



Fonte: LAMBERTS, DUTRA e PEREIRA, 2015?

## 7.5 ESPELHOS D'ÁGUA

Os espelhos d'água além do seu efeito estético podem proporcionar um microclima mais fresco ao ambiente por meio da evaporação da água contida nele aumentando assim a umidade do ar (ROMERO e VAVALLO, 2015). A figura 49 mostra um exemplo de espelho d'água presente em uma das fachadas do Palácio do Planalto em Brasília-DF.

Figura 37: Espelho d'água



Fonte: Costa, 2015.

## 8 PROPOSTA FINAL

### 8.1 Índices urbanísticos do Projeto

Na tabela 3 são mostrados os índices urbanísticos do projeto.

Tabela 3: Índices Urbanísticos

<b>Índices Urbanísticos</b>		
<b>Áreas</b>	<b>m<sup>2</sup></b>	<b>%</b>
Área do Terreno	31224,39	100
Área Construída Computável	3391,2	10,861
Área Construída não Computável	4726,62	15,138
Área Permeável	15919,68	50,985
Cobertura Vegetal Arbórea	14247,2	45,628
Cobertura Vegetal Paisagística	1672,48	5,3563
Coeficiente de Ocupação	0,1	
Coeficiente de permeabilidade	0,5	
Potencial Construtivo	1	
Potencial Construtivo Excedente	0	

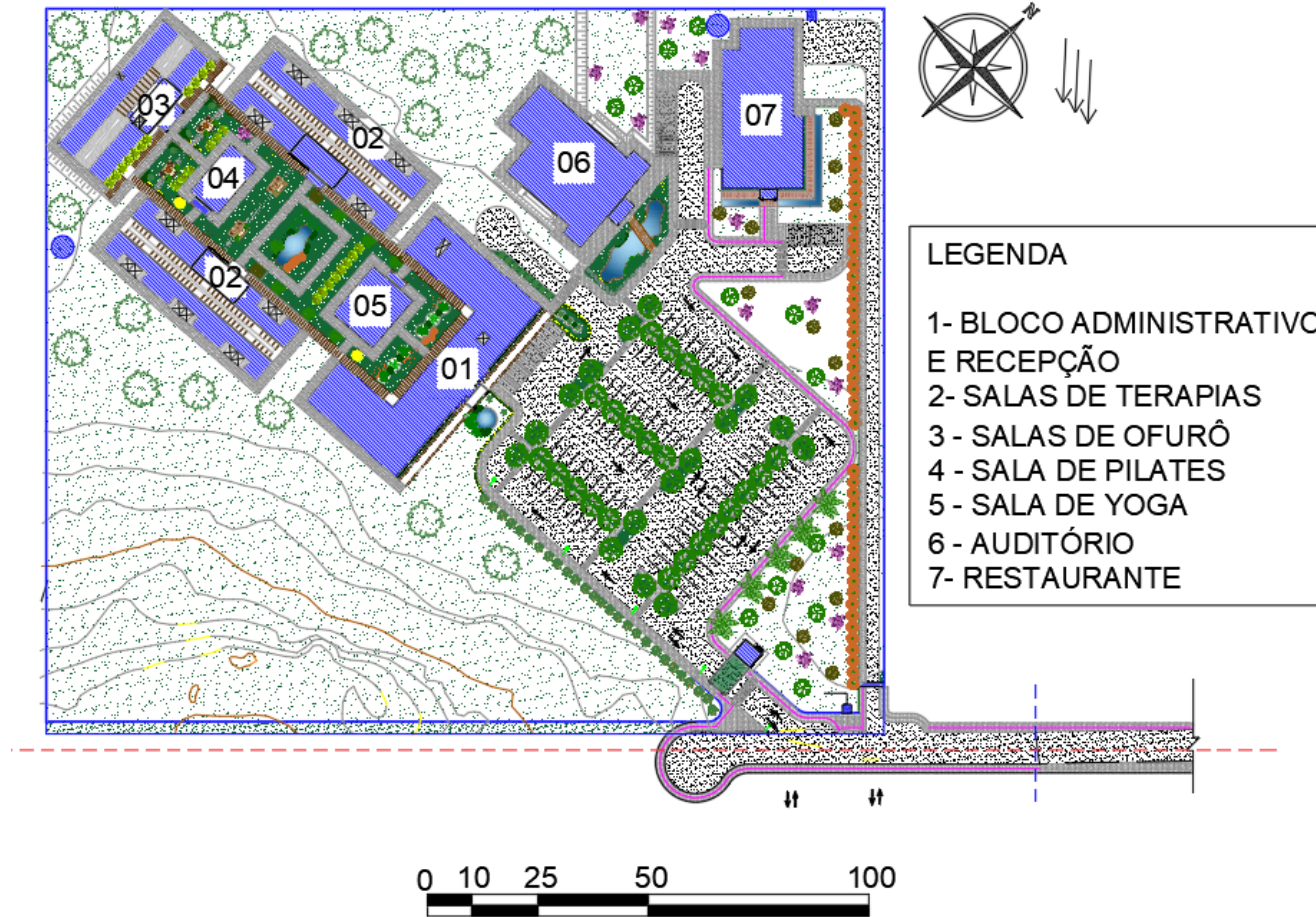
Fonte: Autor, 2019.

## 8.2 Projetos Arquitetônico

A edificação principal foi dividida em seis pequenos blocos que se encaixam. O primeiro bloco fica toda a área administrativa, a recepção, farmácia de manipulação, uma livraria, espaço de descanso e biblioteca para os funcionários e para os terapeutas. O segundo e o terceiro bloco são as salas de terapias, são dois blocos iguais localizados um de frente para o outro, cada um possui uma recepção e 10 salas de atendimento, totalizando 20 salas de terapias. O quarto bloco estão as salas de ofurô, são doze salas sendo duas especiais para PCD, possui uma recepção de atendimento. O quinto bloco é a sala de Pilates e o sexto a sala de yoga, estes são amplos salões que se encontram no pátio central rodeado por jardins. Próximo a edificação principal foi projetado um auditório com capacidade para 100 pessoas e um restaurante especializado em comida vegetariana e vegana.

Na figura 38 é apresentado a planta de implantação humanizada do projeto. A entrada principal ficou localizada na única rua de acesso na Av. Suíça, foi necessário asfaltar um pouco mais para que a rua chegasse no terreno, para isso foi usado asfalto permeável possibilitando o escoamento da chuva.

Figura 38: Implantação Humanizada



Fonte: Autor, 2019.

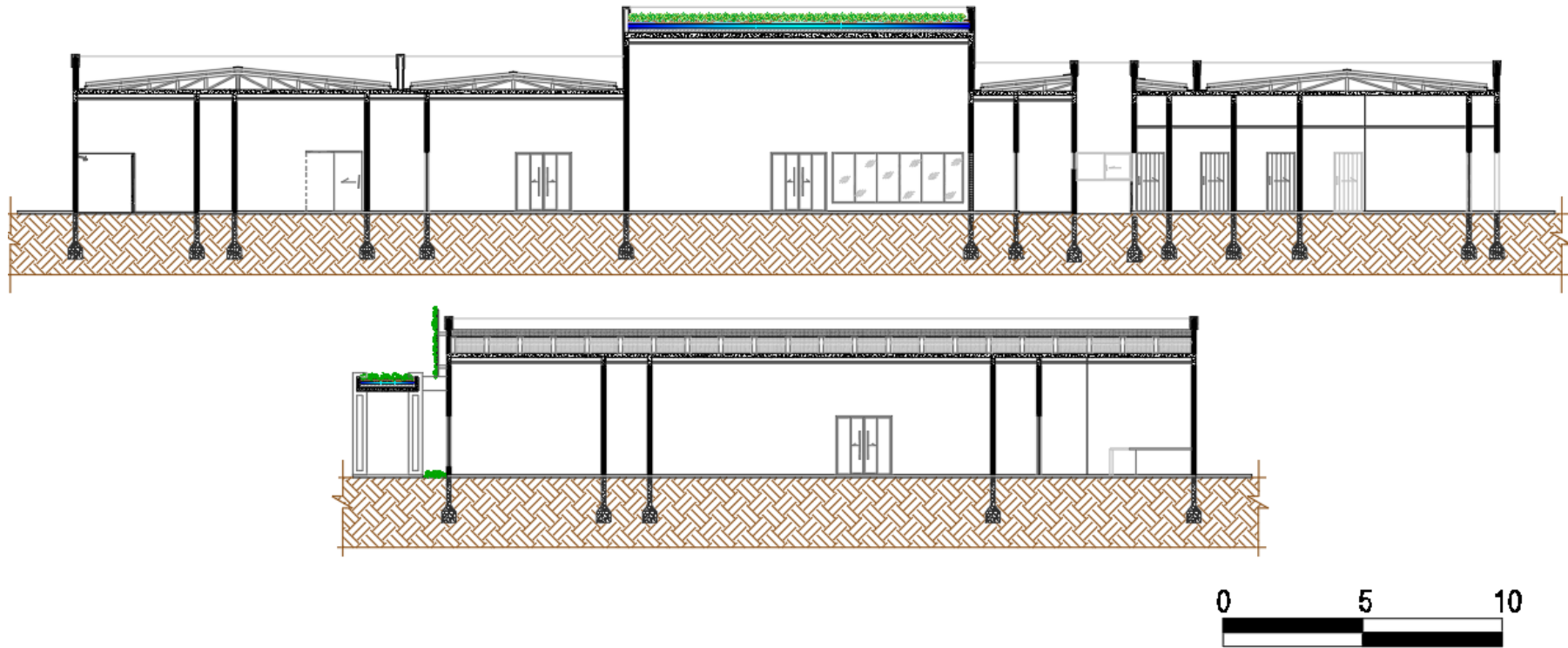
Nas figuras 39, 40 e 41 são apresentadas a planta humanizada, os cortes e as fachadas do bloco administrativo.

Figura 39: Bloco Administrativo e Recepção - Layout



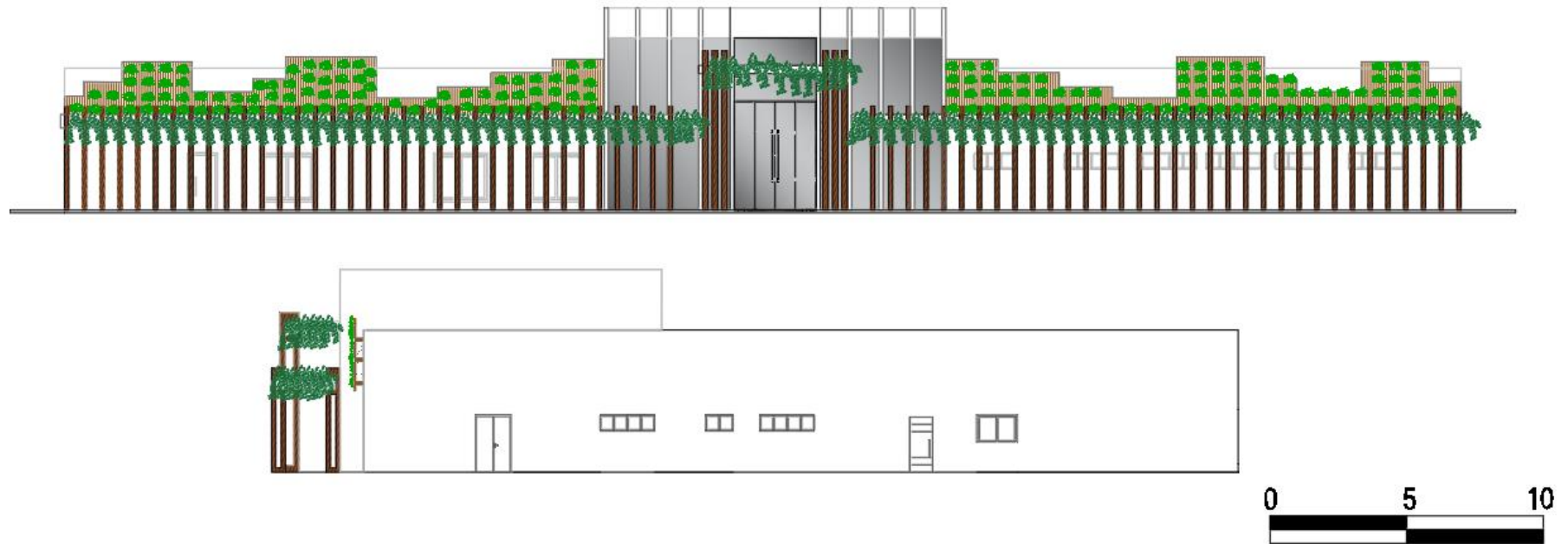
Fonte: Autor, 2019.

Figura 40: Bloco Administrativo e Recepção - Corte Longitudinal e Transversal



Fonte: Autor, 2019

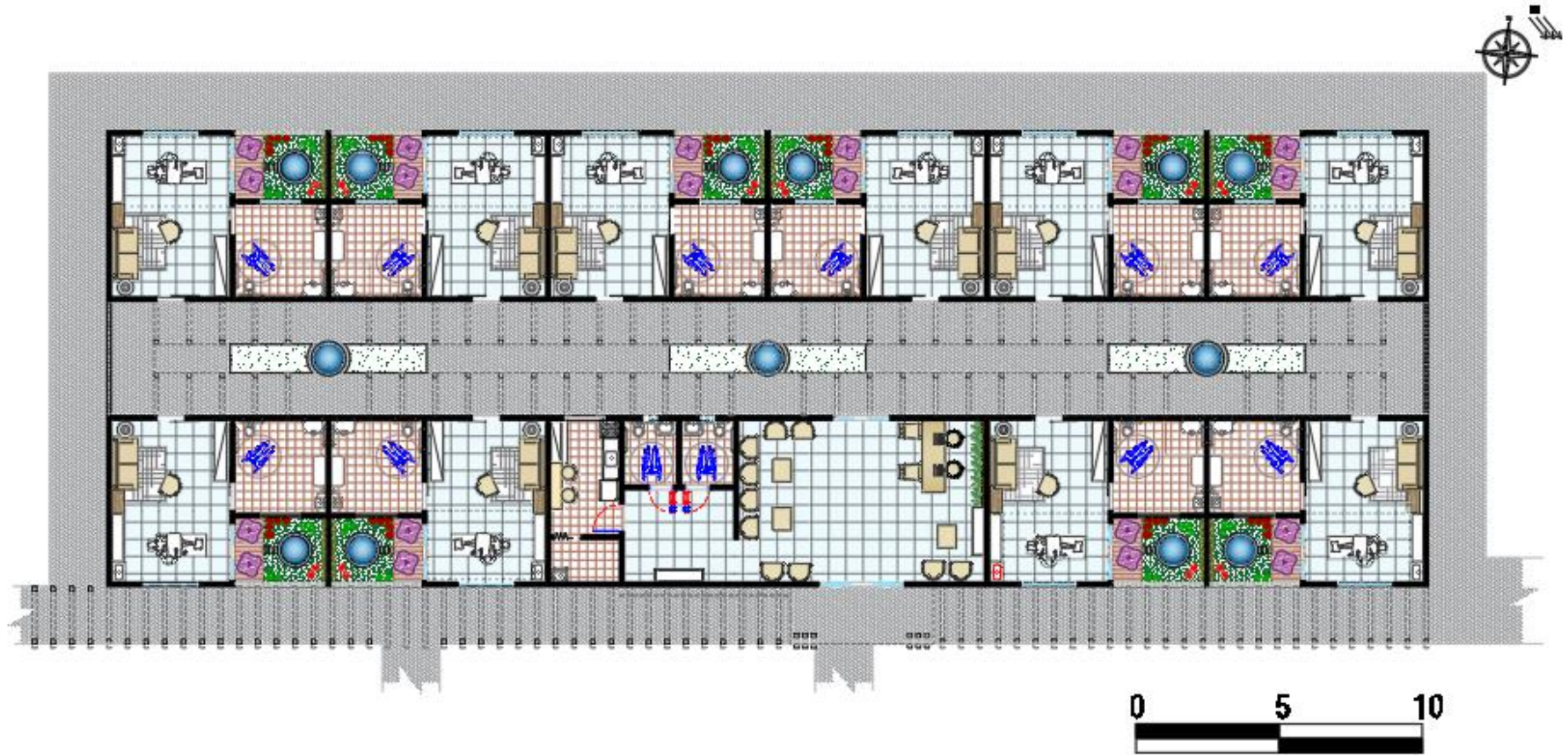
Figura 41: Bloco Administrativo e Recepção - Fachada frontal e lateral



Fonte: Autor, 2019.

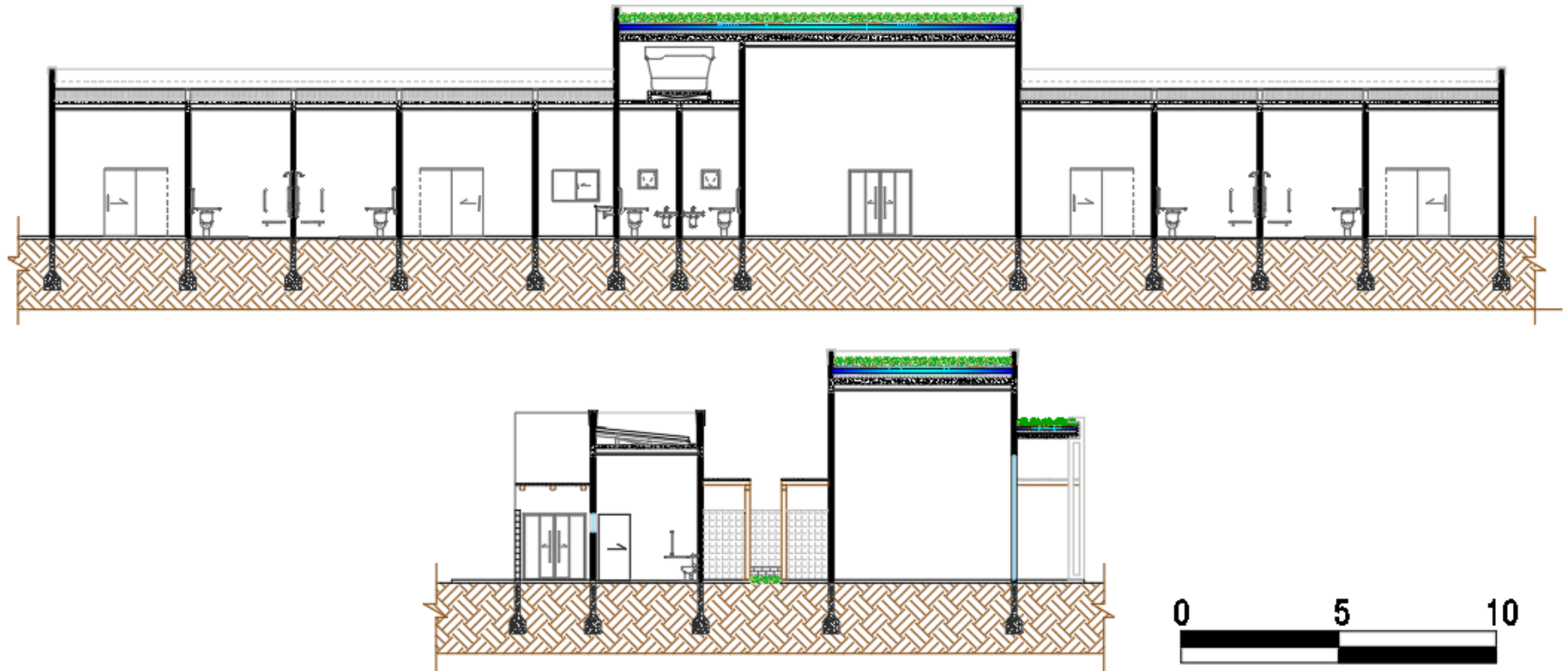
Nas figuras 42, 43 e 44 são apresentadas a planta humanizada, os cortes e as fachadas do bloco das salas de terapias. Este bloco é duplicado, gerando um total de 20 salas. Para que os blocos não ficassem com a forma de uma edificação quadrada e maciça com um corredor no meio, foi proposto deixar o corredor aberto com proteção de um pergolado para permitir que os pacientes possam andar no corredor sem que sofram com sol intenso ou chuva.

Figura 42: Salas de Terapias - Planta Humanizada



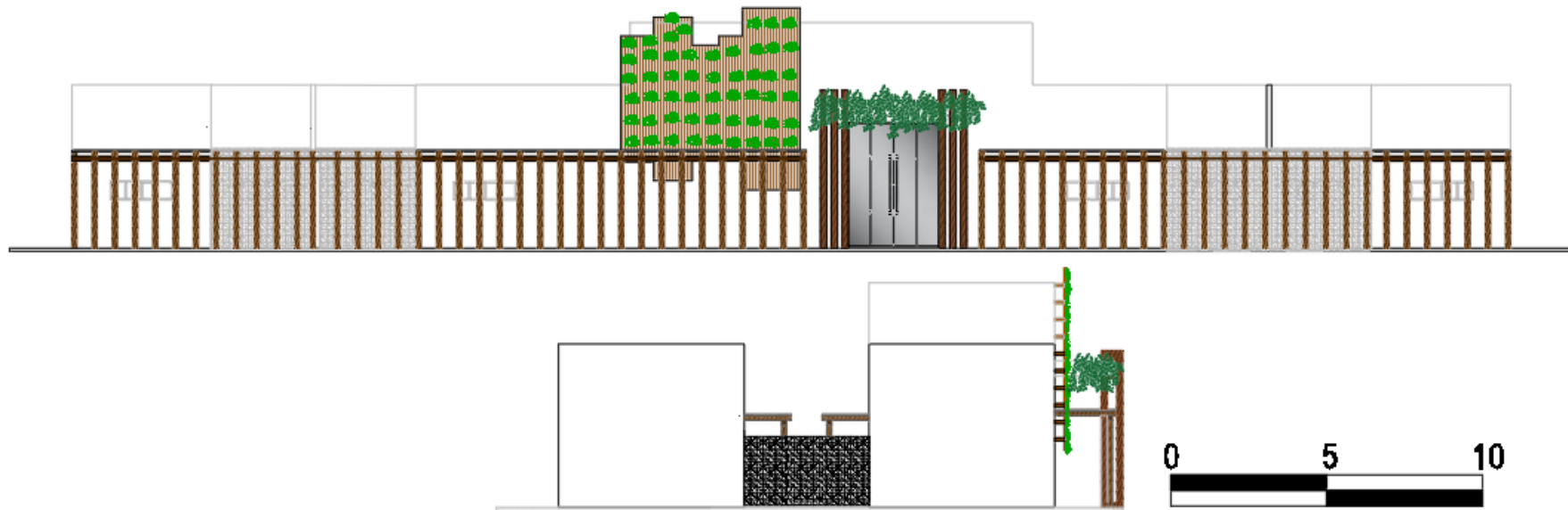
Fonte: Autor, 2019.

Figura 43: Salas de Terapias - Corte Longitudinal e Transversal



Fonte: Autor, 2019.

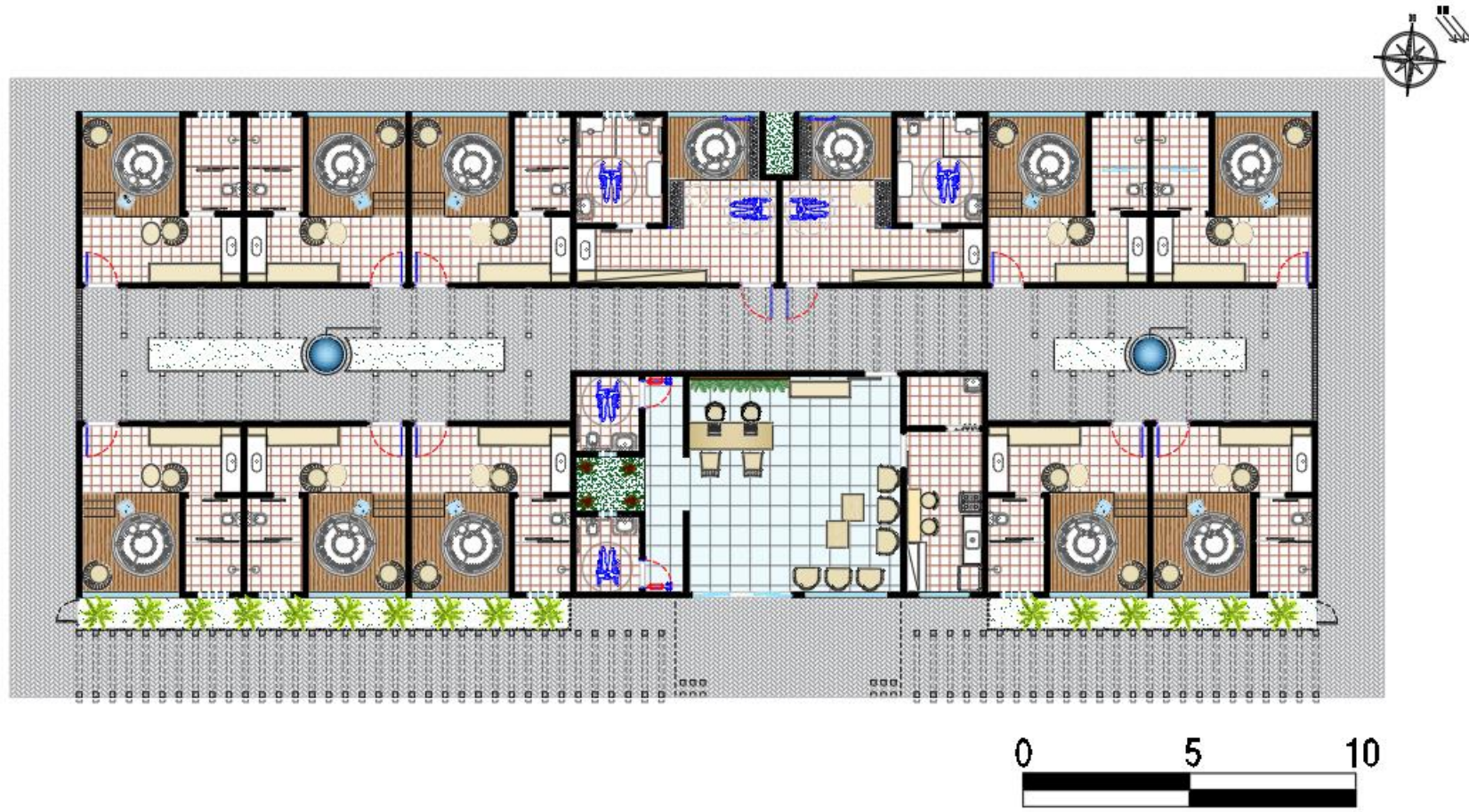
Figura 44: Salas de Terapias - Fachada frontal e lateral



Fonte: Autor, 2019.

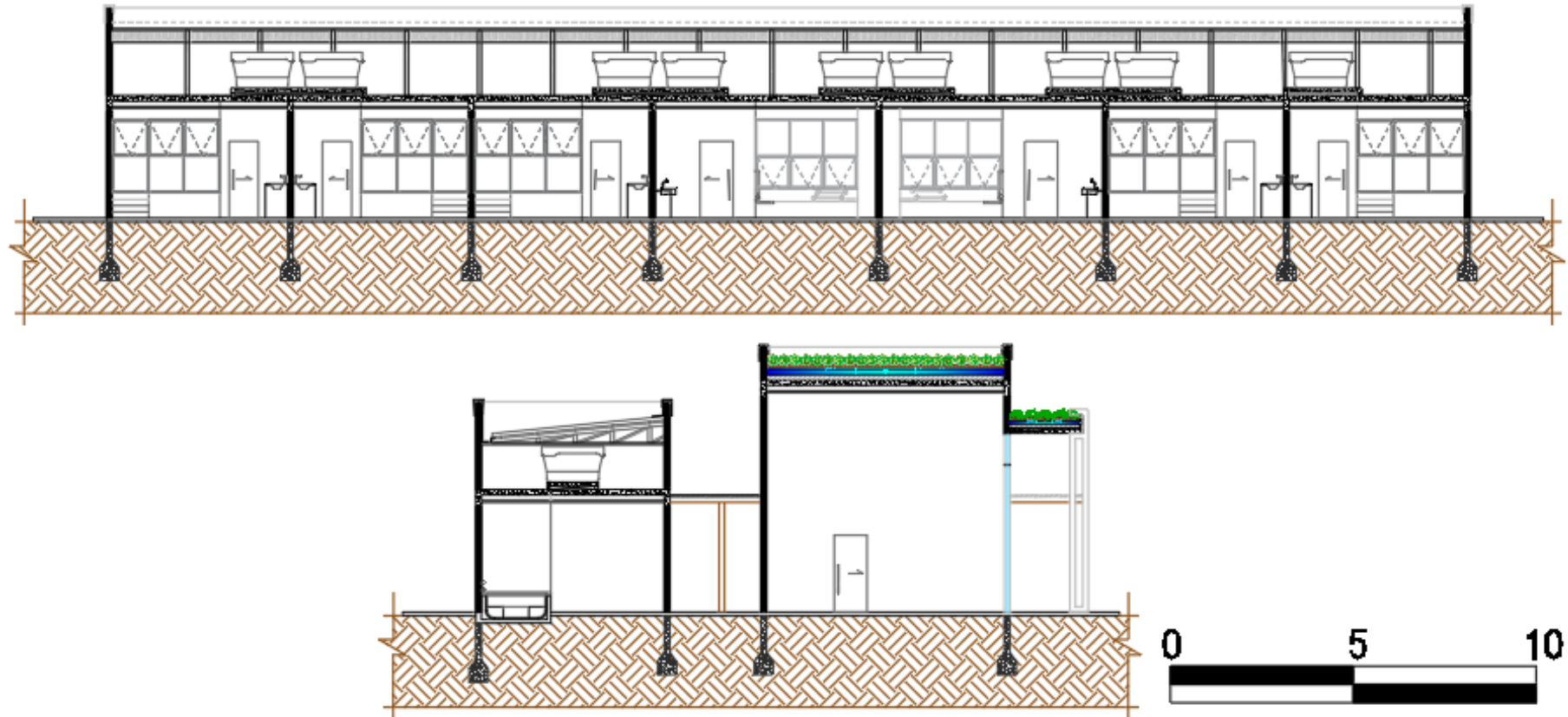
Nas figuras 45, 46 e 47 são apresentadas a planta humanizada, os cortes e as fachadas do bloco das salas de Ofurô, assim como no bloco das salas de terapias, este também possui um corredor central aberto com pergolados.

Figura 45: Salas de Ofurô - Planta Humanizada



Fonte: Autor, 2019.

Figura 46: Salas de Ofurô - Corte Longitudinal e Transversal



Fonte: Autor, 2019.

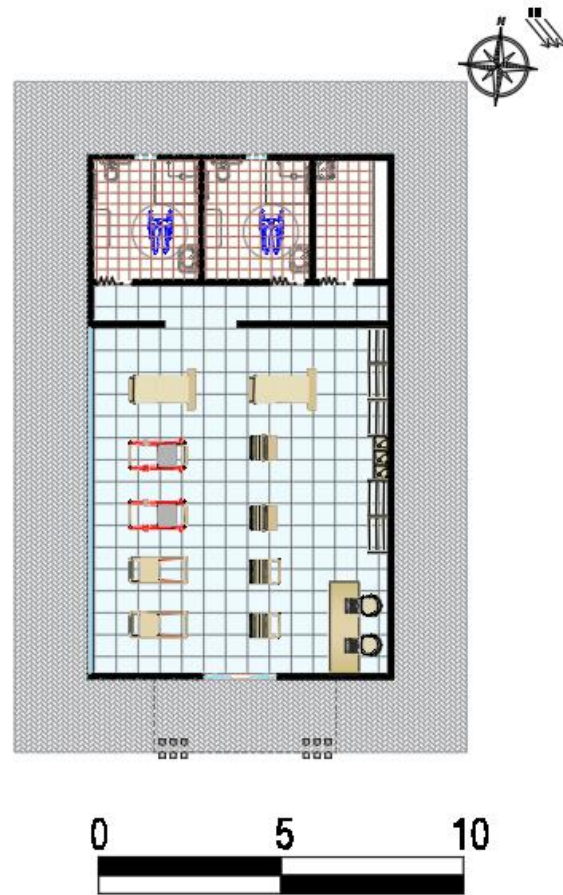
Figura 47: Salas de Ofurô - Fachada Frontal e lateral



Fonte: Autor, 2019.

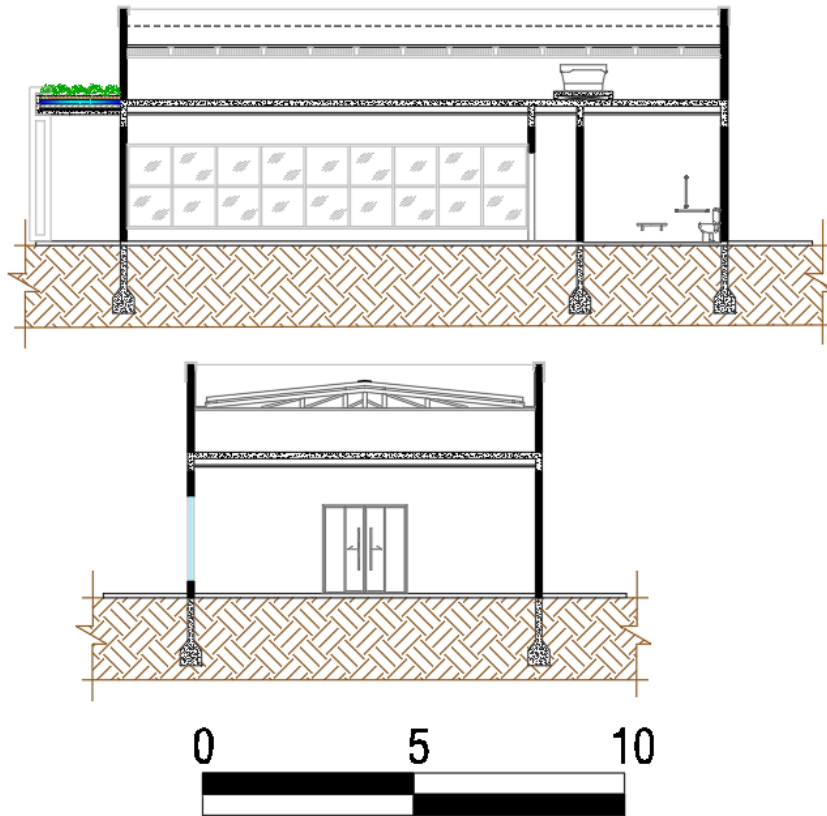
Nas figuras 48, 49 e 50 são mostradas a planta humanizada, os cortes e as fachadas da sala de Pilates. Esta sala possui uma arquitetura mais simples para não roubar a atenção dos outros blocos que estão em sua volta.

Figura 48: Sala de Pilates - Planta Humanizada

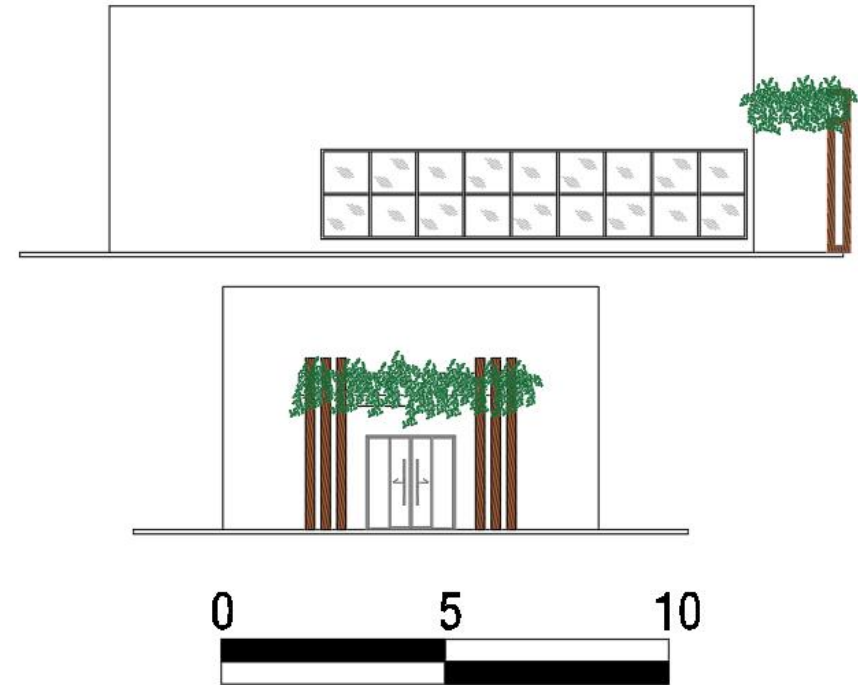


Fonte: Autor, 2019.

Figura 49: Sala de Pilates - Corte Longitudinal e Figura 50: Sala de Pilates - Fachada Lateral e Frontal Transversal



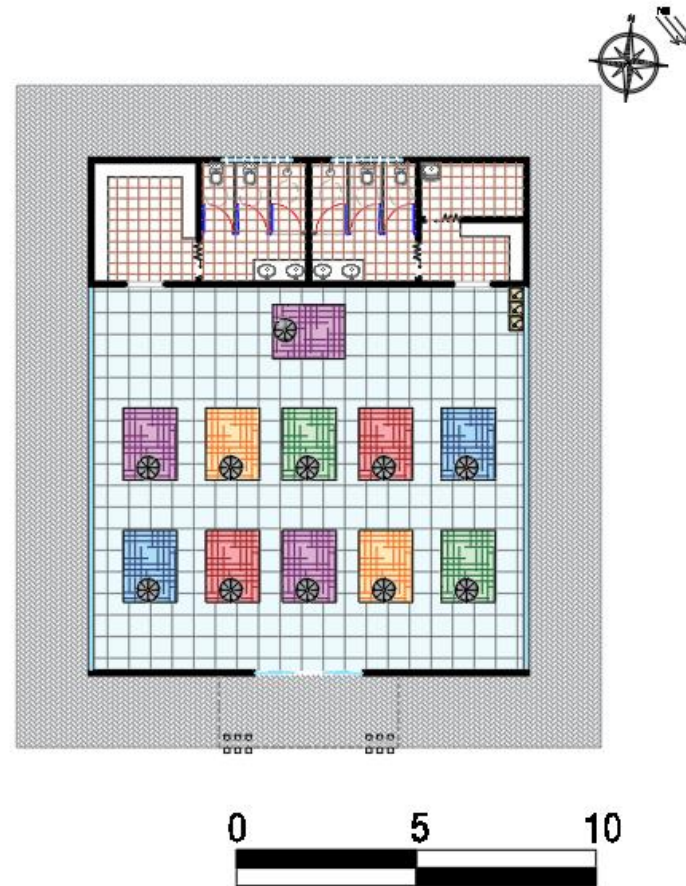
Fonte: Autor, 2019.



Fonte: Autor, 2019.

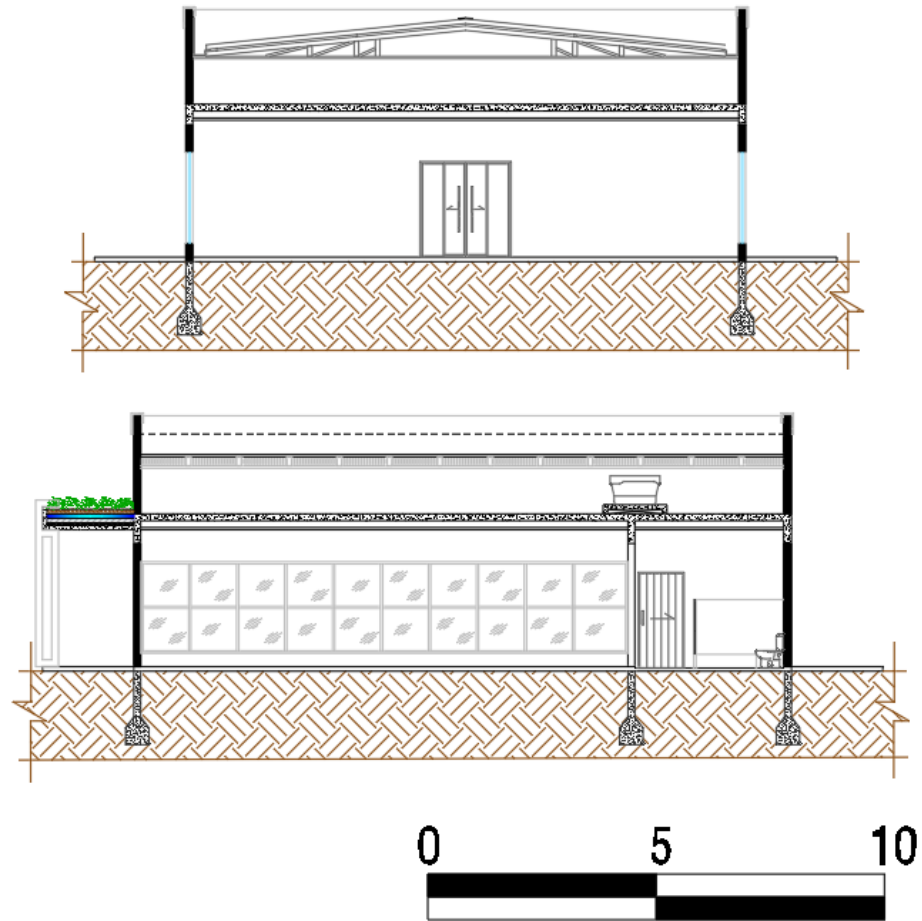
Nas figuras 51, 52 e 53 são apresentados a planta humanizada, os cortes e as fachadas da sala de Yoga.

Figura 51: Sala de Yoga - Planta Humanizada



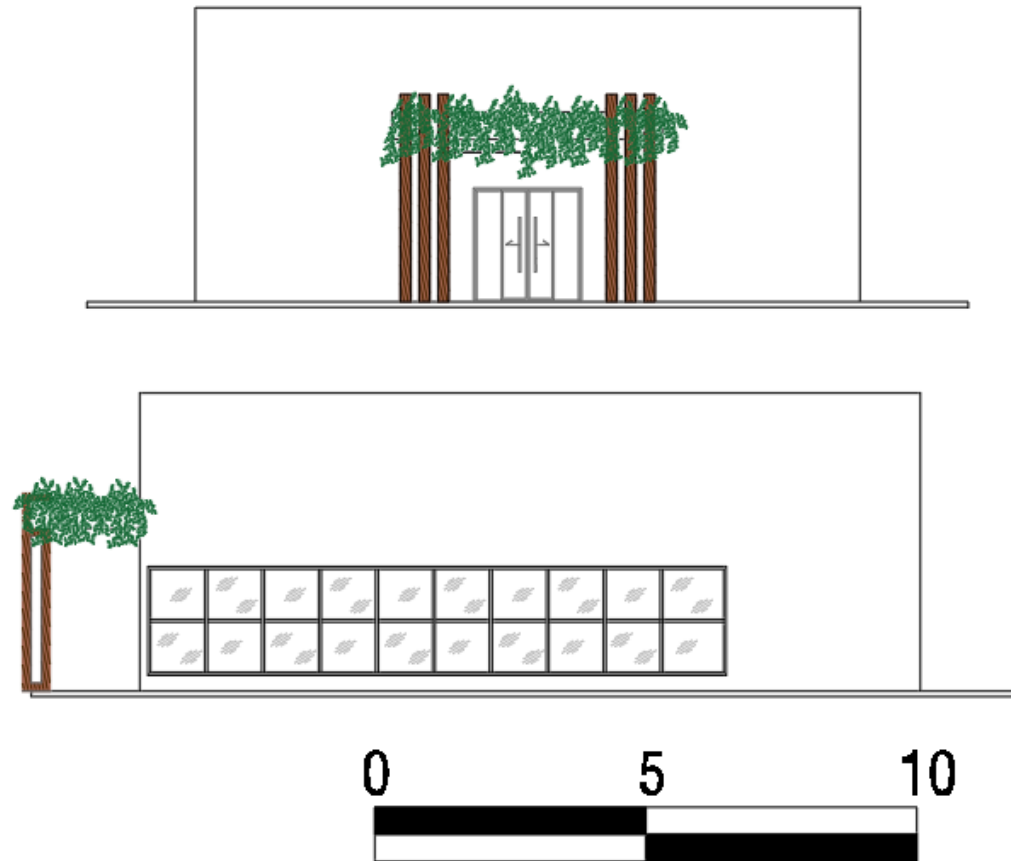
Fonte: Autor, 2019.

Figura 52: Sala de Yoga - Corte Longitudinal e Transversal



Fonte: Autor, 2019.

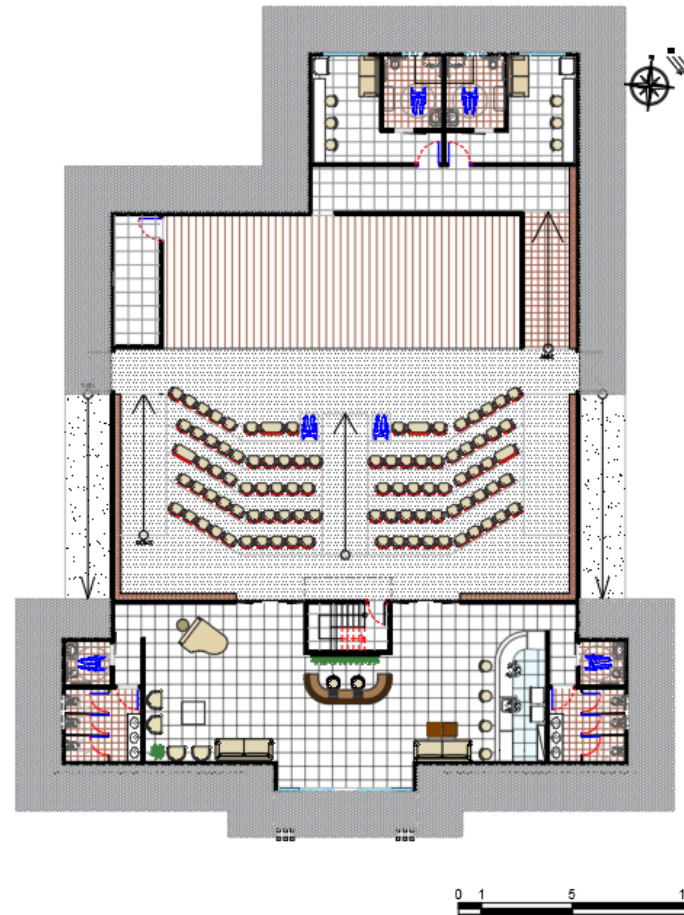
Figura 53: Sala de Yoga - Fachada Frontal e Lateral



Fonte: Autor, 2019.

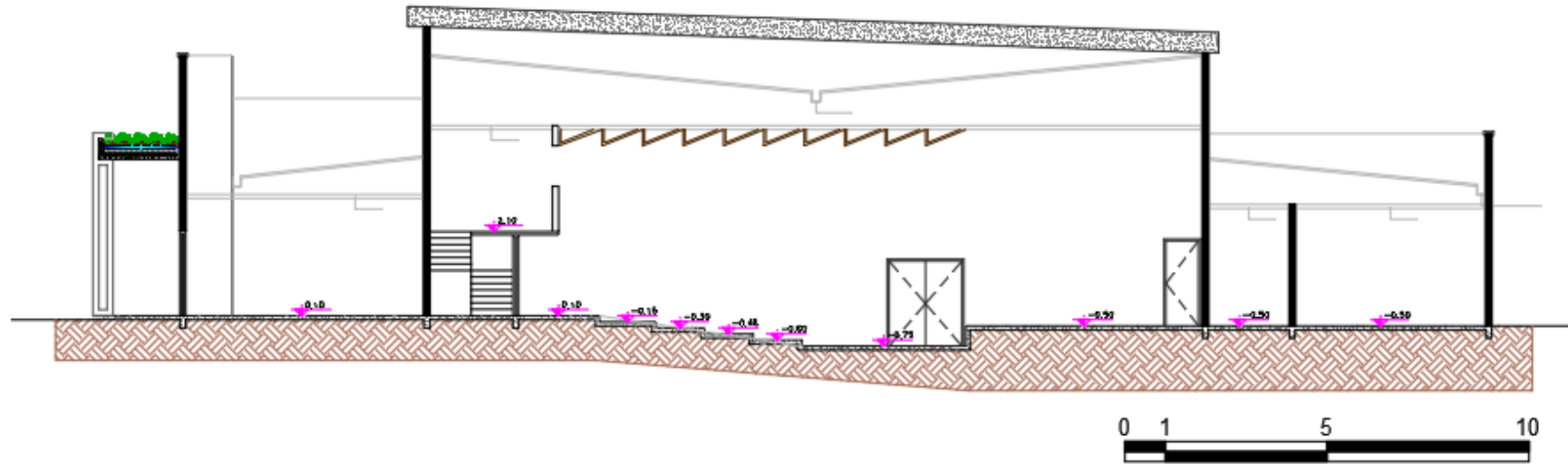
Nas figuras 54, 55, 56, 57 e 58 são mostrados a Planta humanizada, os cortes e as fachadas do auditório.

Figura 54: Auditório - Planta Humanizada



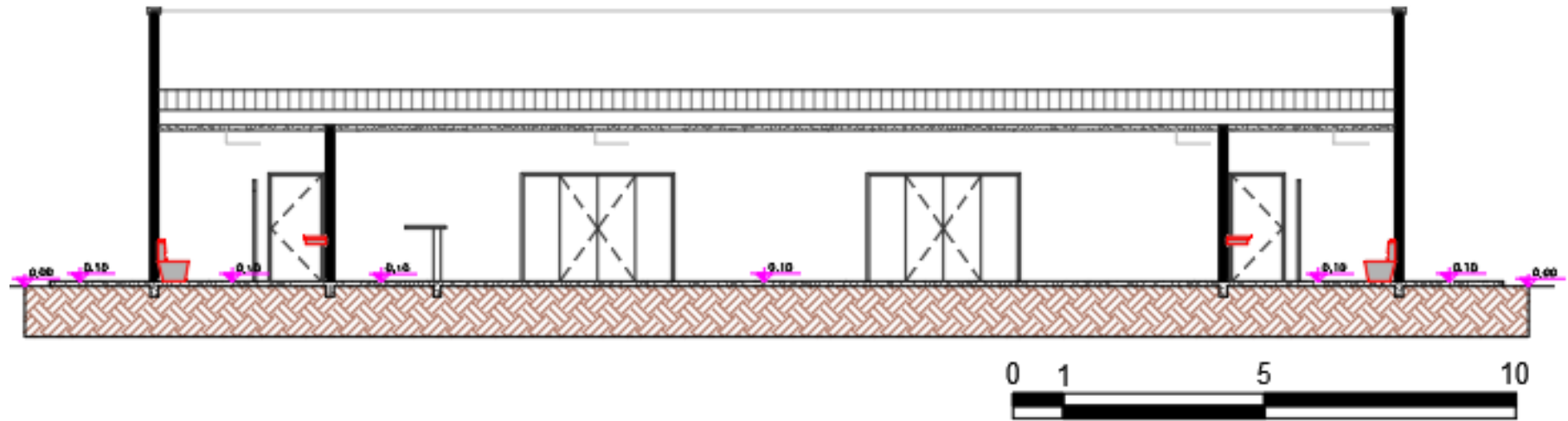
Fonte: Autor, 2019

Figura 55: Auditório - Corte Longitudinal



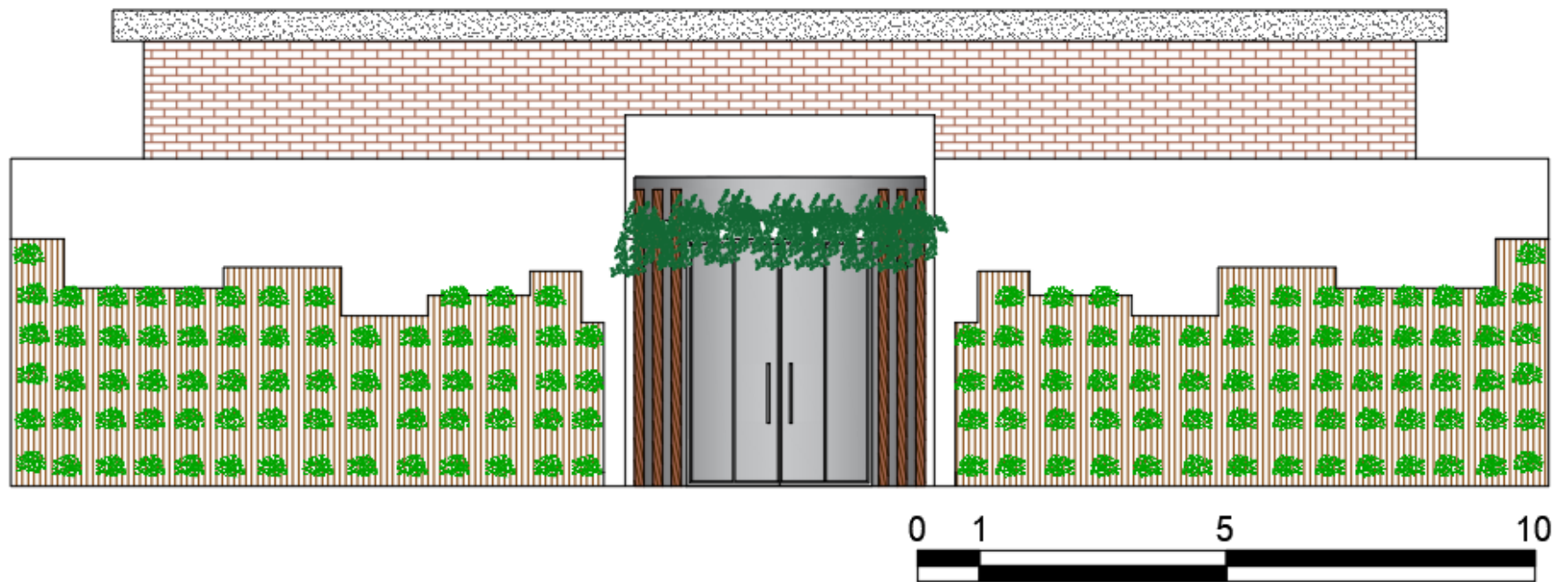
Fonte: Autor, 2019

Figura 56: Auditório - Corte Transversal



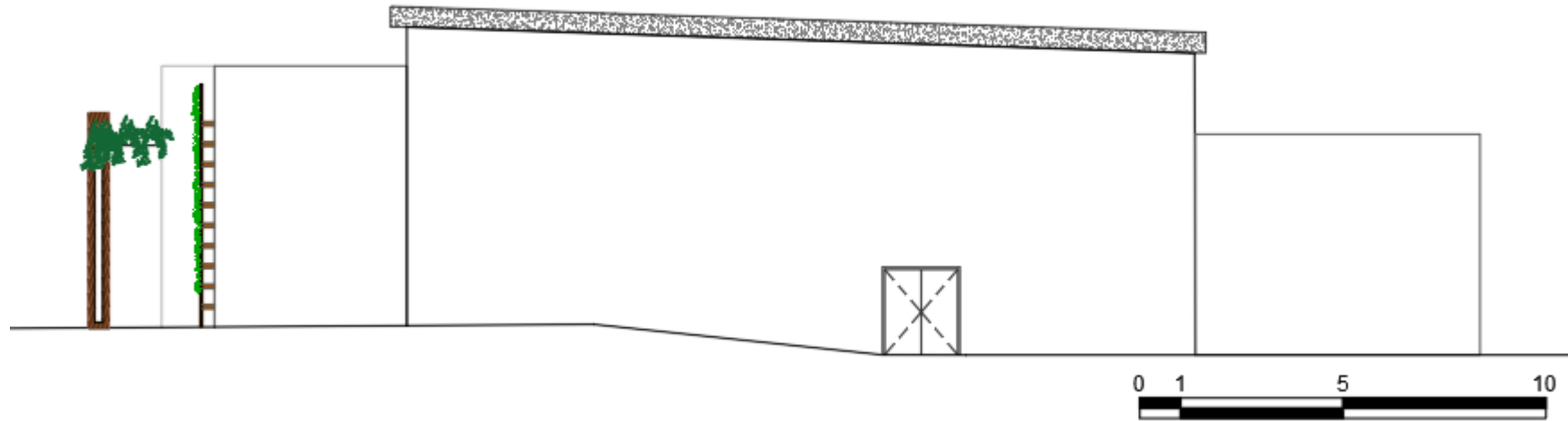
Fonte: Autor, 2019

Figura 57: Fachada frontal



Fonte: Autor, 2019

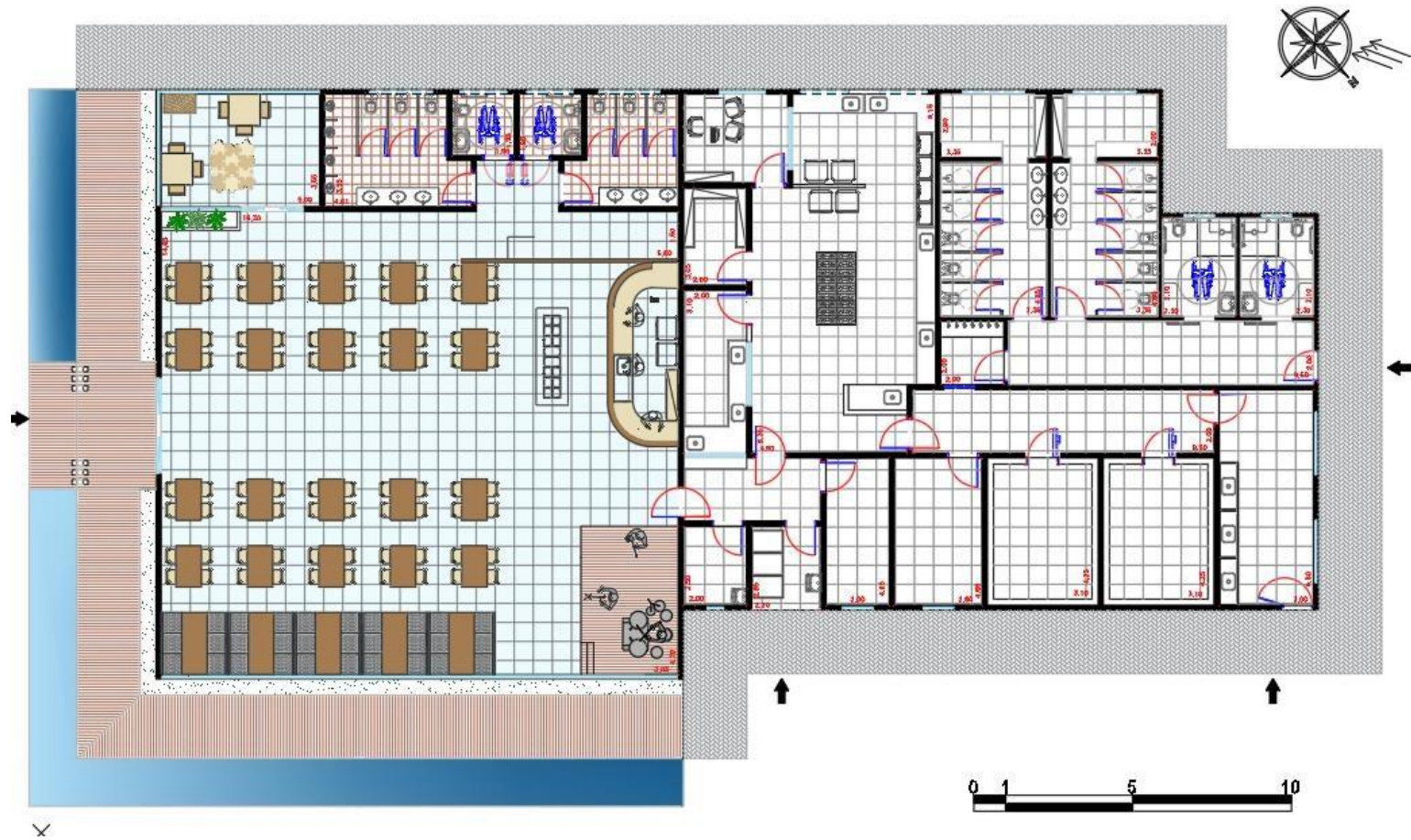
Figura 58: Fachada Lateral



Fonte: Autor, 2019

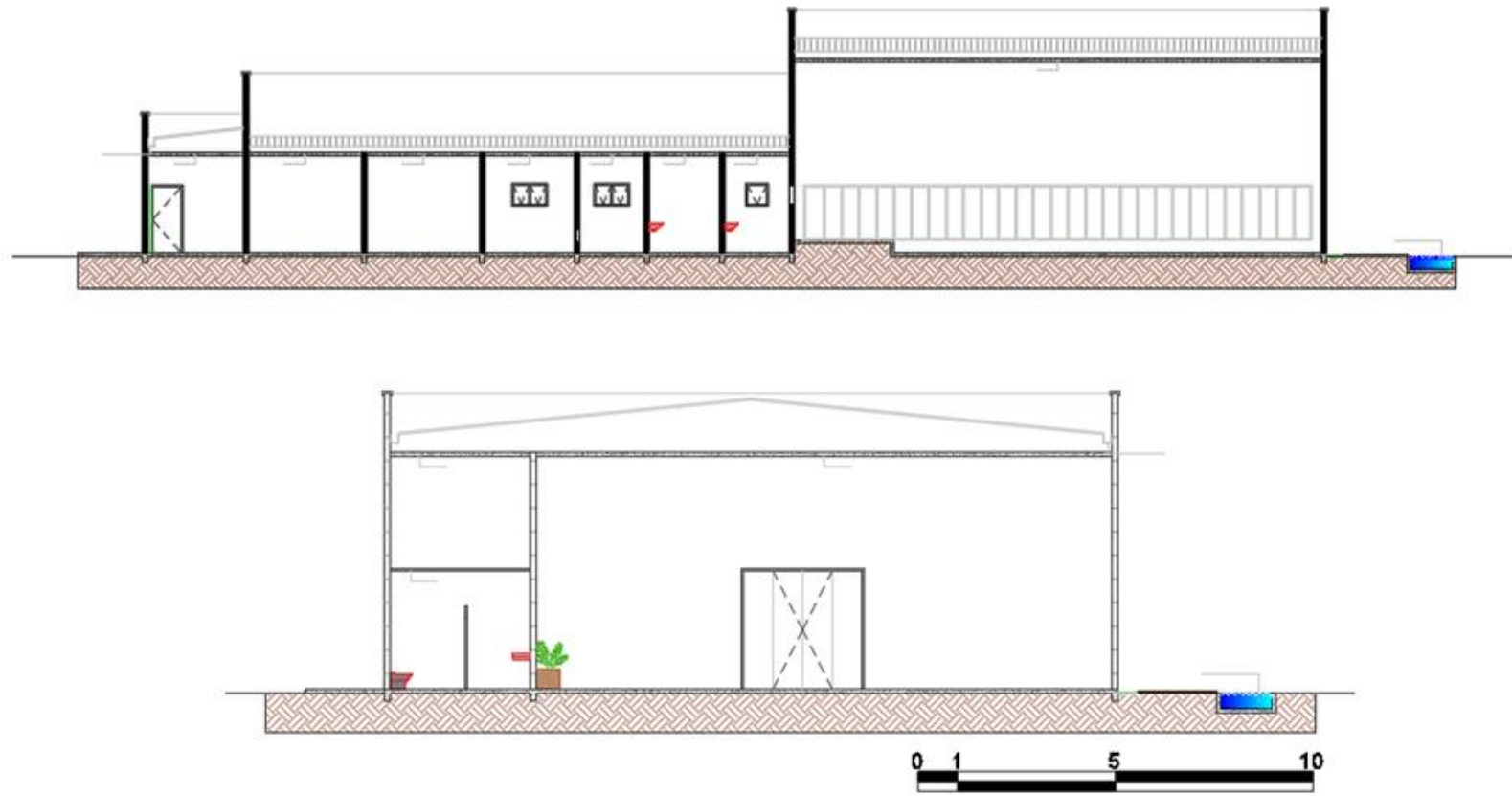
Nas figuras 59,60 e 61 são apresentadas as imagens da planta humanizada, os cortes e fachadas do restaurante.

Figura 59: Restaurante - Planta Humanizada



Fonte: Autor, 2019

Figura 60: Corte Longitudinal e Transversal



Fonte: Autor, 2019

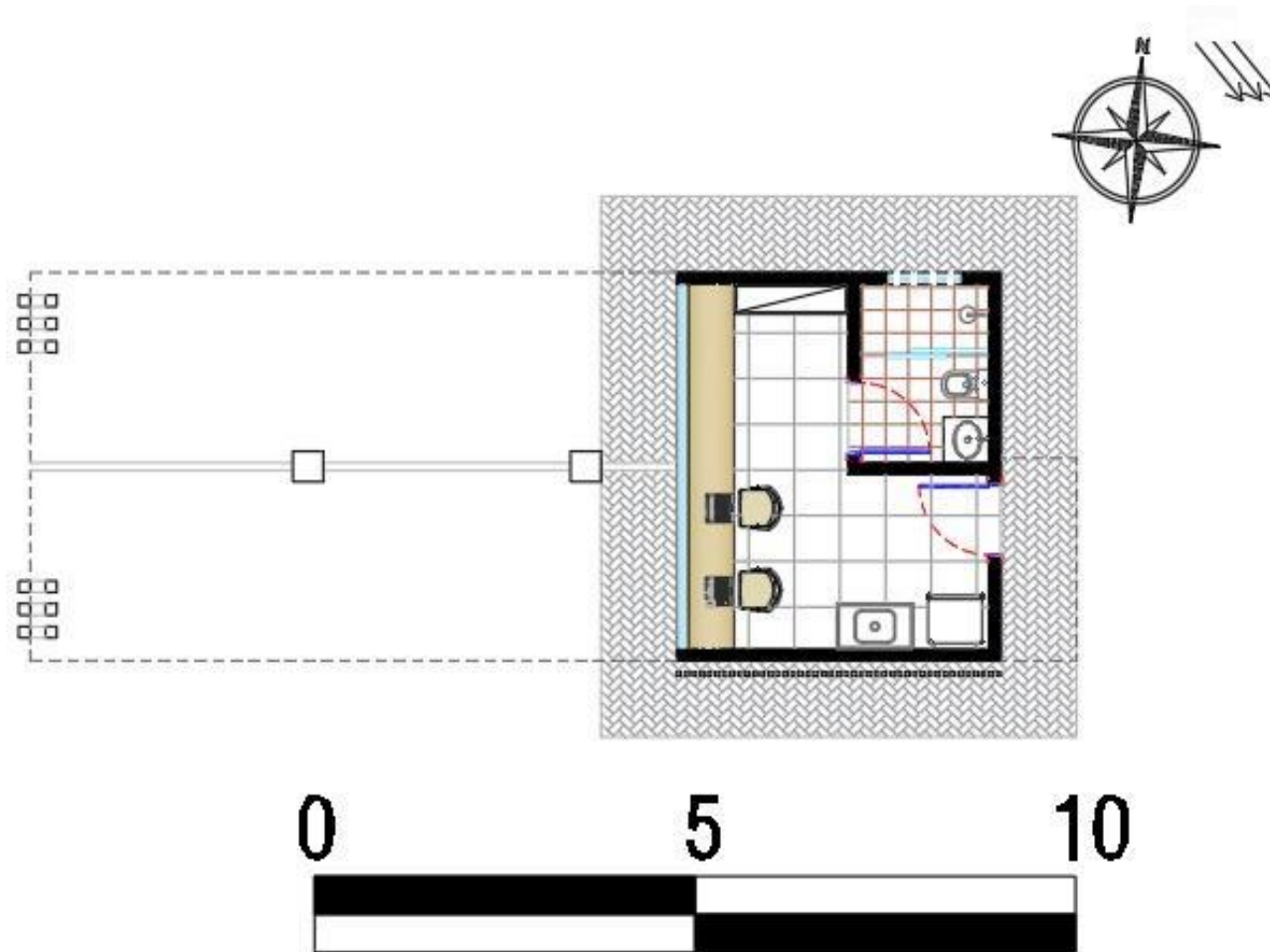
Figura 61: Restaurante - Fachada Frontal e Lateral



Fonte: Autor, 2019

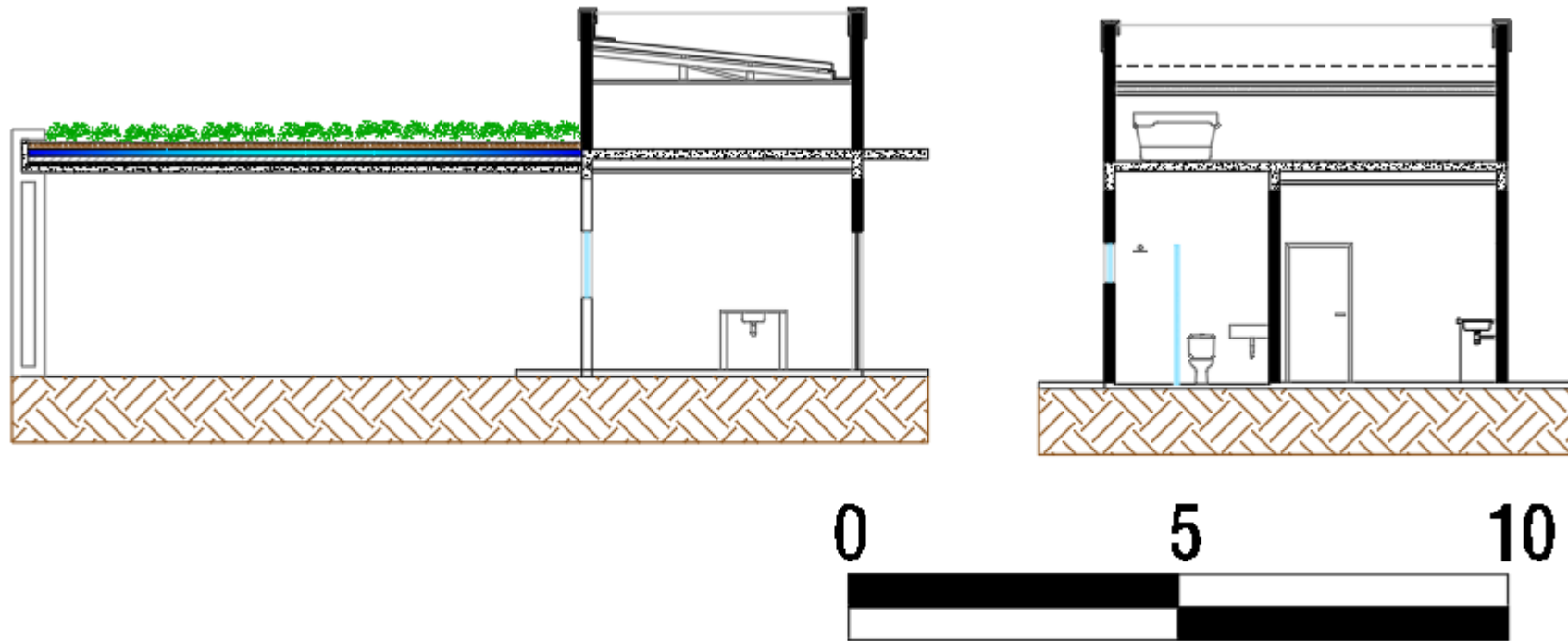
Nas figuras 62, 63 e 64 São apresentadas a planta humanizada, os corte e as fachadas da guarita.

Figura 62: Guarita - Planta Humanizada



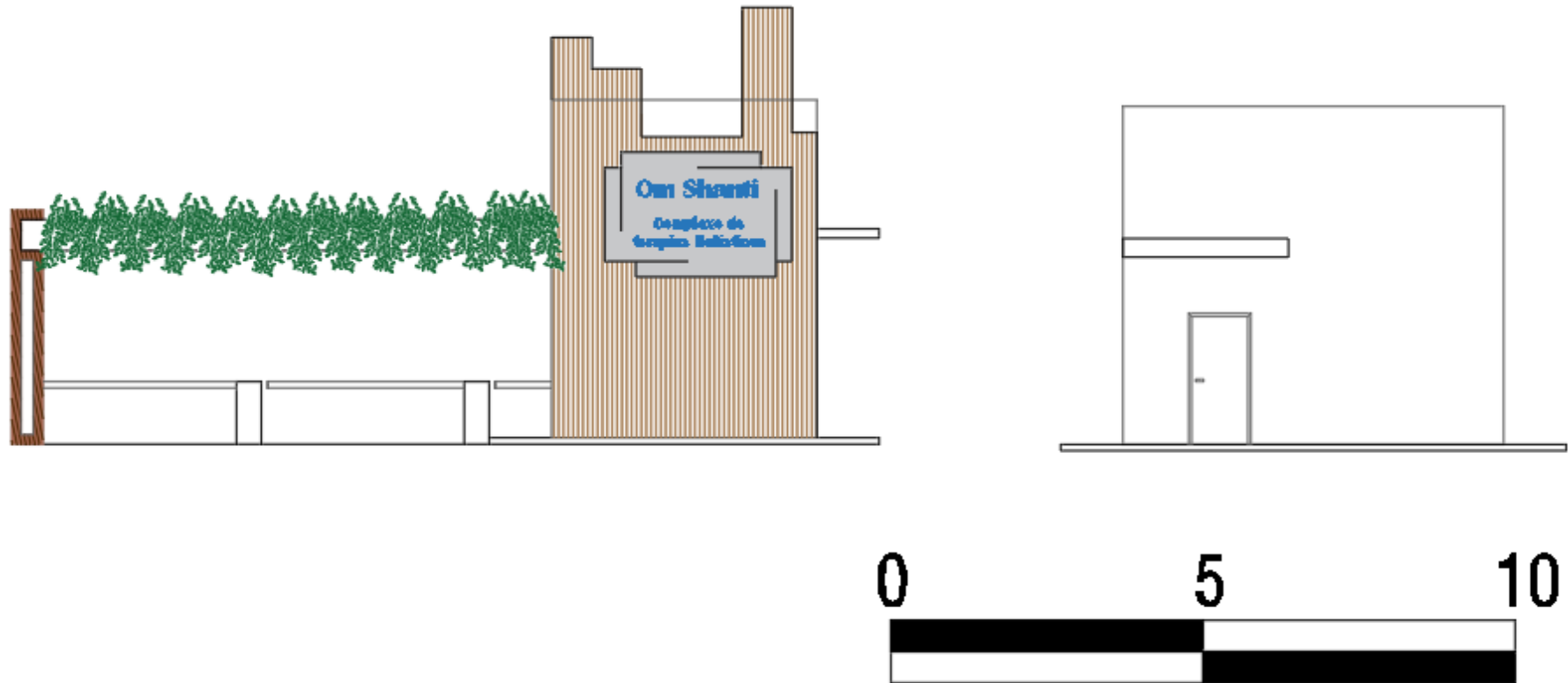
Fonte: Autor, 2019

Figura 63: Guarita - Corte Longitudinal e Transversal



Fonte: Autor, 2019

Figura 64: Guarita - Fachada posterior e lateral



Fonte: Autor, 2019.

## 9 VOLUMETRIA

Neste capítulo serão mostrados as imagens referente ao projeto dentro do terreno.

Figura 65: Entrada Principal



Fonte: Autor, 2019.

Figura 66: Fachada principal do bloco administrativo e recepção



Fonte: Autor, 2019.

Figura 67: Fachada Principal do bloco das salas de terapias



Fonte: Autor, 2019.

Figura 68: Fachada Principal das Salas de ofurô



Fonte: Autor, 2019.

Figura 69: Fachada Principal do Auditório



Fonte: Autor, 2019.

Figura 70: Fachada Principal do Restaurante



Fonte: Autor, 2019.

Figura 71: Vista Aérea do Terreno



Fonte: Autor, 2019.

## 10 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Desenvolver um projeto que visa o bem estar social por meio de tratamentos holísticos é um desafio bem satisfatório pois analisando as referências bibliográficas descritas é possível concluir que as terapias holísticas vem ganhando não apenas a confiança das pessoas mas também um olhar mais sério pela ciência.

A área escolhida para a implantação foi um pequeno desafio a ser enfrentado por estar localizada em Zona de Interesse Ambiental 1 – ZIA 1, mas com partido arquitetônico bem definido foi possível aliar as técnicas de construção e o objetivo principal sem que a área sofresse danos, por fim todo projeto pode ser implantado obedecendo as leis de uso e ocupação do solo.

Ao longo do desenvolvimento do projeto foi possível perceber que o arquiteto vai além do projeto, é necessário conhecer a fundo o tema a ser trabalhado, conhecer os seus usuários e principalmente conhecer a vizinhança, pois somente assim é possível desenvolver um projeto que se enquadre dentro da realidade do espaço e da comunidade a ser trabalhado.

## 11 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria Interministerial nº285, de 24 de Março de 2015. Redefine o Programa de Certificação de Hospitais de Ensino (HE). **Diário oficial da União**, Brasília-DF, 24 de Março de 2015.

TEIXEIRA, E. **Reflexões sobre o paradigma holístico e holismo e saúde**. Rev. Esc. Enf. USP, v.30, n.2, p. 286-90, ago. 1996.

NAGAI, S. C.; QUEIROZ, M. S. **Medicina complementar e alternativa na rede básica de serviços de saúde: uma aproximação qualitativa**. Revista Ciênc. saúde coletiva vol.16 nº.3 Rio de Janeiro Mar. 2011

MICHAELIS On-line. **Complexo**. Disponível em: <https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/complexo/>. Acessado em: 15 de Novembro de 2019.

OTANI, M.A.P; BARROS, N. F. **A Medicina Integrativa e a construção de um novo modelo na saúde**. Ciência & Saúde Coletiva, ano16(3). p1801-1811, 2011.

CARDIM, Ronaldo. **Terapia Holística**. Disponível em: <https://www.somostodosum.com.br/artigos/corpo-e-mente/terapia-holistica-1224.html>. Acessado em: 08 de Julho de 2019.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Conhecendo as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: Bioenergética**. 1. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2018. 70 p. Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/praticas\\_integrativas\\_saude\\_bioenergetica\\_1ed.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/praticas_integrativas_saude_bioenergetica_1ed.pdf). Acessado em: 08 de Julho de 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Estratégia de la OMS sobre medicina tradicional**. Genebra, 2002-2005.

Brasil. Ministério da Saúde. **Ministério da saúde inclui 10 novas práticas integrativas no SUS.** Disponível em: <http://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/42737-ministerio-da-saude-inclui-10-novas-praticas-integrativas-no-sus>. Acessado em: 15 de junho de 2019.

NETO, João Felício Rodrigues; FARIA, Anderson Antônio de; FIGUEREDO, Maria Fernanda Santo. **Medicina complementar e alternativa: utilização pela comunidade de Montes Claros, Minas Gerais.** Revista Associação de Medicina Brasileira, n55, p296-301. Montes Claros, 2009.

SALVADORI, L.V. **Fonte de vida: Centro de Terapias Alternativas.** Trabalho de Conclusão de Curso em bacharel em Arquitetura e Urbanismo. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Parobé-RS, 2012.

MARTYNETZ, D. ; SERBENA, C. A. **O significado da psicologia e da terapia holística para terapeutas holísticos graduados em psicologia.** Revista da Abordagem Gestaltica, XVIII: pg 85-92, Jan/Jun 2012.

FREITAG, V. L. et al. **Benefícios do reiki no tratamento de população idosas com dor crônica.** Revista Texto Contexto Enfermagem. Out/Dez v23(4), pg 1032-40. Florianópolis-SC, 2014.

NUNES, I. H. O.; CARREIRA, L. R. de M.; RODRIGUES, W. **A arquitetura sustentável nas edificações urbanas: uma análise econômica-ambiental.** Arquiteturarevista, v. 5, n°1, pg 25-37. Jan/Jun de 2009.

LIMA, M. O. et al. **Análise do conhecimento sobre regulamentação das terapias complementares na fisioterapia.** HU revista, Juiz de Fora, V. 37, pg. 353-359, jul/set 2012.

NETO, R. et al. **Transtornos mentais comuns e o uso de praticas de medicina complementar e alternativa – estudo de base populacional.** Jornal Brasileiro de Psiquiatria, V. 57, pg233-239, set 2008.

SPONCHIADO, M.; FAZOLO, N.; GUI SOLPHI, A.J. **Hotel SPA holístico OM Shanti**. Anuário de pesquisa e extensão UNOESC, Xanxeré, 2017.

Brasil. Ministério da Saúde. **Portaria nº971 de 03 de maio de 2006**. Brasília, 2006. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971\\_03\\_05\\_2006.html](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html). Acessado em : 19 de maio de 2019.

Brasil. Ministério da Saúde. **Portaria nº849 de 27 de março de 2017**. Brasília, 2017. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849\\_28\\_03\\_2017.html](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html). Acessado em : 19 de maio de 2019.

Brasil. Ministério da Saúde. **Portaria nº702 de 21 de março de 2018**. Brasília, 2018. Disponível em: <http://138.68.60.75/images/portarias/marco2018/dia22/portaria702.pdf>. Acessado em : 19 de maio de 2019.

Brasil. Diário da República. **Portaria n.º 182/2014 de 12 de setembro**. 1ª série, N.º 176 , 12 de setembro de 2014. Disponível em : <http://www.imt.pt/portaria-182-2014-LocaisPrestacao.pdf>. Acessado em: 19 de maio de 2019.

ABNT NBR 9050. **Acessibilidade a Edificações, Mobiliário, Espaços e Equipamentos Urbanos**. Associação Brasileira de Normas Técnicas – ABNT. 2015.

ARCHDAILY. **Kennzur SPA / Zize Zink Arquitetura**. Disponível em: [https://www.archdaily.com.br/br/912861/kennzur-spa-zize-zink-arquitetura?ad\\_medium=gallery](https://www.archdaily.com.br/br/912861/kennzur-spa-zize-zink-arquitetura?ad_medium=gallery). Acessado em: 13 de dezembro de 2019.

ARCHDAILY. **Spa Querétaro / Ambrosi I Etchegaray**. Disponível em: [https://www.archdaily.com.br/br/01-93924/spa-queretaro-slash-ambrosi-i-etchegaray?ad\\_medium=gallery](https://www.archdaily.com.br/br/01-93924/spa-queretaro-slash-ambrosi-i-etchegaray?ad_medium=gallery). Acessado em: 13 de dezembro de 2019.

ARCHDAILY. **Spa Naman / MIA Design Studio**. Disponível em: [https://www.archdaily.com.br/br/771240/spa-naman-mia-design-studio?ad\\_medium=gallery](https://www.archdaily.com.br/br/771240/spa-naman-mia-design-studio?ad_medium=gallery). Acessado em: 13 de dezembro de 2019.

ABNT NBR 9077. **Saídas de Emergências em Edifícios**. Associação Brasileira de Normas Técnicas – ABNT. 2001.

ABNT NBR 5626. **Instalação Predial de Água Fria**. Associação Brasileira de Normas Técnicas – ABNT. 1998.

CUIABÁ, Prefeitura Municipal. **Legislação Urbana de Cuiabá / IPDU**. Cuiabá. Ed Entrelinhas, pg 71, 2004.

RUFFINO, Neto. 1994 apud. MINAYO, M. C. de S. *et al.* **Qualidade de vida e saúde: um debate necessário**. Revista Ciência e Saúde, v 5, p718, 2000.

CASASIN, S. T.; HECK, R. M.; SCHWARTZ, E. **O uso de práticas terapêuticas alternativas, sob a ótica do paciente oncológico e sua família**. Revista Família saúde e desenvolvimento, v7, n1, pg 24-31, jan 2005.

SOUZA, I. M. C. de; TESSER, C. D. **Medicina Tradicional e Complementar no brasil: inserção no Sistema Único de Saúde e integração com atenção primária**. Caderno de saúde pública, v 33, e 00150215, 2017.

SARTORI, Simone; LATRÔNICO, Fernanda; CAMPOS, Lucila M. S. **Sustentabilidade e desenvolvimento sustentável: uma taxonomia no campo da literatura**. Revista ambiente e sociedade, V. 17, n.1, p. 1-22, jan/mar. São Paulo, 2014.

BARASSI, Alessandra. **Arquitetura sustentável: o que é, para que serve e como se faz?**. Disponível em: <<http://revistapontocom.org.br/artigos/arquitetura-sustentavel-o-que-e-para-que-serve-e-como-se-faz>> Acessado em: 07 de setembro de 2019.

IPT – Instituto de Pesquisa Tecnológicas de São Paulo. **Manual para aproveitamento emergencial de águas cinzas do banho e das máquinas de lavar.** Livro eletrônico, São Paulo, 32f. 2016.

Silva, Helder Rodrigues da; FAGUNDES, Maurício César Vitória. **A utilização de biodigestores em pequenas propriedades familiares.** Universidade Federal do Paraná – UFPR. 2015.

ACORDO COLETIVO. **O biodigestor.** Disponível em: <<https://acordocoletivo.org/2018/11/25/o-biodigestor/>> Acessado em: 07 de setembro de 2019.

VECTORE, Celia. **Psicologia e Acupuntura: Primeiras Aproximações.** Revista Psicologia Ciência e Profissão, vol. 25, núm. 2, pp. 266-285. 2005.

NAKAYAMA, Luisa, *et al.* **A biodança na educação de jovens e adultos: relatório de caso.** Revista eletrônica do Mestrado de Educação Ambiental, vol 18. Jan-Jun 2007.

SILVA, Anne Caroline Luz Grudtner da; MANNRICH, Giuliano. **Pilates na reabilitação: uma revisão sistemática.** Fisioter Mov. Vol 22, Jul – set 2009.

GALLI, Kíciosan da Silva Bernardi *et al.* **SAÚDE E EQUILÍBRIO ATRAVÉS DAS TERAPIAS INTEGRATIVAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA.** Revista de Enfermagem, v. 8 , n. 8, p. 245-255. 2012

MORALES, Karine de Oliveira; *et al.* **O uso da técnica manual shiatsu no alívio dos sintomas decorrentes da fibromialgia.** Revista Unisanta Health Science, vol.3 (1), p. 1-17. 2019.

LEITE, Fernanda C.; ZÂNGARO, Renato A. **Reflexologia: uma técnica terapêutica alternativa.** IX Encontro Latino Americano de Iniciação Científica e V Encontro Latino Americano de Pós-Graduação – Universidade do Vale do Paraíba. São José dos Campos – SP. 2005.

MENEZES, Caroline Baptista; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco. **Por que meditar? A experiência subjetiva da prática de meditação.** Revista Psicologia em Estudo, , v. 14, n. 3, pg. 565-573, Maringá, jul./set. 2009.

VORKAPIC, camila Ferreira; RANGÉ, Bernard. **Os benefícios do yoga nos transtornos de ansiedade.** Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, vol. 7, pg. 50-54. 2011.

RAMOS, Ana Paula. **Terapia das pedras quentes.** Disponível em: <https://www.mundoestetica.com.br/bem-estar/terapia-das-pedras-quentes/>. Acessado em: 09 de outubro de 2019.

ANA. **Ofurô: Conheça Características e Saiba Como Usar e Cuidar +35 Modelos.** Revista on-line Viva decora, 2018. Disponível em: <https://www.vivadecora.com.br/revista/ofuro/>. Acessado em: 09 de outubro de 2019.

BARROS, Tatiana. **O que é homeopatia: entenda como funciona essa medicina alternativa.** site Jasmine, 2018. Disponível em: <https://www.jasminealimentos.com/dicas-de-saude/o-que-e-homeopatia/>. Acessado em: 09 de outubro de 2019.

MELLO, Eduardo. **O que é Cristaloterapia?**. Site Eu sem fronteiras, 2017. Disponível em: <https://www.eusemfronteiras.com.br/o-que-e-cristaloterapia/>. Acessado em: 09 de outubro de 2019.

SALGADO, Sumaia Santana. **Aromaterapia: para quê serve cada aroma?**. Site eu sem fronteiras, 2017. Disponível em: <https://www.eusemfronteiras.com.br/aromaterapia-para-que-serve-cada-aroma/>. Acessado em: 09 de outubro de 2019.

TALEBPOUR, B.; RODRIGUES, L. O. C.; MOREIRA, M. C. V. **Efeitos da sauna sobre doenças cardiovasculares e doenças relacionadas com o estilo de vida.** Rev Bras Med Esporte \_ Vol. 12, Nº 4 – Jul/Ago, 2006.

SILVA, Rodrigo Marcel Valentim da. *et al.* **Efeitos da quiropraxia em pacientes com cervicalgia: revisão sistemática.** Rev Dor. São Paulo; vol. 13(1) pg.71-4, jan-mar. 2012.

CARVALHO, Elza Vicente. **Constelações familiares sistêmicas.** Revista Saúde Quântica, vol.1(1), Jan – Dez 2012.

SUI, Choa Kok. **Ciência da cura prânica: manual prático de cura energético.** Institute for Inner Studies Publishing Foundation, INC. Publicado no Brasil por Editora Brasileira de Estudos Interiores. 6<sup>a</sup> reimpressão, agosto 2018.

VALENTE, Flavia Mariana; GODOY, Maria de Fátima Guerreiro; GODOY, José Maria Pereira de. **Drenagem linfática em paciente com dermatofibrose e flebite de membro inferior – relato de caso.** Rev Inst Ciênc Saúde, v. 27(2), pg. 133-5. 2009.

PORTAL SOLAR S. A. **Como Funciona o Painel Solar Fotovoltaico – Placas Fotovoltaicas**. Disponível em: <https://www.portalsolar.com.br/como-funciona-o-painel-solar-fotovoltaico.html>. Acessado em: 11 de outubro de 2019.

LAMBERTS, Roberto; DUTRA, Luciano; PEREIRA, Fernando Oscar Ruttkay. **Eficiencia energética na arquitetura**. Ministério de Minas e Energia, Governo Federal do Brasil. 3º edição, 2015.

COSTA, Renato. **Tour em Brasília**. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/turismo/2015/12/1719763-no-palacio-do-planalto-gabinete-de-dilma-so-permite-selfie-do-lado-de-fora.shtml>. Acessado em: 11 de outubro de 2019.

ROMERO, M. B.; VAVALLO, H. M. O microclima criado por espelhos d'água: estudo de caso do espelho d'água do Congresso Nacional. **Paranoá: cadernos de arquitetura e urbanismo**, v. 14, n. 14, 25 ago. 2015.