

A U

R A

SPA MÉDICO TERAPÊUTICO

SPA MÉDICO TERAPÊUTICO

AU RA

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VÁZEA GRANDE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ARQUITETURA E URBANISMO
TRABALHO DE DIPLOMAÇÃO EM ARQUITETURA,
URBANISMO E PAISAGISMO

NEUROARQUITETURA

“Promovendo cuidado e empatia na saúde”

ANA CLARA DE SOUZA OLIVEIRA

Monografia apresentada ao curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário de Várzea Grande (MT), como requisito parcial para obtenção do título de Graduado em Arquitetura e Urbanismo.

Orientador (a): Natallia Sanches e Souza.

SPA MÉDICO TERAPÊUTICO

A U

R A

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, e acima de todas as coisas, manifesto minha profunda gratidão a **Deus**, que nunca me desamparou nesta jornada e a quem atribuo o mérito de ter chegado até aqui. Toda honra e toda glória sejam dadas a Ele.

Estendo minha gratidão aos meus pais, **Sérgio Luiz** e **Geire Honório**, por suas orações, pelo apoio incondicional e por acreditarem em meu potencial ao longo destes cinco anos de graduação, jamais poderei retribuir tamanho amor e sacrifício. A conquista é nossa!

Aos **professores e docentes** do curso, agradeço pelas lições e pelo conhecimento compartilhado. Em especial, à minha orientadora, **Natallia Sanches**, por todo o suporte, paciência e valiosa orientação durante a realização deste trabalho.

Por fim, expresso meus sinceros agradecimentos ao meu **grupo de amigos e companheiros de turma**, pela parceria e pelos momentos de descontração que tornaram a trajetória acadêmica mais leve.

SPA MÉDICO TERAPÊUTICO

AU RA

RESUMO

Oliveira, Ana Clara. **Aura Spa Médico e Terapêutico**. 2025. 77 páginas. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Arquitetura e Urbanismo) – Centro Universitário de Várzea Grande, Várzea Grande, 2025.

O objetivo deste trabalho é desenvolver um projeto arquitetônico de spa médico e terapêutico para a cidade de Primavera do Leste, Mato Grosso, buscando oferecer à população um ambiente dedicado ao cuidado físico e emocional, alinhado ao conceito de SPA.

Na elaboração do estudo, utilizou-se o método exploratório qualitativo, com a finalidade de aprofundar e qualificar as informações referentes ao tema, por meio de análise documental, pesquisas e estudos de referência.

Com essa proposta, busca-se atender à crescente demanda por serviços voltados ao bem-estar integral da população, oferecendo tratamentos que contemplam as dimensões física, emocional e psicológica, contribuindo para a prevenção de doenças e para a melhoria da qualidade de vida.

Palavras chaves: Bem-estar; autocuidado; saúde; lazer.

A U R A

Lista de figuras

Figura 01. Isométrica Apodyterium.....	11
Figura 02. Isométrica circuito quente.....	11
Figura 03. Isométrica Frigidarium.....	11
Figura 04. Isométrica Praefurnium.....	11
Figura 05. Olsen Japonês.....	12
Figura 06. Hammam Turco.....	12
Figura 07. Resort e Spa Jequitimar.....	13
Figura 08. Efeitos causados pela temperatura de luz.....	16
Figura 09. Croqui biofilia na prática.....	16
Figura 10. Cor estimulante em home office.....	17
Figura 11. Cor sóbria em ambiente de descanso.....	17
Figura 12. Academia interna do Rituaali.....	18
Figura 13. Trilha de caminhada do spa Rituaali.....	18
Figura 14. Espaço de contemplação no spa Rituaali.....	19
Figura 15. Visualização da fachada do edifício.....	25
Figura 16. Visualização da fachada lateral do edifício.....	25
Figura 17. Visualização da janela dos quartos de hospedagem.....	25
Figura 18. Perspectiva isométrica explodida.....	26
Figura 19. Corte norte-sul.....	26
Figura 20. Vista do pátio interno e restaurante.....	27
Figura 22. Planta baixa dos blocos.....	27
Figura 23. Visualização da fachada posterior do edifício.....	28
Figura 24. Visualização do jardim interno do edifício.....	28
Figura 25. Visualização da fachada lateral do edifício.....	28
Figura 26. Esquematização de conforto térmico.....	29
Figura 27. Corte esquemático de conforto térmico.....	29
Figura 28. Pátio interno do edifício.....	30
Figura 29. Planta baixa pavimento térreo.....	30

A U R A

Lista de figuras

Figura 30. Planta baixa pavimento superior.....	30
Figura 31. Visualização do pátio do edifício.....	31
Figura 32. Visualização da marquise do edifício.....	31
Figura 33. Visualização da varanda coberta do edifício.....	31
Figura 34. Implantação da edificação.....	32
Figura 35. Detalhamento de venezianas.....	32
Figura 36. Tipologias de plantas.....	33
Figura 37. Vista do bangalô.....	33
Figura 38. Fachada da edificação vista da paisagem.....	33
Figura 39. Mapa de Localização I.....	37
Figura 40. Mapa de Localização II.....	37
Figura 41. Mapa de entorno.....	38
Figura 42. Imagem realista do bairro.....	39
Figura 43. Mapa de vias.....	39
Figura 44. Imagem do terreno I.....	40
Figura 45. Imagem do terreno II.....	40
Figura 46. Níveis do terreno.....	40
Figura 47. Gráfico de temperatura.....	41
Figura 48. Orientação solar e ventos dominantes.....	41
Figura 49. Diagrama de bolhas e fluxos I.....	52
Figura 50. Diagrama de bolhas e fluxos II.....	53
Figura 51. Diagrama de bolhas e fluxos III.....	53
Figura 52. Público Alvo.....	54
Figura 53. Variável da população.....	54
Figura 54. Fluxo de ventilação e iluminação.....	55
Figura 55. Vegetações escolhidas.....	57
Figura 56. Planta de implantação.....	58
Figura 57. Planta de layout I.....	59

A U R A

Lista de figuras

Figura 58. Planta de layout II.....	60
Figura 59. Planta de cobertura I.....	61
Figura 60. Planta de cobertura II.....	61
Figura 61. Detalhamento da Laje.....	61
Figura 62. Corte AA.....	62
Figura 63. Corte BB.....	62
Figura 64. Materiais escolhidos.....	63
Figura 65. Fachada frontal Spa.....	63
Figura 66. Fachada frontal Restaurante.....	63
Figura 67. Fachada frontal Academia.....	63
Figura 68. Fachada.....	64
Figura 69. Área de lazer.....	65
Figura 70. Imagem aérea.....	65
Figura 71. Guarita.....	65
Figura 72. Pista de caminhada.....	65
Figura 73. Entrada.....	66
Figura 74. Piscina.....	66
Figura 75. Vivência.....	66
Figura 76. Lago.....	66
Figura 77. Recepção 2.....	67
Figura 78. Recepção 2.....	67
Figura 79. Restaurante.....	67
Figura 80. Circulação.....	67
Figura 81. Vestuário.....	68
Figura 82. Quarto de hospedagem 1.....	68
Figura 83. Quarto de hospedagem 2.....	68
Figura 84. Quarto de hospedagem 3.....	68
Figura 85. Academia.....	69

SPA MÉDICO TERAPÊUTICO

A U

R A

Lista de figuras

Figura 86. Sala de ducha.....	69
Figura 86. Sala de yoga.....	69
Figura 87. Sala de massagem.....	69

A U R A

Lista de tabelas

Tabela 01 . Destinações de spas.....	9
Tabela 02 . Especialidades de spas.....	10
Tabela 03 . Quadro 01.....	36
Tabela 04 . Quadro 02.....	38
Tabela 05 . Quadro 03.....	38
Tabela 06 . Quadro 04.....	45
Tabela 07 . Quadro 05.....	46
Tabela 08 . Quadro 06.....	47
Tabela 09 . Quadro 07.....	48
Tabela 10 . Quadro 08.....	49
Tabela 11 . Quadro 09.....	50
Tabela 09 . Quadro 10.....	51
Tabela 10 . Quadro 11.....	51
Tabela 11 . Quadro 12.....	51

SPA MÉDICO TERAPÊUTICO

A U

R A

Lista de **abreviaturas**

ABNT – Associação Brasileira de Normas Técnicas

ABRATUS – Associação Brasileira de Turismo de Saúde

AIA – American Institute of Architects

ANFA – Academy of Neuroscience for Architecture

APEX-Brasil – Agência de Promoção de Exportação e Investimentos

Art. – Artigo

CAPS – Centro de Atenção Psicossocial

DUDH – Declaração Universal dos Direitos Humanos

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia

OMS – Organização Mundial de Saúde

TDAUP – Trabalho de Conclusão de Curso em Arquitetura, Urbanismo e Paisagismo

UFRGS – Universidade Federal do Rio Grande do Sul

UFRJ – Universidade Federal do Rio de Janeiro

A U R A

sumário

01

Introdução

1.1 Tema	2
1.2 Justificativa	3
1.3 Objetivos	4
1.4 Problemática	5
1.5 Metodologia	6

02

Referencial Teórico

9	2.1 Spas: Contextualização
10	2.2 Spas: Ao longo da história
14	2.3 Turismo na saúde
15	2.4 Neuroarquitetura
17	2.5 Benefícios Sociais
19	2.6 Benefícios Ambientais

03

Condicionantes Legais

3.1 Esfera Internacional	21
3.2 Esfera Nacional e Municipal	22

SPA MÉDICO TERAPÊUTICO

A U
R A

04

Referências

Projetuais

4.1 Resort & Spa Radisson	25
4.2 Spa Naman	28
4.3 Resort & Spa Makenna	31
4.4 Análise das referências	34
4.5 Quadro 1	35

sumário

05

Condicionantes

Do projeto

37	5.1 Aspectos urbanos
37	5.2 Localização e terreno
38	5.3 Escolha do terreno
38	5.4 Entorno
39	5.5 Redes de infraestrutura
39	5.6 Vias
40	5.7 Vegetação existente
40	5.8 Levantamento planialtimétrico
41	5.9 Clima
41	5.10 Ventos dominantes
41	5.11 Orientação solar
42	5.12 Acessos e fluxos

SPA MÉDICO TERAPÊUTICO

A U
R A

06

Sobre o Projeto

6.1 Programa de necessidades e pré dimensionamento	44
6.2 Diagrama de bolhas e fluxos	52
6.3 Público Alvo	54
6.4 Tecnologias e instrumentos projetuais	54
6.5 Conceito	55
6.6 Partido arquitetônico	55
6.7 Estudo preliminar projetual	55

sumário

07

Ensaio Gráficos

57	7.1 Implantação
59	7.2 Planta de cobertura
60	7.3 Planta baixa e Layout
62	7.4 Cortes
63	7.5 Fachadas
64	7.6 Perspectivas

SPA MÉDICO TERAPÊUTICO

A U
R A

sumário

08

Considerações finais e Referências Bibliográficas

- 8.1 — Considerações finais
- 8.2 — Lista de referências

C A P Í T U L O 01

Introdução

01

1.0

Introdução

Pensar a melhor relação entre um ambiente construído e o bem-estar emocional tem um papel fundamental na arquitetura. A concepção de espaços que proporcionem sensações positivas e que estimulem o conforto, relaxamento e a produtividade está ligada aos princípios básicos da neuroarquitetura. Dessa forma, o presente trabalho tem como um de seus objetivos projetar sua obra a partir de materiais naturais em contraste a elementos característicos do modernismo, a fim de formar uma composição paisagística que valorize e complemente o objetivo do projeto.

A proposta arquitetônica é localizada em Primavera do Leste-MT e almeja trazer a cidade um espaço voltado ao tratamento físico e mental, ligado ao conceito de SPA. Dentro dessa perspectiva, o AURA SPA MÉDICO E TERAPÊUTICO ofereceria serviços estéticos e clínicos proporcionando ao público alvo uma experiência única no estado, a partir de uma infraestrutura completa de salas e ambientes externos que auxiliem na difusão de resultados positivos a saúde dos pacientes.

Portanto, afim de que as ideias fossem possíveis ao projeto, foi-se necessário o aprofundamento do tema, através de pesquisas e análises de estudo de caso voltadas a temática de clinicas e spas, que se adequem ao objetivo de trazer a esse espaço procedimentos estéticos, terapêuticos e tratamentos complementares de saúde.

1.1

Tema

A B O R D A G E M D O T E M A
Desenvolvimento de projeto de edificações.

T E M A
Spa médico e terapêutico.

S U B T E M A
Neuroarquitetura.

L O C A L
Primavera do Leste - MT.

1.2

justificativa

Em meio ao caos e à correria do dia a dia, os spas são grandes aliados na amenização do estresse e na busca por hábitos saudáveis através de diversificados espaços de lazer e interação.

Além de serem destinados ao descanso e relaxamento, a demanda por tratamentos complementares tem crescido, especialmente no âmbito medicinal. A terapia alternativa atua nas áreas emocional, física e psicológica, tratando patologias como estresse, ansiedade, desânimo e tristeza, que estão associadas a diversos transtornos mentais.

Ao contrário dos métodos convencionais, esse tipo de acomodação busca a recuperação do indivíduo de forma funcional, com o intuito de integrar o paciente por meio de atividades terapêuticas que possam ajudar e complementar outros tratamentos. Soares e Girondoli, 2021,p2 afirmam que:

“As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são recursos terapêuticos que buscam a prevenção de doenças, a recuperação da saúde, melhor qualidade de vida e bem-estar de indivíduos e coletividades. Tais práticas terapêuticas visam o cuidado integral ao paciente e são embasadas na avaliação holística do indivíduo, considerando-o em seus vários aspectos: físico, mental, emocional, espiritual e social.”

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE 2021), a população de Primavera do Leste tem crescido significativamente, passando de aproximadamente 40 mil habitantes em 2010 para cerca de 60 mil em 2021. A cidade passa por um período de transformações e desenvolvimento em diversas áreas, incluindo a da saúde.

O investimento em infraestrutura, como a construção de novos hospitais e clínicas, tem contribuído para a melhoria das condições de vida da população. Esse salto de progresso e inovação não apenas atrai novos moradores, mas também aumenta a demanda por serviços relacionados ao bem-estar. Dessa forma, a implementação do spa médico e terapêutico trará a população a oportunidade obter tratamentos relacionados a saúde e qualidade de vida.

1.3

Objetivos

O b j e t i v o g e r a l .

Desenvolver um projeto arquitetônico de uma Spa Médico e Terapêutico em Primavera do Leste - MT.

O b e t i v o s e s p e c í f i c o s .

Revisão Bibliográfica. Estudar e pesquisar sobre o tema proposto;

Identificar normas e condicionantes legais relacionadas ao tema;

Selecionar projetos de referência em tecnologia e técnicas construtivas;

Desenvolver um projeto arquitetônico que atenderá ao público alvo.

1.4

Problemática

O Brasil é líder no ranking mundial em casos de pessoas com ansiedade, cerca de 19 milhões de brasileiros são afetados pela condição, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2017). Tal estatística evidencia a banalização e a ausência de tratamentos relacionados a doenças psicológicas no país. No estado de Mato Grosso, são poucos os espaços que oferecem um tratamento específico para cada paciente, sendo na capital, Cuiabá, o mais próximo da cidade escolhida.

Em Primavera do Leste, apesar do crescente progresso relacionado à implementação de hospitais e clínicas, há somente o CAPS (Centro de Atenção Psicossocial), que atende aos casos psiquiátricos intensivos, além dos espaços de reabilitação. Sendo assim, para pacientes que não possuem casos clínicos agravantes e que estão em busca de reduzir sintomas como estresse e ansiedade, causados pela rotina diária, há a necessidade de um lugar que promova **autocuidado** e melhoria na qualidade de vida, oferecendo tratamentos humanizados que complementem e auxiliem na **prevenção** de doenças mentais.

Por fim, **questiona-se**: como projetar um spa que atenda tanto às demandas clínicas quanto às demandas estéticas, proporcionando um ambiente acolhedor e que promova bem-estar a todos os seus pacientes?

1.5

Metodologia

Para desenvolver uma proposta coerente que atenda às demandas do spa médico e terapêutico, foi fundamental obter um embasamento sólido para a elaboração de soluções eficazes, alinhadas às necessidades do projeto. Diante disso, o método de pesquisa utilizado foi o exploratório, com uma abordagem qualitativa, cujo objetivo é aprofundar-se no tema, focando na qualidade e nos detalhes, como aborda Minayo, 2001, p23:

“ O investimento que faço neste livro diz respeito à pesquisa qualitativa que visa a compreender a lógica interna de grupos, instituições e atores quanto a valores culturais e representações sobre sua história e temas específicos; relações entre indivíduos, instituições e movimentos sociais; processos históricos, sociais e de implementação de políticas públicas e sociais ”

Desse modo, foi implementada uma análise bibliográfica feita a partir de objetos de estudo como livros, artigos científicos e sites que fundamentam a credibilidade da pesquisa. Severino, 2016, p106 reforça que:

“ A pesquisa bibliográfica é aquela que se realiza a partir do registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores, em documentos impressos, como livros, artigos, teses etc. Utiliza-se de dados ou de categorias teóricas já trabalhados por outros pesquisadores e devidamente registrados. Os textos tornam-se fontes dos temas a serem pesquisados. ”

Contudo, para que a elaboração do projeto esteja de acordo com o comprimento das leis, foi feita a análise documental de condicionantes legais e normativas como a verificação das regulamentações das atividades técnicas envolvidas no desenvolvimento do projeto arquitetônico segundo a **ABNT NBR 16636**, tal como a norma **NBR 9050** que estabelece critérios de acessibilidade para edificações.

Todavia as leis locais, sendo elas estaduais ou municipais, como a **LEI Nº 497** de 17 de junho de 1998 que dispõe sobre o **ZONEAMENTO E USO DO SOLO URBANO DO MUNICÍPIO DE PRIMAVERA DO LESTE**. Equitativamente, a **DUDH** (Declaração universal dos direitos humanos) no **artigo 25** estabelecendo que todas as pessoas tem direito a um padrão de vida que assegure saúde e bem-estar.

Além disso, os referenciais projetuais apresentam uma abordagem descritiva que serve como ponto de partida para as decisões tomadas ao decorrer do projeto, seja na definição de conceitos ou soluções que serão apresentadas tais como a sustentabilidade, biofilia, métodos construtivos e a inclusão social por meio da acessibilidade.

C A P Í T U L O 02

Referencial **Teórico**

02

2.1. Spas: Contextualização

A expressão Spa, que vem do latim *salus per aquam* ou *sanitas per aquam*, os quais significam saúde ou cura pela água, é popularmente conhecida como um espaço dedicado a procedimentos que promovam o descanso e relaxamento além de cuidados estéticos (RESERVIO,2024). Atualmente, os spas possuem diferentes denominações de acordo com sua especialidade e tipologia, cada uma é voltada a atender às necessidades específicas relacionadas a saúde, lazer e bem-estar.

Entre as destinações (Tabela 01), destacam-se o **Spa de destino**, ocasionalmente localizado em áreas remotas que proporcionam conexão com a paisagem natural, eles oferecem uma estrutura de hospedagem e alimentação com o foco na promoção do bem-estar e da qualidade de vida, proporcionando uma experiência completa e imersiva.

O **Spa Resort ou Hotel** é um empreendimento independente que fica localizado dentro de resorts ou hotéis, que oferecem serviços voltados ao bem-estar de forma conjugada ao ambiente de hospedagem. Já o **Day Spa**, é um estabelecimento que não possui estrutura de hospedagem, geralmente é situado em áreas urbanas, e dedicado a tratamentos de relaxamento mais acessíveis que podem ocorrer em sessões de curta duração. Dentre eles, o **Spa Passeio** é uma modalidade que funciona dentro de estruturas voltadas ao entretenimento e transporte, como aviões, campos de golfe ou trens, proporcionando momentos de relaxamento durante as atividades de lazer.

Destino	Resort	Day Spa	Passeio
Hospedagem;	Hospedagem;	Massagens;	Massagens;
Refeições;	Refeições;	Tratamentos faciais;	Serviços estéticos;
Contato com a natureza;	Lazer;	Terapia corporal;	Tratamentos corporais;
Serviços de spa;	Hidroterapia;	Banhos terapêuticos;	Hidroterapia;
Atividades físicas.	Tratamentos.	Meditação.	Banhos.

SPAS

Tabela 01 Fonte: autoral
Destinações de spas

Quanto as especialidades (Tabela 02), há uma ampla gama de opções que atendem a diferentes demandas. O **Spa Naturalista**, é voltado às práticas baseadas na medicina naturalista, incluindo homeopatia, fitoterapia e acupuntura, promovendo tratamentos que valorizam a medicina tradicional e natural. O **Spa Médico** possui objetivos clínicos e médicos, oferecendo tratamentos estéticos e terapêuticos completos voltados à saúde, bem-estar e reabilitação. O **Spa de Esporte** e Aventura concentra-se em serviços relacionados ao lazer ativo, promovendo atividades físicas e exercícios direcionados ao entretenimento e à saúde.

O **Spa Nutricional** fornece orientações sobre alimentação, desintoxicação e reeducação alimentar, auxiliando na constância de um estilo de vida mais saudável. Na modalidade estética há spas que são dedicados a tratamentos faciais e corporais, eles conectam a beleza e o bem-estar e promovem o autocuidado e melhoria da autoestima. Por fim, o **Spa Wellness** ou Bem-estar tem como objetivo proporcionar o equilíbrio físico, mental e espiritual por meio de terapias, banhos e atividades físicas personalizadas, buscando uma experiência holística entre a saúde e o relaxamento.



Tabela 02 Fonte autoral
Especialidades de spas

2.2. Spas: Ao longo da História

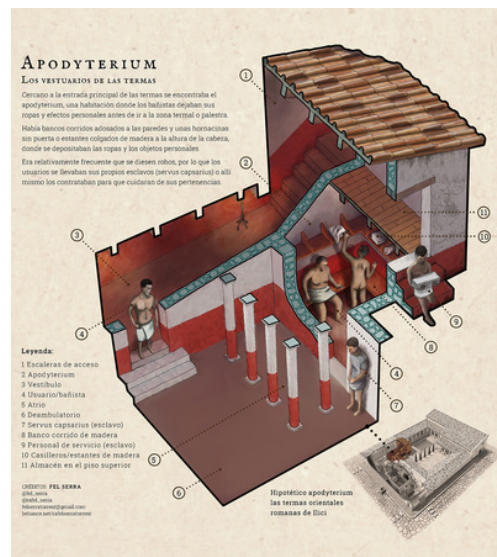
Em sua história, a origem dos spas é associada desde o princípio, a tratamentos relacionados a saúde e bem-estar. Os primeiros Spas surgiram na Grécia Antiga, ao notar-se os benefícios que a água quente poderia proporcionar a saúde e no tratamento de doenças, além da purificação e descanso do corpo.

Dessa forma, ao longo dos séculos, os espaços que serviam de apoio para os banhos termais evoluíram significativamente, ao se tornarem edificações estruturadas para comportar uma alta demanda de pessoas. Logo, no ano de 25 a.C durante o governo do Imperador Agrippa, foi construído o **Termas de Agrippa**, a primeira estrutura de Spa de grande porte oferecida ao público. (LIVIUS, 2020)

Os complexos construídos pelos Romanos passaram a se tornar espaços completos que incluíam locais de lazer e convívio social, abrangendo zonas de massagem, espaços recreativos para esportes, restaurantes e comércios.

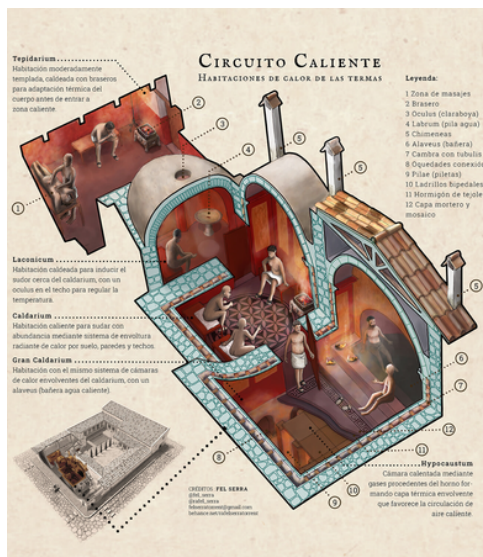
Contudo, o fluxograma dos ambientes era definido pelo circuito de tratamento estabelecido pela filosofia Romana (A ORIGEM DAS COISAS, 2023). Ao iniciar a rota, passavam pelo **Apodyterium** (Figura 01), que se tratava de um vestiário para a troca de roupas. Logo em seguida, iniciava-se o processo de descanso e massagens em ambientes quentes e mornos como por exemplo, o **Tepidarium** e o **Caldarium** (Figura 02). Por fim, o **Frigidarium** (Figura 03), fechava o percurso com os banhos em água fria. O **Praefurnium** (Figura 04), era um ambiente que possuía grande importância, pois nele eram armazenadas as fornalhas que aqueciam o ar e a água dos outros espaços.

FIGURA 01
FONTE: SERRA TORRENTE, 2022



Isométrica Apodyterium.

FIGURA 02
FONTE: SERRA TORRENTE, 2022



Isométrica circuito quente.

FIGURA 03
FONTE: SERRA TORRENTE, 2022



Isométrica Frigidarium.

FIGURA 04
FONTE: SERRA TORRENTE, 2022



Isométrica Praefurnium.

Após a queda do Império Romano, os Termas continuaram em crescente popularidade, desse modo, outras culturas, como a japonesa e a turca, também passaram a adotar tradições similares.

A japonesa por sua vez, conta com os conhecidos **Onsens** (Figura 05), que são fontes termais de origem natural, aquecidas pela atividade vulcânica. Os espaços se popularizaram durante a era Edo (1615 – 1867), e eram frequentados em sua maioria, por trabalhadores em busca de descanso e relaxamento (JAPAN HOUSE,2018).

Com o passar dos anos, os Olsens se tornaram ponto turístico da região, transformando-se em pousadas que oferecem ao visitante a chance de aproveitar o clima, a culinária e a cultura local.

Na cultura turca, os conhecidos **Hammams** (Figura 06), que assim como os Termas Romanos, tinham o objetivo promover a higiene pública, e ocasionalmente proporcionavam momentos de convívio e interação entre a sociedade. As casas de banho contam com diferentes salas, que em sua maioria possuem temperaturas elevadas com piscinas de água quente e vapor, características que impulsionam o relaxamento e a desintoxicação do corpo através da transpiração (UNQUIET,2020).

Portanto, em seu processo de evolução, os spas deixaram de ser apenas espaços destinados a banhos públicos para lugares que proporcionam tratamentos com propriedades curativas, além de oferecerem momentos voltados a convivência e bem-estar. Assim, com avanço da Era Renascentista, na Europa do século XVII, começaram a surgir os primeiros resorts de saúde, que marcaram uma nova fase dos spas, promovendo o cuidado com o corpo e a mente.

Esse novo conceito, passou a combinar lazer, saúde e bem-estar, oferecendo aos visitantes uma experiência completa. Dessa maneira, os spas contemporâneos incorporam as tradicionais acomodações hoteleiras a serviços e práticas terapêuticas que instigam não apenas o relaxamento físico, mas também a satisfação mental e emocional.



FIGURA 06
FONTE: UNQUIET, 2020

No Brasil, assim como em diversos países, há uma crescente busca ligada as questões estéticas. A demanda de serviços que promovam tratamentos preventivos de saúde e procedimentos voltados para o corpo e beleza, tem despertado o interesse das mais diversas classes sociais do país. Segundo a Mordor Intelligence esse setor alcançará cerca de US\$ 41,6 bilhões de faturamento até o ano de 2028 (PODER360, 2025).

Consequentemente, o Spa é uma alternativa bastante procurada por pessoas que estão em busca de um espaço que englobe tratamentos de forma variada. A empresária Ala Szerman foi pioneira no ramo no Brasil, ao adquirir o Hotel Jequitimar (Figura 07), que fica localizado no Guarujá (SP). Pesquisando a fundo sobre os serviços e técnicas que seriam oferecidos no empreendimento, o diferencial de inovação que instigou a atenção do público foi induzir o conceito de emagrecimento a prática do spa.

Dessa forma, a indústria de spas no país tem se expandido de forma rápida, Silva, 2010, afirma que:

“Empreendimentos neste ramo conquistaram seu espaço devido à busca cada vez maior por serviços relacionados a qualidade de vida, lazer, relaxamento, emagrecimento, estética e beleza, com atendimentos realizados em curto espaço de tempo. Sendo este lugar que propõe recuperação do equilíbrio do corpo e da mente pois a “[...] qualidade de vida torna-se evidente quando o indivíduo se sente bem psicologicamente, possui boas condições físicas e sente-se socialmente integrado e funcionalmente competente [...]”

Em paralelo a isso, o mercado dos Spas em áreas urbanas do Brasil tem emergido consideravelmente, principalmente pelo fator do estresse e cansaço provocado pelo ritmo acelerado das grandes cidades. Essa tendência se reafirma através da comprovação dos benefícios que os procedimentos oferecidos por esses espaços trazem a saúde, no aumento da autoestima, melhoria no condicionamento físico e no relaxamento da mente e do corpo (REVISTAFT,2024).

FIGURA 07

FONTE: LUGARES DE MEMÓRIA, 2024



Resort e Spa Jequitimar.

2.3. Turismo de saúde

O turismo de saúde, comumente conhecido como turismo médico, é a prática de buscar em outros países ou regiões, alternativas para o tratamento ou manutenção da saúde. Essa modalidade, faz parte da história do Brasil. No Rio de Janeiro, durante as epidemias de malária e dengue, a corte Imperial por sua vez, tinha o hábito de se deslocar para outras regiões para que pudesse se abster dos riscos de contaminação e doenças. Dessa forma, descreve WESTIN, 2020:

“*Todo fim de ano, dom Pedro II e a elite imperial se mudavam provisoriamente do Rio de Janeiro para Petrópolis, que se transformava numa espécie de capital de verão. No clima fresco da serra fluminense, ficavam a salvo das epidemias que brotavam na quentura úmida da Baía de Guanabara.*”

Ao longo do tempo, a busca por procedimentos e tratamentos que oferecessem exclusividade, levou o brasileiro a deslocar-se para outros países. Esse cenário mudou a partir da realização do Consórcio Brasil Saúde, acordo entre a Agência de Promoção de Exportação e Investimentos (Apex-Brasil) e hospitais privados, que tinha como objetivo elencar os serviços brasileiros mediante ao mercado internacional.

Em meio a isso, a cidade de São Paulo ao oferecer uma infraestrutura de clínicas e hospitais ímpar no país, recebe destaque em relação ao turismo de saúde, atraindo pessoas de diversos países a brasileiros de outros estados a fim de encontrar tratamentos e especialistas do meio. Dessa forma, segundo a Associação Brasileira de Turismo de Saúde (Abratus), ao chegar em 2030 esse setor deve atrair cerca de 2 milhões de turistas por ano, muitos em busca de procedimentos médicos ou estéticos.

Nesse cenário, o Mato Grosso é um estado que apresenta grande potencial para essa modalidade de turismo, especialmente por ser localizado no centro-oeste do país, no entanto, a falta de incentivos, investimentos e informações é um fator prejudicial ao desenvolvimento do setor, induzindo a muitos, a busca por atendimentos em outros estados. Em paralelo a isso, segundo o Portal Médico (2023), 47 municípios mato-grossenses não possuem serviços de saúde privados, o que limita o acesso a tratamentos com especialistas no estado.

Investir em empreendimentos voltados ao turismo médico, como centros de referência em saúde que possuem estrutura de hospedagem e lazer, é uma iniciativa que a médio e longo prazo, pode contribuir positivamente para o desenvolvimento econômico local, promovendo o fortalecimento da rede de saúde privada, além de gerar empregos e movimentar setores como de hotelaria, transporte e alimentação.

2.4. Neuroarquitetura

Um ambiente construído tem o poder de gerar sensações que influenciam aspectos psicológicos ou emocionais a qualquer indivíduo que o frequente. Na arquitetura, a área que relaciona a neurociência com os espaços projetados recebe o termo de **Neuroarquitetura**.

Sua origem se concretiza no ano de 2003, com a abertura da Academia de Neurociências para Arquitetura (Academy of Neuroscience for Architecture -ANFA) na cidade de San Diego na Califórnia pelo American Institute of Architects (AIA), com o intuito de relacionar o ambiente físico e sua interferência na mente humana na projeção geométrica, estética ou ornamental dos espaços.

A relação dos preceitos da neurociência a arquitetura, pode ser encontrada em uma ampla gama de categorias, dentre elas, corporativas, hospitalares, educacionais, recreativas ou até mesmo em ambientes destinados a alimentação (GIACOMINI e BAPTISTELLI, 2020). A aplicação dos princípios neurocientíficos, tem o papel de orientar o arquiteto na projeção de um ambiente que proporcione uma melhor experiência espacial, ao estimular habilidades ligadas ao cérebro e reduzir impactos negativos potencializados pela mente humana.

Desse modo, apesar de haver uma análise de padrões comportamentais que estão relacionados a ligação entre o cérebro e o espaço, a particularidade de cada ambiente requer uma característica singular, além de que a experiência do indivíduo é única, visto que há condicionantes externas que são influenciadas pela cultura, vivência social e rotina, interferindo na perspectiva individual de espaço (NOGOSEK, 2019). Logo, para que a neuroarquitetura ocorra com eficiência, é fundamental o estudo do público-alvo que norteará qual sensação deverá ser estimulada no ambiente projetado.

A iluminação por exemplo, dependendo da sua temperatura de cor e intensidade, manifesta diferentes reações (Figura 08) e deve ser escolhida de acordo com a necessidade do usuário. Em ambientes de trabalho, a inserção de uma iluminação branca e intensa estimula a concentração cerebral e o aumento da produtividade.

Em contra partida, quando o objetivo do espaço é ser acolhedor e confortável, a luz indireta com uma temperatura de teor mais quente, tem o poder de reduzir o estresse, criando um ambiente intimista que proporcione uma atmosfera tranquila e relaxante.

FIGURA 08 FONTE: SOBRAL ELÉTRICA, 2019



Efeitos causados pelas temperaturas de luz.

Elementos que despertam o contato com a natureza como o design biofílico, competem positivamente a saúde física e mental, contribuindo para a redução de doenças relacionadas ao stress e ansiedade (BRAIN SUPPORT, 2022). Essa conexão pode ser compreendida através de componentes como a luz natural, vegetação, ventilação natural, água e inserção do bioclima (Figura 09).

FIGURA 09 FONTE: NOVIDÁRIO, 2022



As cores também são elementos fundamentais na composição de espaços, afetando diretamente na percepção do ambiente. Inicialmente são percebidas pelos olhos e transmitidas para o cérebro através do nervo óptico, permitindo o envio e processamento das informações. Dessa forma, esse processo envolve diferentes regiões cerebrais, como as que são encarregadas de interpretar emoções e armazenar as memórias (ARQUIPÉDIA, 2023).

A utilização de cores quentes como laranja, vermelho e amarelo

Croqui biofilia na prática.

influenciam a interação e atividade, e são encontradas em sua maioria, em ambientes corporativos (Figura10) recreativos, e em restaurantes.

Entretanto, as cores frias, como verde, azul e violeta geralmente são utilizadas em quartos (Figura 11) e salas de meditação, pois induzem ao ambiente uma sensação de acolhimento e calma.

Na arquitetura de um Spa é crucial a criação de espaços sinestésicos, que estimulem sensações como a de relaxamento e bem-estar. A neuroarquitetura nesse aspecto, auxiliará na concepção de um projeto que induza o usuário a uma experiência de imersão sensorial, trazendo elementos como pedras naturais, cores calmantes e iluminação intimista, a fim de proporcionar ao indivíduo descanso e acolhimento.

Piscinas aquecidas, saunas e salas de massagem são ambientes a compor o espaço, juntamente com a conexão biofílica na integração do interno e externo por meio de jardins, composições paisagísticas e espaços contemplativos, irão incentivar a redução do estresse e ansiedade.

2.5. Benefícios Sociais

Após o cenário pandêmico, houve um aumento significativo de casos relacionados a doenças e transtornos mentais. Um estudo realizado pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) aponta que cerca de 80% da população brasileira se tornou mais ansiosa entre os meses de maio e julho de 2020, que marcaram o início da pandemia do COVID-19 no Brasil.

Dito isso, no tempo presente, a busca por saúde mental e bem-estar físico tem se tornado um hábito comum na vida de muitas pessoas. Aponta Guiselini,2006,p. 101:

Cor estimulante em home office.



FIGURA 10
FONTE:VIVADECOR, 2017



FIGURA 11
FONTE:VIVADECOR, 2017

Cor sóbria em ambiente de descanso.



As pessoas estão em busca do sentir-se bem com o próprio corpo, nos relacionamentos, com a saúde, nas situações estressantes que defrontam ao longo do dia, enfim, estão em busca da alegria e da felicidade ou simplesmente do bem-estar.



Dessa maneira, o cuidado estético possui uma relação direta com a autoestima e saúde mental de um indivíduo. Situações que provocam estresse e ansiedade, podem estar interligadas a falta de autocuidado, fato que impacta consideravelmente na saúde e na diminuição de habilidades de foco e desempenho (MACKENZIE, 2024).

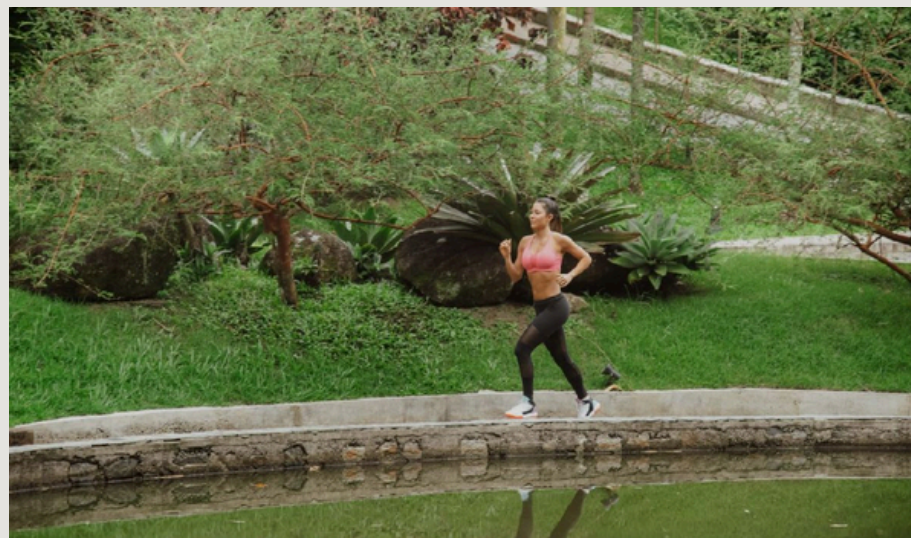
Dentre os tratamentos oferecidos pelo spa, procedimentos que promovem a manutenção estética e física, auxiliam pacientes na construção do amor próprio e diminuição de sentimentos de desânimo e incapacidade, através do cuidado com a mente e o corpo. Para além disso, o incentivo a prática de esportes como a musculação (Figura 12) atividades físicas como a corrida (Figura 13), além do acompanhamento nutricional contribuem para a diminuição de doenças como hipertensão, diabetes, obesidade e doenças cardiovasculares que são consequências do sedentarismo, que na maior parte do tempo é resultado de uma desmotivação mental (CLUBE SAÚDE, 2023).

FIGURA 12 FONTE: RITUAALI, 2025



Academia interna do Spa Rituaali.

FIGURA 13 FONTE: RITUAALI, 2025



Trilha de caminhada do Spa Rituaali.

Ao analisar os projetos de spas, é possível observar também, que a composição utilizada para a criação desses espaços pode ser influente na promoção da saúde mental, uma vez que, utiliza-se de materiais, cores e iluminações que transmitem sensações de paz e acolhimento.

2.6. Benefícios Ambientais

Na intenção de criar uma atmosfera que promova o contato com a natureza, os spas proporcionam ao indivíduo um vínculo que reproduz uma mentalidade consciente, onde há uma troca, através da relação diária com o meio ambiente. Esse contato é evidenciado tanto na utilização de produtos de origem natural para os tratamentos que são oferecidos, quanto na concepção e entorno dos edifícios.

Contudo, spas que desenvolvem um projeto sustentável buscam a conexão entre o ambiente interno e externo, e podem levar em consideração soluções que trazem um maior conforto ao edifício e visam reduzir impactos ao meio ambiente. Dentre algumas medidas pode-se destacar: a relação entre a paisagem natural e o espaço construído, levar em consideração as características térmicas como insolação e clima local e valorizar a topografia natural do terreno (CTE, 2020).

Dessa forma, o Rituaali (Figura 14), localizado na Mata-Atlântica, é um exemplo de spa que oferece essa imersão ao meio ambiente. O lugar conta com ambientes que mesmo internos, proporcionam uma conexão com a natureza, além de obter espaços contemplativos, pistas de caminhada e campos para esportes.



FIGURA 14 FONTE:RITUAALI, 2025

Espaço de contemplação no Spa Rituaali.

Manter o contato com a natureza traz inúmeros benefícios tanto ao indivíduo quanto ao meio ambiente. A universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), juntamente a Universidade Veiga de Almeida, constatarem a diminuição de poluentes nocivos para a saúde humana através da Floresta da Tijuca, que é protegida pelo Parque Nacional da Tijuca que auxilia na limpeza da atmosfera por meio de hidrocarbonetos (WWF,2023).

Para além disso, essa relação proporciona reações positivas a saúde física e mental, na melhoria do sistema imunológico, diminuição do estresse, incentivo a prática de atividades físicas e redução de doenças como a depressão e ansiedade (WWF,2023).

C A P Í T U L O 03

Condicionantes **Legais**

03

3.1

Esfera Internacional



Partindo do princípio de que a proposta deve abranger normas e legislações em âmbito Internacional, nacional e municipal, este capítulo tem como objetivo apresentar os aspectos normativos que irão orientar a elaboração do atual Trabalho de Conclusão de Curso em Arquitetura, Urbanismo e Paisagismo (TDAUP).

Por meio da Assembleia Geral das Nações Unidas em 10 de dezembro de 1948, foi proclamada a Declaração Universal dos Direitos Humanos, a qual tem o intuito de assegurar todos os direitos básicos e fundamentais para cada indivíduo. Em aquiescência a isso, dentre os trinta artigos percorridos, cabe destacar o Art. 25:

“*Todo ser humano tem direito a um padrão de vida capaz de assegurar-lhe, e a sua família, saúde e bem-estar, inclusive alimentação, vestuário, habitação, cuidados médicos e os serviços sociais indispensáveis, e direito à segurança em caso de desemprego, doença, invalidez, viuvez, velhice ou outros casos de perda dos meios de subsistência em circunstâncias fora de seu controle.*”
(UNICEFF, 2015, p.13)

Portanto, no que se refere aos efeitos gerados pela implementação de um Spa médico, o artigo citado engloba uma grande variedade de direitos a serem compreendidos, que em resumo está o acesso a saúde e bem estar assegurados por meio da alimentação, dos cuidados médicos e sociais.

3.2

Nacional & Municipal



Em âmbito nacional, a Constituição Federal promulgada em 5 de outubro de 1988 em seu **Art.6**, cauciona que são direitos sociais a educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o transporte, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, na forma desta Constituição (Brasil,1988).

Dessa forma, a Constituição classifica o direito a saúde e ao lazer como uma vertente básica que contribuirá para o funcionamento do Estado. Para além disso, a Lei Brasileira de Inclusão (LBI), **nº 13.146** estabelecida pelo Congresso Nacional em 2015, assegura a participação de pessoas portadoras de deficiência no acesso a serviços de saúde de qualidade, de modo a terem disponíveis equipamentos e materiais que promovam um tratamento adequado.

Conforme o **Art.24**, é garantido à pessoa com deficiência o acesso aos serviços de saúde, tanto públicos como privados, e às informações prestadas e recebidas, por meio de recursos de tecnologia assistiva e de todas as formas de comunicação (Brasil,2015).

Outrossim, a norma **NBR 9050** sancionada pela Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT) em 2020, relaciona a inclusão e acessibilidade aos parâmetros técnicos voltados para elaboração de projetos, a fim de garantir a utilização de mobiliários, espaços e equipamentos urbanos.

6.1.1.1 As áreas de qualquer espaço ou edificação de uso público ou coletivo devem ser servidas de uma ou mais rotas acessíveis. As edificações residenciais multifamiliares, condomínios e conjuntos habitacionais necessitam ser acessíveis em suas áreas de uso comum. As unidades autônomas acessíveis devem estar conectadas às rotas acessíveis. (ABNT-NBR – 9050,2015).

Portanto, é fundamental o papel da elaboração de um projeto que garanta a segurança e qualidade de vida ao indivíduo. Dentre os critérios construtivos de desempenho e qualidade, cabe destacar a norma **NBR 15575**, publicada em 2013 pela qual abrange a durabilidade e eficiência energética nas construções.



- “ 4.2 Segurança. As exigências do usuário relativas à segurança são expressas pelos seguintes fatores: segurança estrutural; segurança contra o fogo; segurança no uso e na operação.
- 4.3 Habitabilidade. As exigências do usuário relativas à habitabilidade são expressas pelos seguintes fatores: estanqueidade; desempenho térmico; desempenho acústico; desempenho lumínico; saúde, higiene e qualidade do ar; funcionalidade e acessibilidade; conforto tátil e antropodinâmico.
- 4.4 Sustentabilidade. As exigências do usuário relativas à sustentabilidade são expressas pelos seguintes fatores: durabilidade; manutenibilidade; ”

Quanto às leis locais, nas esferas estaduais ou municipais, cabe ressaltar a **LEI Nº 497** de 17 de junho de 1998 - aprovada pela câmara municipal de Primavera do Leste e sancionada pelo então prefeito municipal - que dispõe sobre o **ZONEAMENTO E USO DO SOLO URBANO DO MUNICÍPIO DE PRIMAVERA DO LESTE**.

Sendo assim, essa lei especifica a necessidade de se estabelecer no desenvolvimento e crescimento da cidade, aspectos tangentes aos fins sociais e de serviços para os quais o projeto empreendido neste TDAUP pretende atingir. A fim de exemplificar isso, pode-se ressaltar o objetivo V no **Art. 2º** dessa lei que busca fomentar o uso do solo em benefício do bem comum.

A lei ainda indica que o uso do solo se daria pela relação de diversas atividades, como citado no **Art. 3**. Sendo assim, adequando futuros empreendimentos em critérios que abrangem usos diversificados que envolvam mais de uma atividade ao bem comum e social.

C A P Í T U L O 04

Referências Projetuais

04

4.1

Resort & Spa Radisson

Visualização da fachada do edifício.



FIGURA 15
FONTE: ARCHDAILY, 2024



FIGURA 16
FONTE: ARCHDAILY, 2024



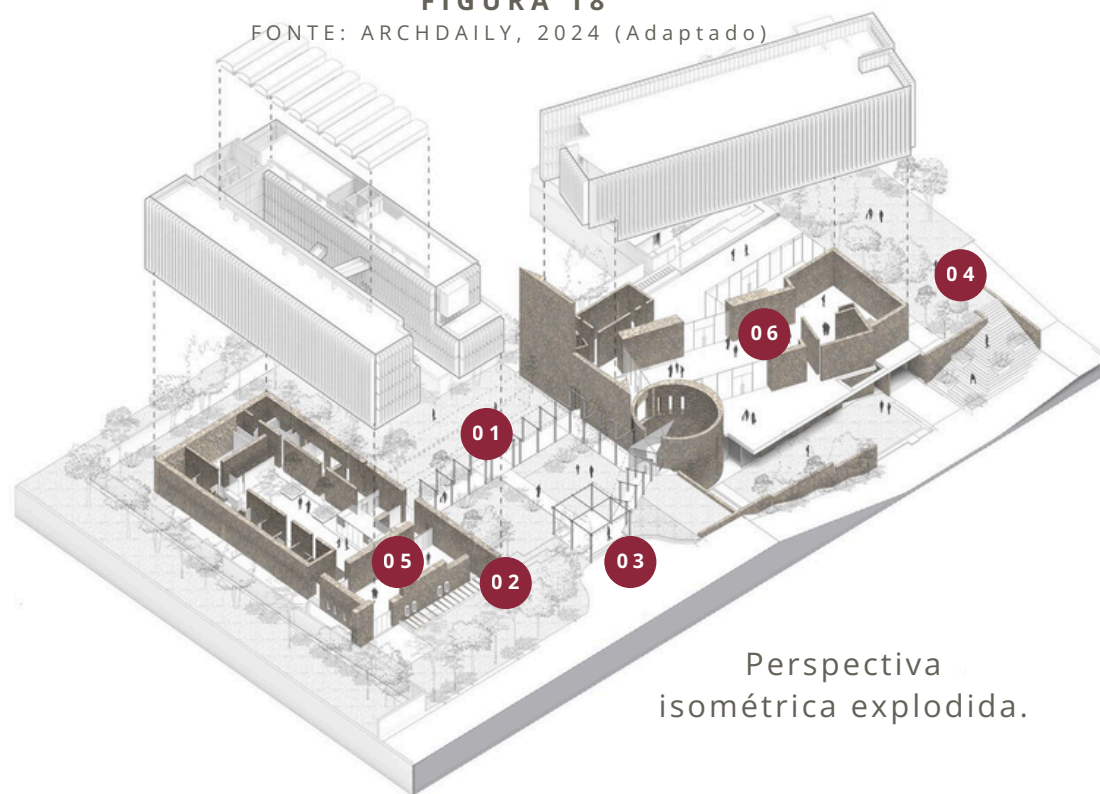
FIGURA 17
FONTE: ARCHDAILY, 2024

Visualização da fachada lateral
do edifício.

Visualização da janela de um dos
quartos de hospedagem.

FIGURA 18

FONTE: ARCHDAILY, 2024 (Adaptado)

Perspectiva
isométrica explodida.

A forma estética do edifício é composta por elementos como o basalto negro e o vidro, em contraste a materiais naturais como a madeira e a pedra. (Figura 15 e 16). Os quartos do spa ficam nos andares superiores, criando volumes abstratos (Figura 17) na fachada acompanhados de venezianas que produzem um jogo de luz e sombras sob a edificação.

O Edifício valoriza a paisagem natural, acompanhando as características físicas e históricas da região. Entretanto, as construções de alta densidade ocasionadas pela crescente urbanização da área rural da cidade, prejudicam a almejada sensação de contato com a natureza.

Concluído no ano de 2022, O resort e spa Radisson localizado em Nonavala na Índia, foi projetado pelo escritório de arquitetura Malik. Por se tratar de uma de uma cidade em estação montanhosa, na concepção do projeto, foram consideradas a topografia e as características naturais do terreno.

A distribuição de seus 11.148m², se dá por meio de dois lotes separados (Figura 18) que são conectados por um caminho construído (Item 01) que relaciona as duas torres. Sua estrutura torna a natureza o maior destaque do projeto, ao relacionar o ambiente externo com o interior do edifício, a topografia do terreno que acompanha seu aspecto natural (Figura 19), permite a criação de acessos nos diferentes níveis (Item 02, 03, 04) contribuindo para a integração de espaços de convívio público (Item 05 e 06), a fim de evitar a percepção de uma edificação extremamente verticalizada.

FIGURA 19

FONTE: ARCHDAILY, 2024



Corte norte-Sul.

A parte interna despensa a necessidade de ornamentações e adornos, uma vez que os materiais e elementos utilizados na sua composição, juntamente com a integração do exterior a paisagem natural, proporcionam uma experiência completa. A marquise que permeia o pátio principal (Figura 21), cria uma sombra que permite o aproveitamento do espaço externo, apesar do clima local enfrentar altas temperaturas.

Em sua concepção arquitetônica, os espaços são separados por dois blocos distintos (Figura22). O bloco principal apresenta ambientes de interação e convivência que podem ser abertos ao público. Dentre eles estão o restaurante, bar, área da piscina e salão para os convidados.

O segundo bloco é direcionado a função de spa e contém as salas de terapia e quartos de hospedagem. Nesse conjunto também está o setor infantil, com sala de jogos interna e área kids.



- LEGENDA**
- 01- Triagem das bagagens
 - 02- Lobby dos convidados
 - 03- Lobby
 - 04- Banheiros
 - 05- Restaurante
 - 06- Bar
 - 07- Cozinha
 - 08- Buffet externo
 - 09- Piscina
 - 10- Deck piscina
 - 11- Banheiros piscina
 - 12- Banheiros externos
 - 13- Saguão do elevador
 - 14- Salão interno
 - 15- Banheiros
 - 16- Sala de jogos interna
 - 17- Área kids
 - 18- Área do Spa
 - 19- Quartos de terapia
 - 20- Área de serviço de spa
 - 21- Pátio de serviço

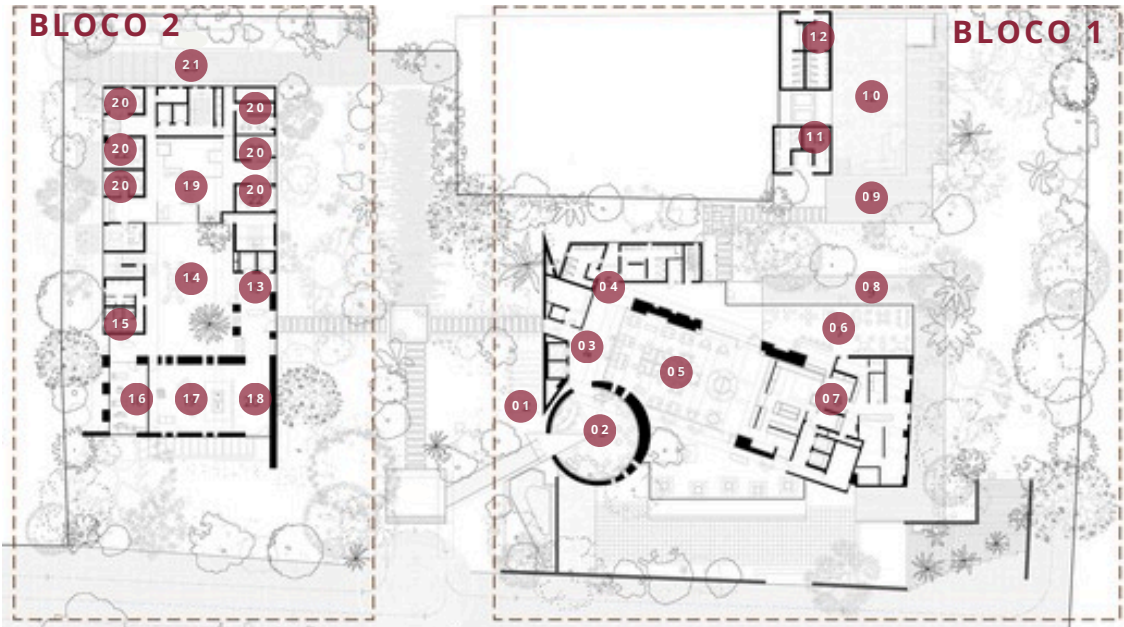


FIGURA 22
FONTE: ARCHDAILY, 2024 (Adaptado)

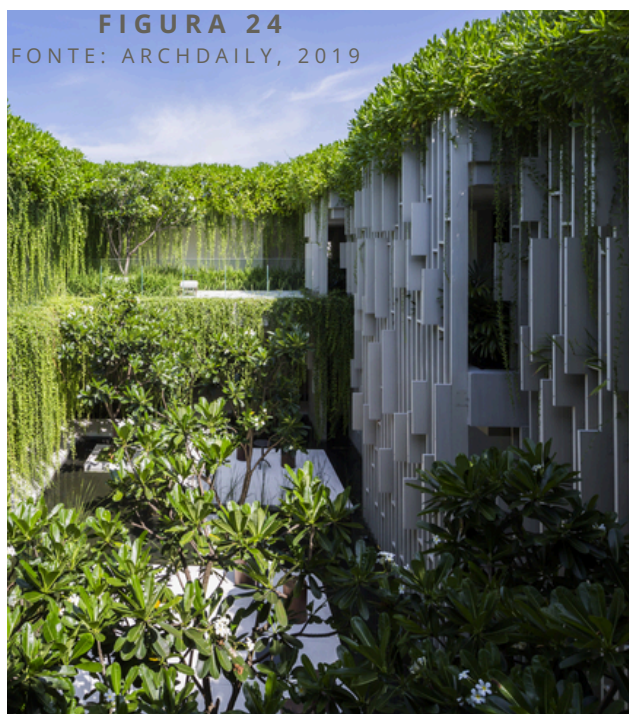
Planta baixa dos blocos.

Dentre as estratégias sugeridas para a implementação do projeto de referência, destaca-se a exploração das características naturais do terreno. As diferentes elevações topográficas permitiram a criação de uma planta de fluxo orgânico com a inserção de pátios escalonados que se conectam com a paisagem.

4.2

Spa Naman

Visualização da fachada posterior do edifício.



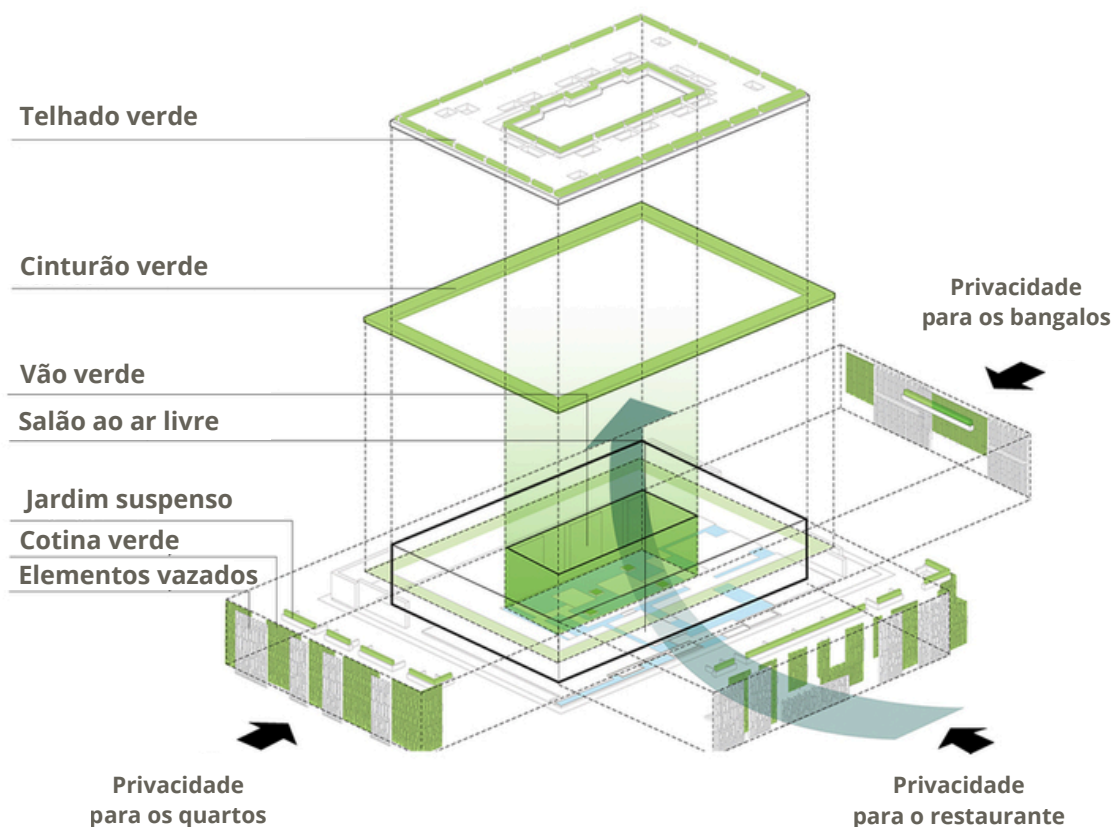
Visualização do jardim interno do edifício.



Visualização da fachada lateral do edifício.

FIGURA 26

FONTE: ARCHDAILY, 2019 (ADAPTADO)



Esquematização de conforto térmico.

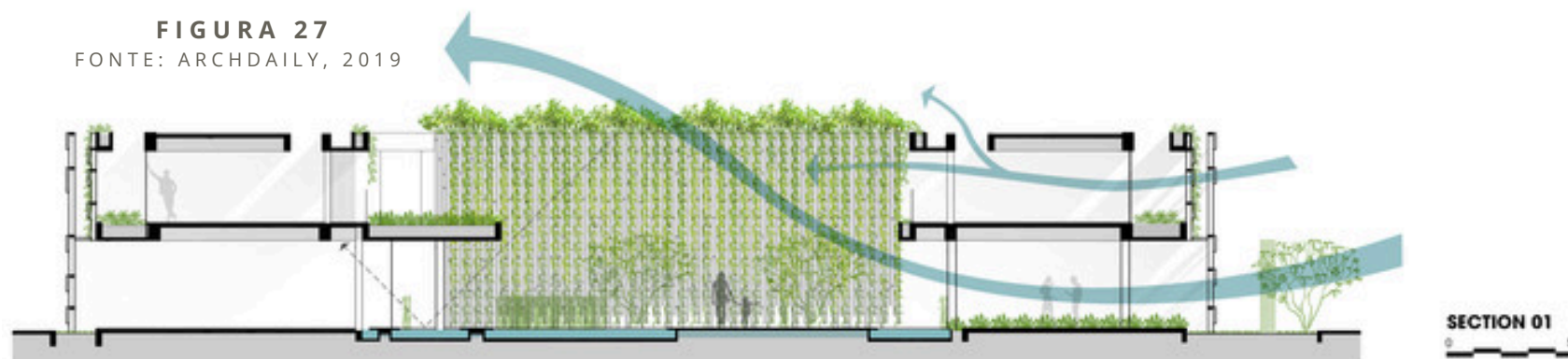
Localizado em Da Nang, no Vietnã, o resort e spa Naman, foi projetado pelo escritório de arquitetura Mia design e finalizado no ano de 2015.

Com uma área de 1.600m², conta com quinze salas de tratamento, academia e ambientes para ioga e meditação. Uma das principais características do edifício é a variedade de espaços abertos compostos por jardins suspensos e espelhos d'água (Figura 23,24 e 25).

Em sua concepção, a ventilação natural foi estabelecida para manter os condicionantes de conforto ambiental no interior do edifício agradáveis. Para isso, os esquemas (Figura 26 e 27) demonstram como a forma projetual e os elementos complementares do espaço garantem que isso ocorra, se apropriando de estratégias como uso do efeito chaminé para a circulação dos ventos e a utilização de vegetação natural.

FIGURA 27

FONTE: ARCHDAILY, 2019



Corte esquemático de conforto térmico.

A conexão entre as diferentes áreas do edifício é feita por corredores de circulação que possuem aberturas ou elementos vazados que conectam o ambiente interno com os jardins, filtrando a luz solar e gerando efeitos de luz e sombra nas paredes. (Figura 28)

Dessa forma, a escolha do Resort e Spa Naman como referência projetual tem-se devido às qualidades adotadas em suas intenções projetuais de conforto ambiental, principalmente nas que se referem ao conforto térmico e luminotécnico, dos quais apresentam soluções criativas e que poderiam se adequar às condições climáticas do sítio designado para este TDAUP.

Além disso, outro fator que se mostrou relevante a medida que estudou-se esta referência, foi como o paisagismo fora concebido no desenho projetual (Figura 29 e 30) se apropriando de estratégias funcionais que também gerassem a identidade estética do edifício, na utilização de aberturas zenitais que criam jardins internos para espaços de convívio permitindo um design interno minimalista para dar destaque a paisagem verde que compõe a edificação.



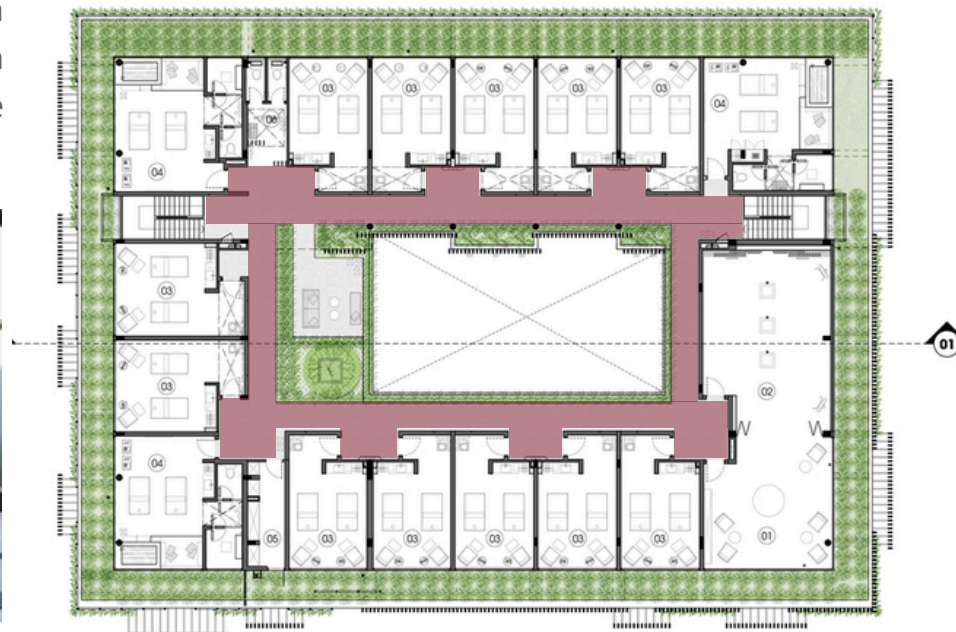
FIGURA 28
FONTE: ARCHDAILY, 2019

Pátio interno do edifício.

FIGURA 29 Planta baixa pavimento térreo.
FONTE: ARCHDAILY, 2019(ADAPTADO)



FIGURA 30 Planta baixa pavimento superior.
FONTE: ARCHDAILY, 2019



■ Circulação integrada aos jardins.

4.3

Resort & Spa Makenna

Visualização do pátio do edifício.



FIGURA 31

FONTE: ARCHDAILY, 2020



FIGURA 32

FONTE: ARCHDAILY, 2020

Visualização da marquise
do edifício.



FIGURA 33

FONTE: ARCHDAILY, 2020

Visualização da varanda coberta
do edifício.

Localizado entre as cidades de Ilhéus e Itacaré, o Resort Makenna se encontra em meio a paisagem da Mata Atlântica em Itacaré no Brasil. Projetado pelo escritório Druker Arquitetura no ano de 2010, a obra é situada em uma reserva florestal e por esse motivo é protegida por entidades como a Unesco e o Ibama, sendo então um alvo de diversas restrições construtivas. Dessa maneira, os edifícios do resort (Figura 34) seguem a seguinte concepção: um clube com um restaurante e salas de lazer (Item 02), um spa (Item 05), 16 chalés (Item 01), Casas completas (Item 03) e um distrito de serviço (Item 04). Para além disso, um aspecto diferencial nesta análise foi como o mesmo se apropriou da paisagem natural como um dos elementos principais na elaboração do seu desenho e forma, sem impactar muito no terreno mas sim, se rendendo às características, condições físicas, topográficas e vegetação no local e entorno como princípios norteadores do projeto.

O projeto segue os princípios do modernismo e, ainda que essa forma se baseie no uso de concreto aparente (Figura 31,32 e 33) que originalmente se contrapõe à natureza, a obra apresenta um conceito de lajes para espaços soltos do terreno, ou seja, sem que haja impacto por movimentação de terra, que criam terraços e lugares de transição entre interior e exterior.

A fim de viabilizar o fluxo de ar, existem aberturas na frente e no fundo controladas por venezianas de madeira com abas moveis (Figura 35) que impactam diretamente no conforto térmico interno sem a necessidade de intervenções artificiais.

Implantação da edificação.

FIGURA 34

FONTE: ARCHDAILY, 2019(Adaptado)

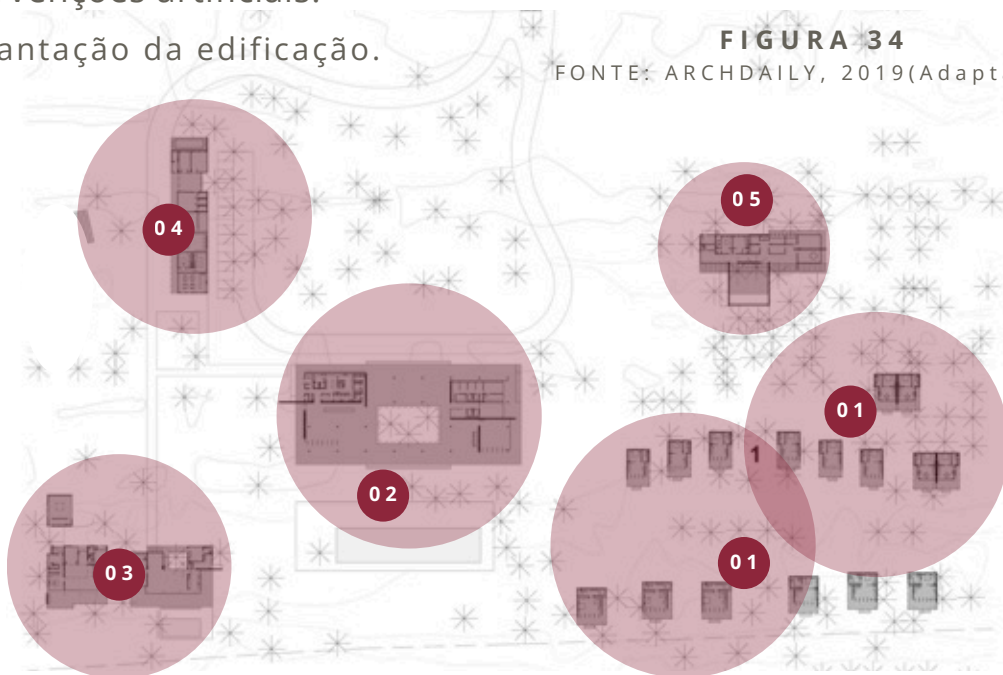
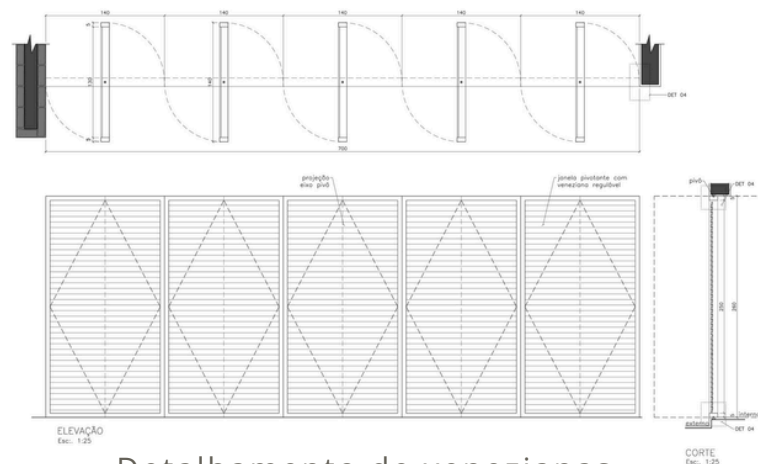


FIGURA 35

FONTE: ARCHDAILY, 2019



Detalhamento de venezianas.

Para os bangalôs do spa e resort, foram concebidas quatro tipologias de plantas (Figura 36), sendo uma delas com acessibilidade (Tipo 01). Todos os quartos possuem vista para o mar (Figura 37) e contam com uma veneziana de parede a parede garantindo a luminosidade e circulação de ar no ambiente.

FIGURA 36

FONTE: ARCHDAILY, 2019 (Adaptado)



Dentre os sucessos analisados neste estudo de caso e considerados como relevantes ao projeto compreendido ao TDAUP, destaca-se como essa obra foi capaz de transformar um território natural em um ambiente arquitetônico, de maneira que se apropriou do espaço gerando uma edificação sem desconsiderar a paisagem natural, contudo utilizou a mesma como fonte das principais intenções projetuais. Dessa forma, o edifício é posto como um encaixe sutil na paisagem (Figura 38), e tido para além de seu uso funcional mas também criando um grande mirante. Atenuando horizontalidade e oferecendo espaços vazados sempre que possível, compondo perspectivas que irão gerar ocasionalmente diversos enquadramentos ao observador.

FIGURA 37

FONTE: ARCHDAILY, 2019



FIGURA 38

FONTE: ARCHDAILY, 2019



4.4

Análise das Referências

Ao realizar a avaliação dos projetos apresentados como estudo de referência a partir do item **4.1**, o **quadro 01** foi elaborado com o intuito de analisar as características que cada edifício propõe.

De forma simplificada, o quadro explora os projetos em formato de tabela relacionando sua localização, área construída, uso e função, programa de necessidades, materiais construtivos e benefícios ambientais.

Quanto às inspirações arquitetônicas, no que se diz respeito ao aproveitamento do terreno, o Radisson, **projeto 01**, tem papel fundamental na compreensão de como a topografia pode ser aliada na adoção de estratégias para elaborar um projeto que valorize as características naturais do local. A proposta demonstra que, ao integrar as variações do relevo, é possível criar ambientes de contemplação e contato com o entorno.

O **projeto 02** destacou-se, como referência na implementação de medidas voltadas a melhoria do conforto térmico da edificação. A adoção de jardins e elementos vazados desempenham um papel fundamental na promoção da circulação de ar e dissipação do calor, o que contribui para ambientes internos mais agradáveis. Além dos benefícios térmicos, o Spa Naman evidência um apelo estético notável, especialmente pelo uso da vegetação suspensa que produz ao edifício uma identidade visual única.

Por fim, o **projeto 03** enfatiza o respeito ao entorno e a paisagem. Apesar da estética modernista da construção, que também será inspiração para a concepção do projeto, ele se integra em harmonia ao ambiente natural preservando os elementos já existentes. Essa preocupação, reflete na responsabilidade social e ambiental na arquitetura contemporânea.

ATRIBUTO	VARIÁVEIS	PROJETO 01	PROJETO 02	PROJETO 03
ESTRUTURA FÍSICA	TÍTULO	RESORT E SPA RADISSON	SPA NAMAN	RESORT E SPA MAKENNA
	SITUAÇÃO ATUAL	ATIVO	ATIVO	ATIVO
	ANO DE CONCLUSÃO	2022	2015	2010
	LOCALIZAÇÃO	NONAVALA - ÍNDIA	DA NANG - VIETNÃ	ITACARÉ - BRASIL
	ÁREA DO PROJETO (M²)	11.148m²	1.600m²	6.770m²
	PARTIDO ARQUITETÔNICO	SPA E HOTELARIA	SPA E HOTELARIA	SPA, RESTAURANTE E HOTELARIA
	AMBIENTES PROJETADOS	PÁTIOS INTERNOS E EXTERNOS, RESTAURANTES, SANITÁRIOS, ÁREAS PARA LAZER, ACADEMIA, DORMITÓRIOS	JARDINS INTERNOS, RESTAURANTE, SANITÁRIOS, ÁREAS PARA LAZER, ACADEMIA, DORMITÓRIOS	ESPAÇOS DE CONVIVÊNCIA, SANITÁRIOS, ÁREAS PARA LAZER, ACADEMIA, BANGALOS
	MATERIAIS / SISTEMAS CONSTRUTIVOS	BASALTO NEGRO E MADEIRA	VIDRO, AÇO E CONCRETO	CONCRETO, VIDRO, MADEIRA E PEDRA
	BENFÍCIOS AMBIENTAIS	PRESERVAÇÃO DA BIODIVERSIDADE LOCAL E CONFORTO TÉRMICO	MELHORIA NA QUALIDADE DE VIDA E CONFORTO TÉRMICO	PRESERVAÇÃO DA BIODIVERSIDADE LOCAL
	INSTRUMENTOS COMPLEMENTARES	PÁTIO ABERTO AO PÚBLICO	JARDINS SUSPENSOS	BANGALÔS
	ENTORNO	COMERCIAL E RESIDENCIAL	COMERCIAL E RESIDENCIAL	MATA ATLÂNTICA

C A P Í T U L O 05

Condicionantes do Projeto

05

5.1

Aspectos Urbanos

FIGURA 39
FONTE: AUTORAL

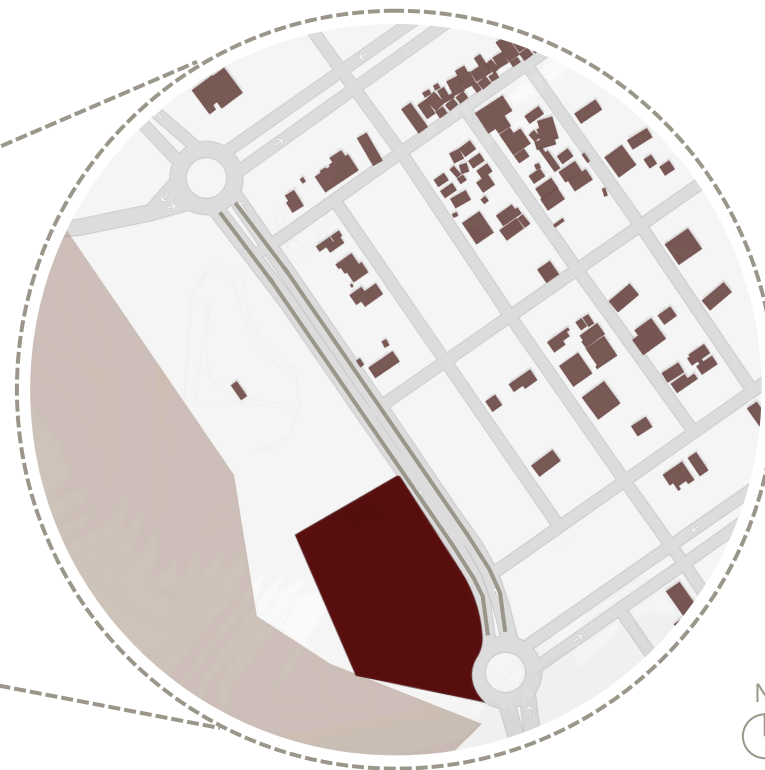
Mapa de localização I

5.2. Localização e terreno

O terreno escolhido está situado na cidade de Primavera do Leste no estado de Mato Grosso. Localiza-se no bairro Jardim Europa e tem acesso pela avenida Dom Sebastião Figueiredo, conforme a figura 40 abaixo.

A área de intervenção possui 21.285,77m² e contorna a rotatória que fica em frente ao lote.

FIGURA 40
FONTE: AUTORAL



LEGENDA

AV. DOM SEBASTIÃO
FIGUEIREDO

Mapa de localização II

5.2. Escolha do terreno

A escolha da localização do terreno para a implementação do projeto, ocorreu em razão do planejamento e desenvolvimento do bairro jardim Europa. O foco do empreendimento do logradouro é oferecer aos moradores uma infraestrutura completa de lazer e qualidade de vida, além de ter acesso facilitado ao centro da cidade, dispensando a necessidade de contorno por outros bairros. A edificação ficará bem localizada e com fácil acesso por toda a cidade, trazendo ao bairro investimento e valorização almejados.

FIGURA 41
FONTE: AUTORAL



Mapa de entorno

5.3. Entorno

O terreno é envolto por uma área de APP (Área de preservação Permanente) como é possível observar na figura 41, e fica situado ao lado do **Parque Jardim Europa**, que conta com um lago e um amplo espaço de lazer e contemplação aos moradores da região. O seu entorno é de predominância residencial e apesar de estar em constante desenvolvimento, possui alto potencial de área construtiva.

5.4. Uso do solo

Segundo o zoneamento urbano do município, o terreno está localizado em uma Zona Corredor de Tráfego 1 (**ZCTR-1**) conforme o quadro 02 abaixo.

Índices da zona		Quadro 02	
C. de ocupação (CO)	C. Vegetal Paisagística (CVP)	Cobertura Vegetal Arbórea	Coefficiente de permeabilidade
0,75	0,20	0,05	0,25
P. Construtivo (PC)	L. de Adensamento (LA)	P. Construtivo Excedente	Gabarito de Altura
3	6	3	-

Índices do terreno		Quadro 03	
C. de ocupação (CO)	C. Vegetal Paisagística (CVP)	Cobertura Vegetal Arbórea	Coefficiente de permeabilidade
2.874,09m² (13,38%)	4.480m² (18,79%)	4.000m² (18,79%)	8.480,00m² (39,84%)
P. Construtivo (PC)	L. de Adensamento (LA)	P. Construtivo Excedente	Gabarito de Altura
63.857,31m²	0,133755	63.857,31m²	-

5.5. Redes de Infraestrutura

5.5.1. Iluminação

Em 2024 o bairro Jardim Europa participou do programa de modernização municipal de iluminação pública 100% LED (Figura 42), e a manutenção diária dos postes e equipamentos de iluminação ocorre por meio da prefeitura da cidade.



5.5.2. Água

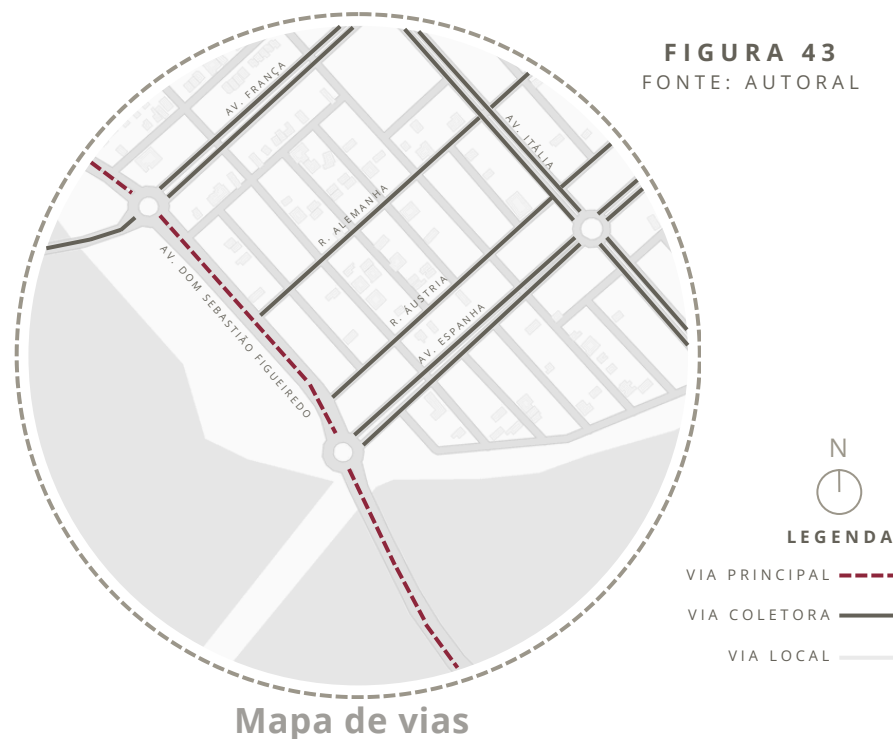
Segundo o **SNIS** (Sistema Nacional de Informações sobre Saneamento) 2022, a região do bairro Jardim Europa tal como toda a cidade de Primavera do Leste, recebem o abastecimento de água pela empresa **águas de Primavera LTDA**.

5.5.3. Energia

Na região do terreno escolhido, a distribuição de energia é realizada pela Energisa Mato Grosso - Distribuidora de Energia S.A. Na cidade de Primavera do Leste, o grupo Energisa conta com uma estrutura moderna e tecnológica, incluindo um sistema de subestação digital de distribuição.

5.6 Vias

O bairro possui planejamento a respeito da infraestrutura viária. A avenida Dom Sebastião Figueiredo como observado abaixo na figura 43, é classificada como **via principal**, e conta com ciclovia em todo seu percurso, assim como as **vias coletoras** Av. Fraça e Av. Espanha.



5.7. Vegetação existente

O terreno é pouco coberto por vegetação rasteira, conforme as figuras 44 e 45. Para o projeto, propõe-se a implementação de um plano paisagístico complementar, com vegetação arbórea a fim de contribuir para o sombreamento das áreas externas e proteger a área de APP (Área de preservação Permanente) que fica na parte posterior ao lote.

5.8. Levantamento Planialtimétrico

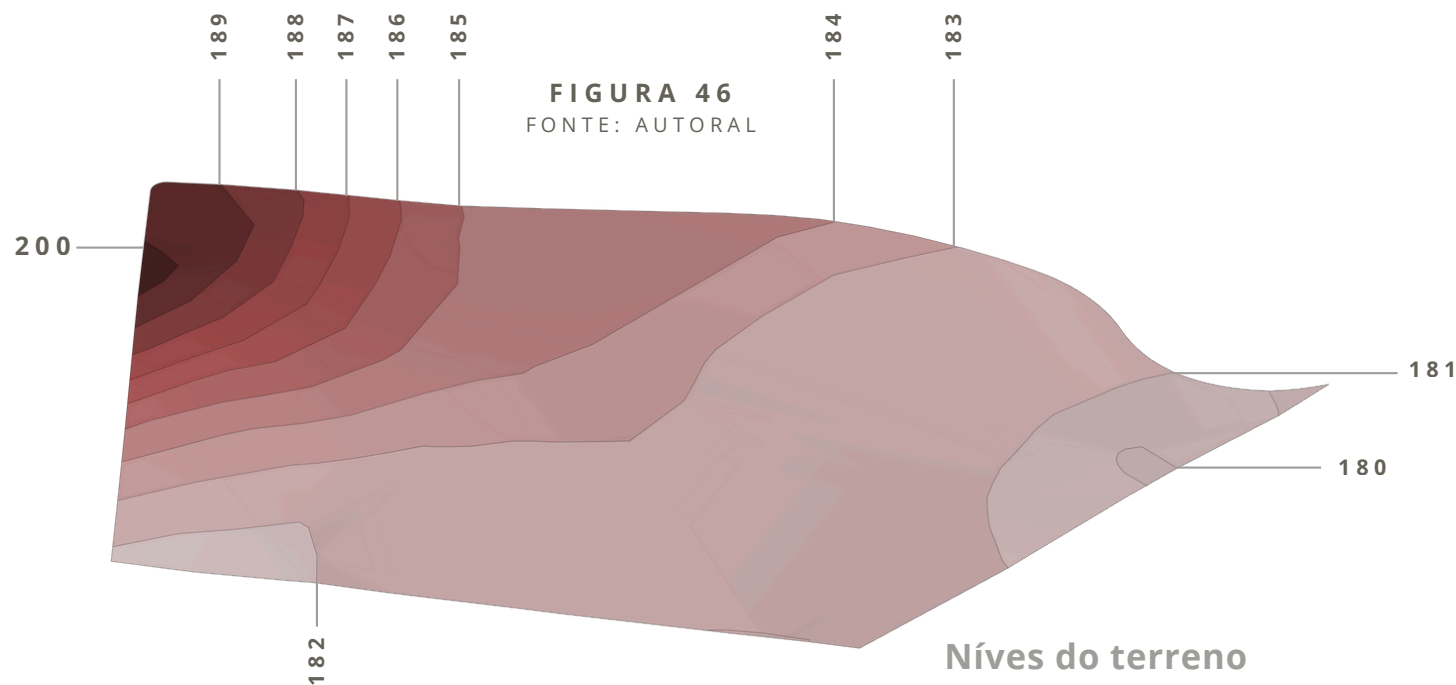
Ao analisar os dados topográficos da área de intervenção, obtidos por meio do site Google Earth, verificou-se que o terreno apresenta desníveis suaves em sua maior parte, porém há uma maior concentração de declividade próxima à Avenida de acesso Dom Sebastião Figueiredo.

Na figura 46, observa-se que os níveis mais altos e de maior inclinação estão concentrados na porção frontal esquerda do terreno (185,186,187,188,189,200) enquanto as curvas de menor nível e maior espaçamento (180,181,182,183,184) localizam-se na parte frontal direita e na área posterior do lote.

Imagem do terreno I

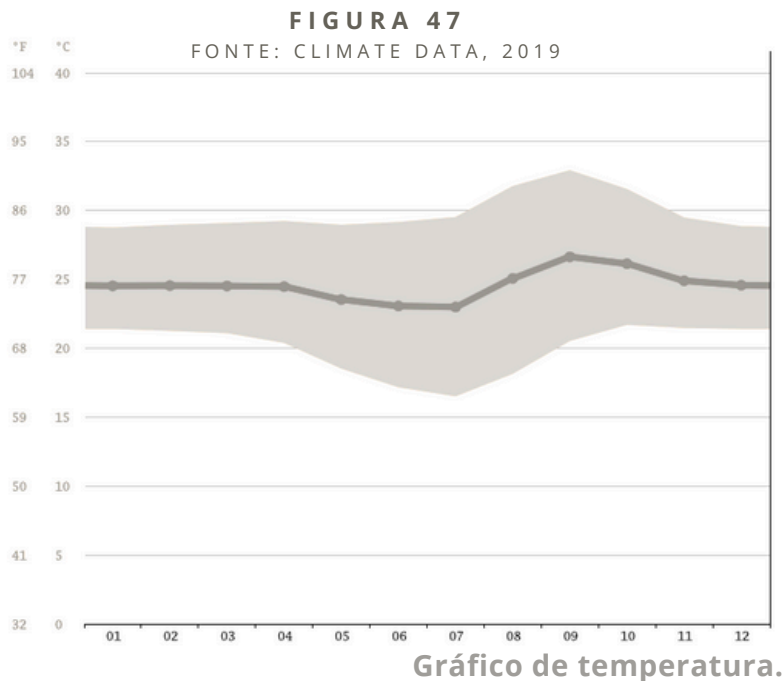


Imagem do terreno II



5.9. Clima

A cidade de Primavera do Leste apresenta clima de natureza tropical (Climate Data, 2019). O gráfico abaixo na figura 47 indica a variação das temperaturas ao longo dos meses de janeiro a dezembro, sendo setembro o mês com as temperaturas mais elevadas, registrando uma média de 26,6 °C. Já o mês mais frio é julho, com média de 23,0 °C.



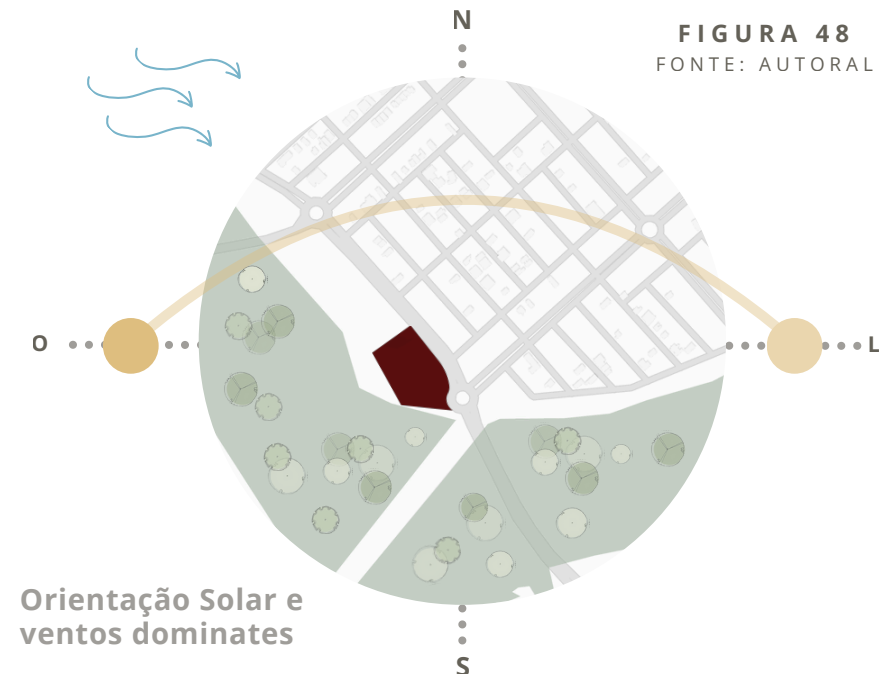
5.10. Ventos dominantes

Ao considerar a região de Primavera do Leste e sua localização em baixa latitude, observa-se que os ventos predominantes, conforme as variações sazonais ao longo do ano, sopram predominantemente do noroeste (Windy, 2025).

5.11. Orientação Solar

Na região de Primavera do Leste, são registradas aproximadamente 3.398,08 horas de luz solar ao longo do ano. O mês com menor incidência solar é janeiro, apresentando uma média de 8,94 horas de sol por dia, enquanto setembro registra a maior média, com cerca de 10,24 horas diárias de insolação.

Conforme ilustrado na figura 48 e considerando o nascer do sol a leste, a fachada frontal e a lateral direita da edificação receberão a incidência solar da manhã. Já o sol da tarde incidirá sobre a fachada posterior e lateral esquerda, onde será necessário o uso de artifícios térmicos para amenizar os efeitos da radiação solar.



5.11. Acessos e fluxos

O terreno escolhido possui acesso único pela Avenida Dom Sebastião Figueiredo, a qual apresenta tráfego moderado, pois faz a ligação entre o bairro Jardim Europa e o centro da cidade.

Todos os acessos do projeto proposto também se dão por essa via, uma vez que a avenida oferece facilidade de circulação para pedestres, contando com pistas de caminhada, ciclovias e faixas amplas para veículos.

Além disso, há facilidade de conexão entre a via de acesso, classificada como via principal, e as demais regiões da cidade, contando ainda com acesso direto à rodovia MT-130, uma importante estrada do estado de Mato Grosso.

C A P Í T U L O 06

Sobre o **Projeto**

06

6.1 Programa de necessidades e pré-dimensionamento

A elaboração do programa de necessidades foi realizada por meio da análise de projetos de referência mencionados no **Capítulo 4**, bem como de trabalhos de conclusão de curso em Arquitetura e Urbanismo voltados para o mesmo tema. A partir do estudo desses materiais, foram identificados setores e ambientes essenciais para o bom funcionamento do AURA Spa.

Seguindo uma lógica semelhante, mas adaptada à realidade e às demandas locais, o projeto foi estruturado nos seguintes setores: **setor clínico, setor de spa, setor de serviços, setor de restaurante, setor recreativo e setor hoteleiro.**

Nos ambientes internos, a proposta buscou estabelecer uma conexão com o exterior. As salas foram projetadas para promover a integração entre os espaços, utilizando grandes vãos de portas e janelas que permitem a entrada de luz natural e a visualização da paisagem.

A área externa foi planejada para proporcionar convivência e lazer aos hóspedes e pacientes, considerando a importância do contato entre o ser humano e a natureza. Assim, foram criados espaços de contemplação e atividades ao ar livre, com áreas de descanso, áreas verdes e pista de caminhada.

As etapas de pré-dimensionamento seguiram a mesma lógica adotada no desenvolvimento do programa de necessidades. Na elaboração do layout e da planta baixa,

foram pesquisadas as dimensões e o mobiliário adequado para cada ambiente, garantindo funcionalidade e conforto aos espaços projetados.

A respeito do número de ambientes, considerou-se que o fluxo de pessoas seria moderado, sem apresentar picos de ocupação. Dessa forma, não se fez necessária a criação de um grande número de quartos de hospedagem, uma vez que nem todos os pacientes terão essa necessidade.

Quanto ao restaurante, este foi projetado com maior flexibilidade de fluxo, pois contará com acesso independente ao público externo, permitindo o uso tanto por hóspedes quanto por visitantes.

SETOR	PROGRAMA DE NECESSIDADES E PRÉ- DIMENSIONAMENTO - QUADRO 04					
SETOR CLÍNICO	AMBIENTE	ATIVIDADES	EQUIPAMENTOS/ MOBILIÁRIOS	QUANTIDADE	ÁREA UNITARIA	ÁREA TOTAL
	RECEPÇÃO/HALL	RECEPÇÃO DE SEUS USUÁRIOS (HOSPEDES/ PACIENTES)	SOFÁ, POLTRONA, BALCÃO DE RECEPÇÃO, MESA DE CENTRO	01	17,28m²	17,28m²
	CONSUTÓRIO	CONSULTAS E AVALIAÇÕES	MESA, CADEIRAS E MACA	02	12.49m²	24.98m²
	SALA DE MEDICAÇÃO	MEDICAÇÕES E REPOUSO	POLTRONAS DE MEDICAÇÃO	01	18.05m²	18.05m²
	SALA DE COLETA	COLETA DE EXAMES	POLTRONAS E MESAS DE APOIO	01	10.37m²	10.37m²
	ADMINISTRAÇÃO	ORGANIZAÇÃO DE DOCUMENTOS E CONTRATOS	MESAS, CADEIRAS, ARMÁRIOS	01	22,25m²	22,25m²
	WC MASCULINO	USO PESSOAL	BANCADAS, BACIAS SANITÁRIAS, LAVATÓRIOS	01	17.74m²	17.74m²
	WC FEMININO	USO PESSOAL	BANCADAS, BACIAS SANITÁRIAS, LAVATÓRIOS	01	17.74m²	17.74m²
	WC PCD	USO PESSOAL	BANCADAS, BACIAS SANITÁRIAS, LAVATÓRIOS,BARRAS	02	3.24m²	6.48m²
	SALA DE TERAPIA	SESSÕES DE TERAPIA	MESAS, CADEIRAS, SOFÁS	02	17.75m²	35.5m²
ÁREA TOTAL: 170.39m²						

SETOR	PROGRAMA DE NECESSIDADES E PRÉ- DIMENSIONAMENTO - QUADRO 05					
SETOR DE SPA	AMBIENTE	ATIVIDADES	EQUIPAMENTOS/ MOBILIÁRIOS	QUANTIDADE	ÁREA UNITARIA	ÁREA TOTAL
	SALA DE MASSAGEM	SERIÇOS DE MASSAGEM CORPORAL	MACA, BANCADA DE APOIO	03	19,76m²	59,28m²
	SALA DE SHIATSU	TERAPIA CORPORAL	MACA, BANCADA DE APOIO	01	19,76m²	19,76m²
	SALA DE ESCALDA PÉS	SERIÇOS DE MASSAGEM E TERAPIA NOS PÉS	POLTRONA, BANCADA DE APOIO	01	19,76m²	19,76m²
	SALA DE HIDROTERAPIA	SERVIÇOS DE HIDROMASSAGEM	BANHEIRA DE HIDROMASSAGEM	02	19,76m²	39.52m²
	SALA DE DUCHA	SERVIÇOS COM BANHOS TERAPÊTICOS	CHUVEIRO	02	14.90m²	29,80m²
	WC DE APOIO	USO PESSOAL	BANCADAS, BACIAS SANITÁRIAS, LAVATÓRIOS	08	3.30m²	26.40m²
ÁREA TOTAL: 194.52m²						

SETOR	PROGRAMA DE NECESSIDADES E PRÉ- DIMENSIONAMENTO - QUADRO 06					
SETOR DE SERVIÇOS	AMBIENTE	ATIVIDADES	EQUIPAMENTOS/ MOBILIÁRIOS	QUANTIDADE	ÁREA UNITARIA	ÁREA TOTAL
	ESPAÇO DML/LAVANDERIA	LAVAR ROUPAS, GUARDAR UTENSÍLIOS	MÁQUINA DE LAVAR, TANQUE, ARMÁRIO	01	9.68m²	9.68m²
	ROUPARIA	ARMAZENAR ROUPAS SUJAS E LIMPAS	ARMÁRIOS E CESTOS	01	9.68m²	9.68m²
	LAVABO DE APOIO FUNC.	USO PESSOAL	BACIA SANITÁRIA, BANCADA, LAVATÓRIO	02	2.80m²	5.60m²
	ÁREA DE SERVIÇO	LAVAR ROUPAS, GUARDAR UTENSÍLIOS	MÁQUINA DE LAVAR, TANQUE, ARMÁRIO	01	12,00m²	12,00m²
	SALA DE APOIO FUNCIONÁRIOS	DESCANSAR E FAZER REFEIÇÕES	SOFÁ, GELADEIRA, BANCADA, MESA, FOGÃO, PIA, TV,CADEIRAS	01	21.22m²	21.22m²
	QUARTO APOIO FUNCIONÁRIOS	DORMIR, TROCAR DE ROUPAS	CAMA, ARMÁRIOS, MESA DE CABECEIRA	02	7.19m²	14.38m²
	WC APOIO FUNCIONÁRIOS	USO PESSOAL	BANCADAS, BACIAS SANITÁRIAS, LAVATÓRIOS	02	4.97m²	9.94m²
ÁREA TOTAL: 82.50m²						

SETOR	PROGRAMA DE NECESSIDADES E PRÉ- DIMENSIONAMENTO - QUADRO 07					
SETOR DE RESTAURANTE	AMBIENTE	ATIVIDADES	EQUIPAMENTOS/ MOBILIÁRIOS	QUANTIDADE	ÁREA UNITARIA	ÁREA TOTAL
	SALÃO DO RESTAURANTE	SERVIR REFEIÇÕES	BALCÃO DE SERVIR, MESAS E CADEIRAS	01	462.62m²	462.62m²
	WC MASCULINO	USO PESSOAL	BACIA SANITÁRIA, BANCADA, LAVATÓRIO	01	15.89m²	15.89m²
	WC FEMININO	USO PESSOAL	BACIA SANITÁRIA, BANCADA, LAVATÓRIO	01	15.89m²	15.89m²
	WC PCD	USO PESSOAL	BACIA SANITÁRIA, BANCADA, LAVATÓRIO,BARRAS	02	3.24m²	6.48m²
	COZINHA	PREPARAR E ARMAZENAR REFEIÇÕES	GELADEIRA, FOGÃO, ARMÁRIOS, PIAS, BANCADAS,FORNOS	01	39.51m²	39.51m²
	ÁREA DE LAVAGEM	LAVAR ALIMENTOS	BANCADA E PIA	01	4.36m²	4.36m²
	FREEZER	CONSERVAR ALIMENTOS	PRATELEIRAS	01	4.41m²	4.41m²
	ÁREA TOTAL: 549.16m²					

SETOR	PROGRAMA DE NECESSIDADES E PRÉ- DIMENSIONAMENTO - QUADRO 08					
SETOR RECREATIVO	AMBIENTE	ATIVIDADES	EQUIPAMENTOS/ MOBILIÁRIOS	QUANTIDADE	ÁREA UNITARIA	ÁREA TOTAL
	SALA DE JOGOS	JOGOS DE SINUCA, JOGO DE XADREX, JOGO DE PEBOLIM	JOGOS EM GERAL	01	77.64m²	77.64m²
	SALA DE ARTESANATO	OFICINA DE CERÂMICA, OFICIA DE ARTES, PINTURA	BANCADA,LAVATÓRIO,BAN QUETAS, QUADROS,CAVALETES	01	77.64m²	77.64m²
	ACADEMIA	EXERCICÍOS FÍSICOS	APARELHOS DE ACADEMIA	01	122.43m²	122.43m²
	PILATES	EXERCICÍOS FÍSICOS	APARELHOS DE PILATES	01	122.43m²	122.43m²
	SAUNA	TRATAMENTO DE CALOR	BANCOS	01	21.45m²	21.45m²
	ÁREA TOTAL: 421.59m²					

SETOR	PROGRAMA DE NECESSIDADES E PRÉ- DIMENSIONAMENTO - QUADRO 09					
SETOR HOTELEIRO	AMBIENTE	ATIVIDADES	EQUIPAMENTOS/ MOBILIÁRIOS	QUANTIDADE	ÁREA UNITARIA	ÁREA TOTAL
	QUARTO TIPO 1	ESPAÇO PARA REPOUSO	CAMA, MESA DE CABECEIRA, TV, ARMÁRIO	03	20.46m²	61.38m²
	WC	USO PESSOAL	BACIA SANITÁRIA, BANCADA, LAVATÓRIO	08	8.39m²	67.12m²
	QUARTO TIPO 2	ESPAÇO PARA REPOUSO	CAMA, MESA DE CABECEIRA, TV, ARMÁRIO	04	20.46m²	81.84m²
	SUÍTE MASTER	ESPAÇO PARA REPOUSO	CAMA, MESA DE CABECEIRA, TV, ARMÁRIO	01	65.92m²	65.92m²
	VARANDA	DESCANSAR, RELAXAR	-	09	7.20m²	64.80m²
	QUARTO TIPO PCD	ESPAÇO PARA REPOUSO	CAMA, MESA DE CABECEIRA, TV, ARMÁRIO, BARRAS	01	20.46m²	20.46m²
	WC PCD	USO PESSOAL	BACIA SANITÁRIA, BANCADA, LAVATÓRIO,BARRA	01	8.39m²	8.39m²
	ÁREA TOTAL: 369.91m²					

SETOR	PROGRAMA DE NECESSIDADES E PRÉ- DIMENSIONAMENTO - QUADRO 10			
CIRCULAÇÕES	AMBIENTE	QUANTIDADE	ÁREA UNITÁRIA	ÁREA TOTAL
	ELEVADOR SOCIAL	02	3.57m²	7.14m²
	ELEVADOR DE SERVIÇO	01	3.57m²	3.57m²
	ESCADA DE EMERGÊNCIA	01	35.67m²	35.67m²
	ESCADA COMUM	02	8.99m²	17.98m²
ÁREA TOTAL: 64.36m²				

SETOR	PROGRAMA DE NECESSIDADES E PRÉ- DIMENSIONAMENTO - QUADRO 11					
EXTERNO	AMBIENTE	ATIVIDADES	EQUIPAMENTOS/ MOBILIÁRIOS	QUANTIDADE	ÁREA UNITARIA	ÁREA TOTAL
	DECK	PISCINA, HIDROMASSAGEM E FIREPLACE	MOBILIÁRIO EXTERNO, SOFÁS, ESPREGUIÇADEIRAS, REDES, MESAS E CADEIRAS	01	580.02m²	580.02m²
	PRAÇA EXTERNA	DESCANSO, LAZER, JOGOS ESPORTIVOS	BANCOS E QUADRAS EXPORTIVAS	01	2.355.82m²	2.355.82m²
ÁREA TOTAL: 2.935.84m²						

PROGRAMA DE NECESSIDADES E PRÉ- DIMENSIONAMENTO - QUADRO 12		
ÁREA TOTAL	EDIFICAÇÃO A	2 PAVIMENTOS
	EDIFICAÇÃO B	1 PAVIMENTO
	EDIFICAÇÃO C	1 PAVIMENTO

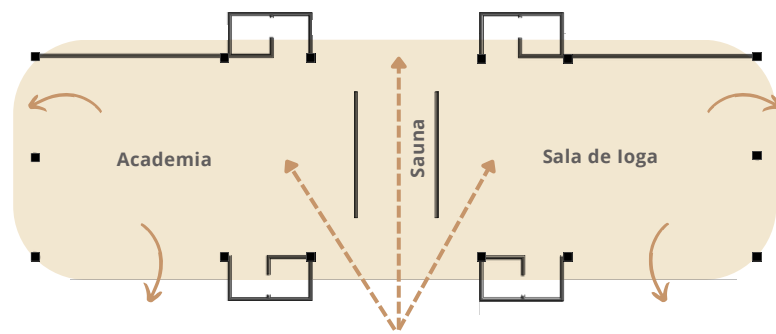
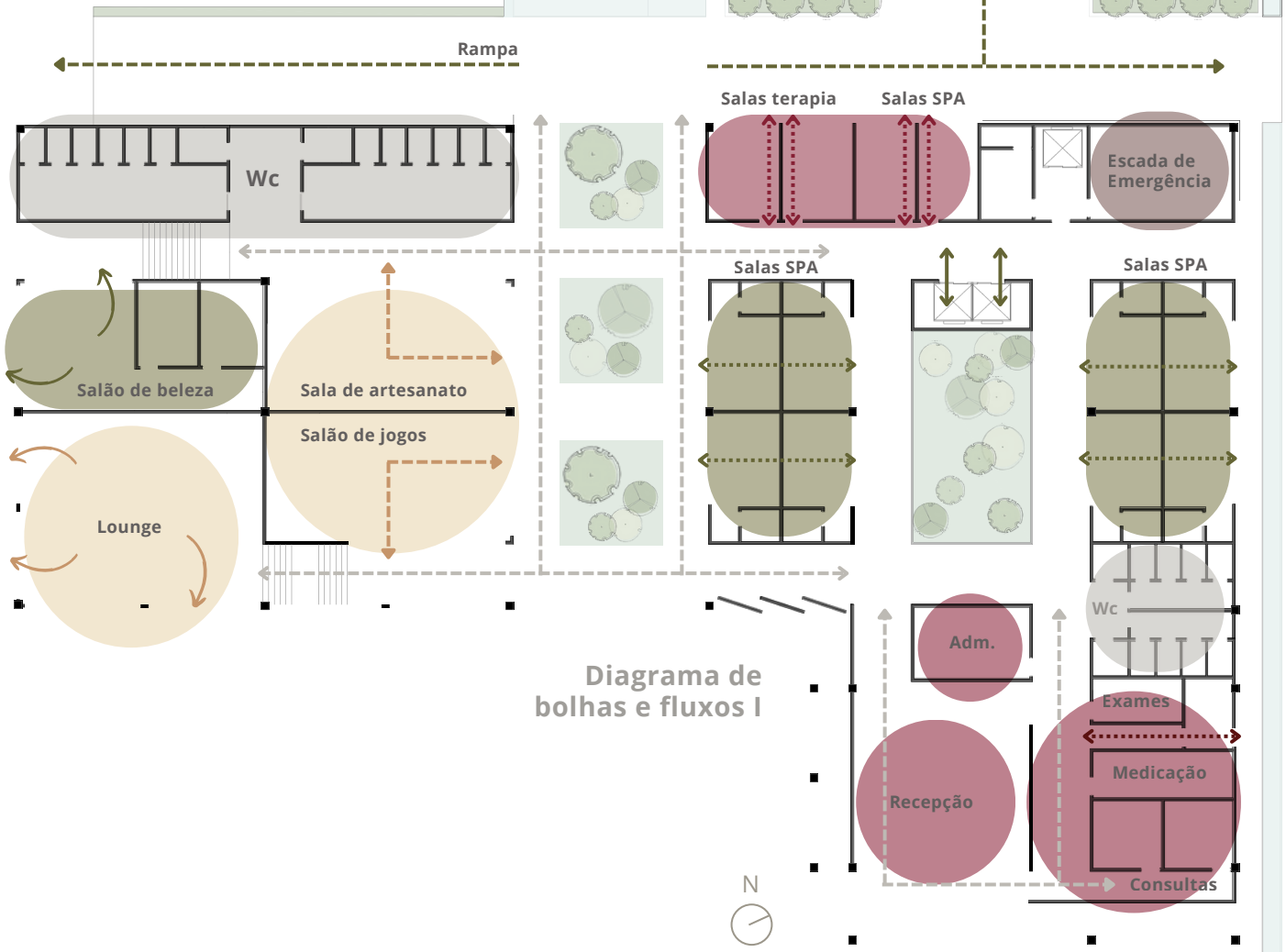


FIGURA 49
FONTE: AUTORAL

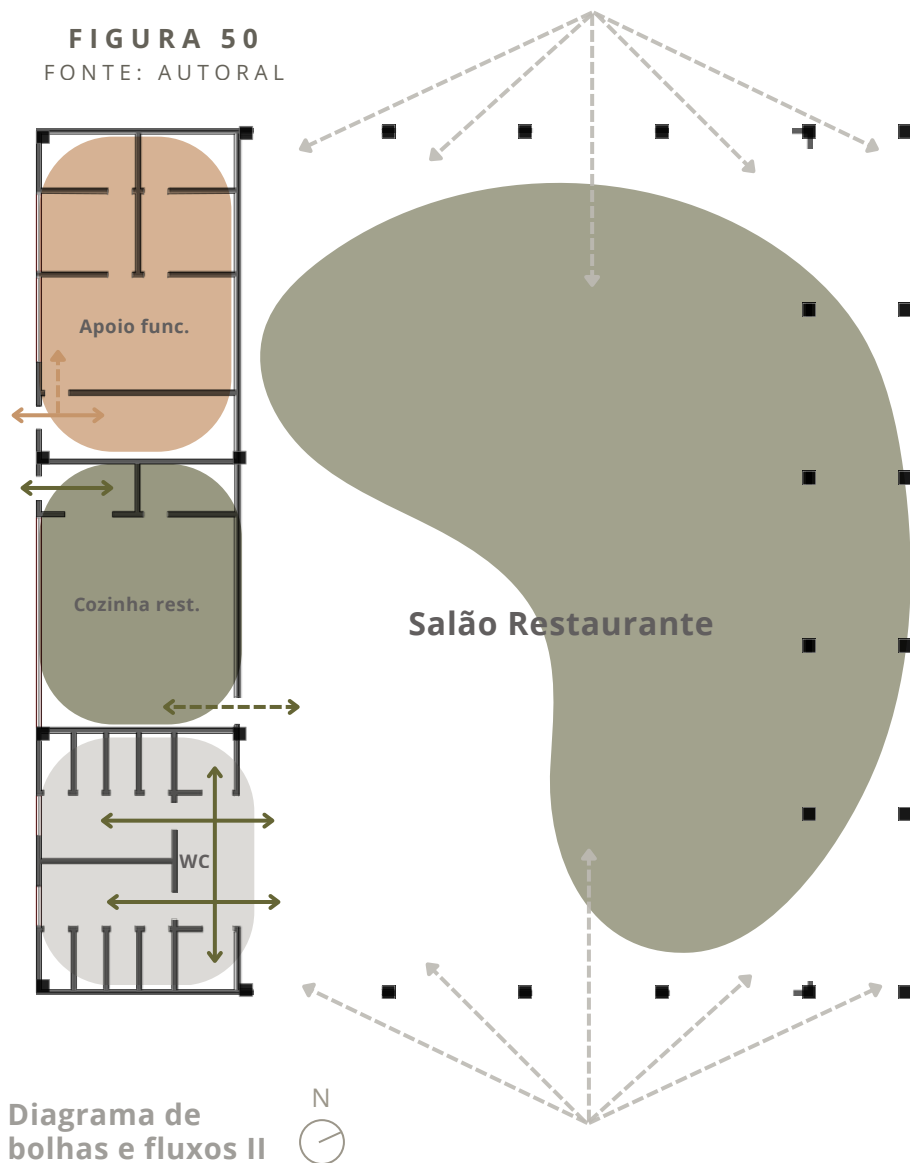


6.2 Diagrama de bolhas & fluxos

LEGENDA

- SETOR DE SPA
- SETOR DE CLÍNICA
- SETOR RECREATIVO
- CIRCULAÇÃO
- BANHEIROS

FIGURA 50
FONTE: AUTORAL



6.2 Diagrama de bolhas & fluxos

LEGENDA

SETOR DE RESTAURANTE ■

SETOR DE SERVIÇO ■

SETOR HOSPEDAGEM ■

CIRCULAÇÃO ■

BANHEIROS ■

FIGURA 51
FONTE: AUTORAL

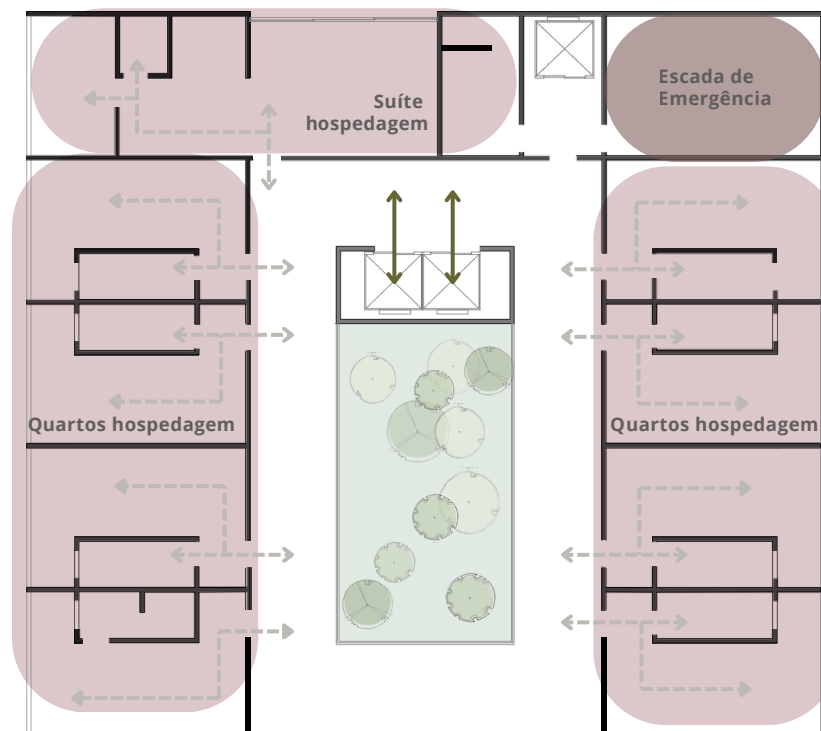


Diagrama de bolhas e fluxos III

6.3 Público alvo

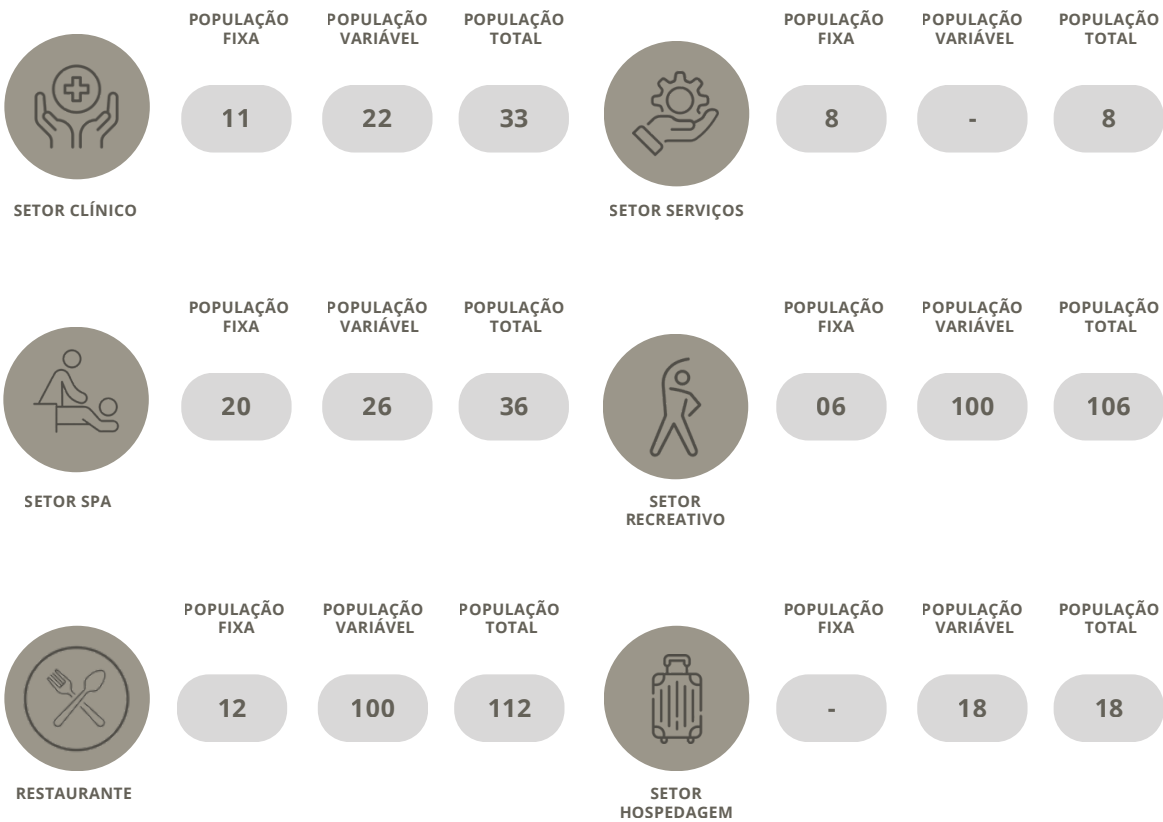
A edificação proposta tem como objetivo atender um público que busca cuidados com a saúde, a mente e o corpo, além de pessoas que almejam por momentos de lazer e descanso sem precisar sair da cidade.

FIGURA 52
FONTE: AUTORAL



Público alvo.

6.4 População fixa e variável



Variável da população.

FIGURA 53
FONTE: AUTORAL

6.5 Tecnologias e instrumentos projetuais

O projeto foi desenvolvido com base no sistema construtivo convencional em alvenaria, escolhido por sua alta durabilidade, resistência e facilidade de manutenção.

Mantendo o mesmo princípio de qualidade e eficiência, os acabamentos utilizados na fachada empregam materiais metálicos de alta tecnologia, resistentes à corrosão e às intempéries. Esses materiais recebem uma pintura realista texturizada que reproduz o aspecto da madeira natural, garantindo uma estética sofisticada e acolhedora, sem abrir mão da durabilidade e da sustentabilidade.

Essa combinação de soluções construtivas e visuais trazem à edificação uma identidade marcante, unindo modernidade e eficiência.

6.6 Conceito

A principal intenção ao projetar o espaço proposto é promover um equilíbrio e uma conexão entre os ambientes internos e externos da edificação. Busca-se incorporar elementos, formas e texturas capazes de despertar sensações que contribuam para o bem-estar e o desenvolvimento pessoal de cada paciente.

Para isso, os principais conceitos que orientaram a concepção do projeto são **Conexão**, **Acolhimento** e **Interação**.

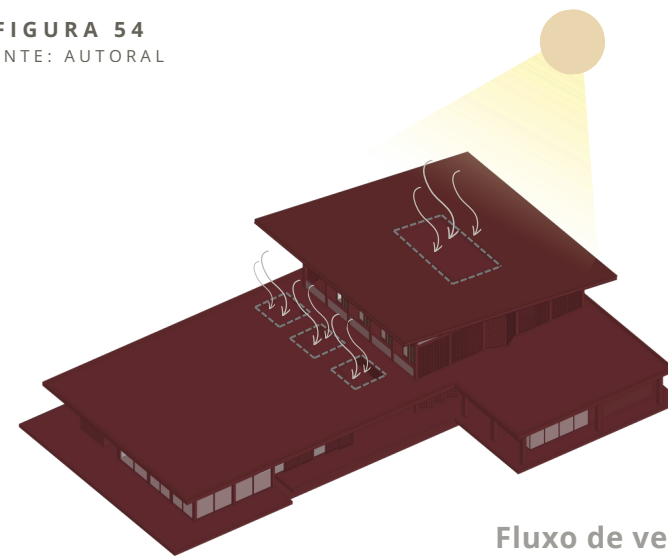
A conexão com a natureza é obtida por meio da integração entre os ambientes; o acolhimento e o aconchego são transmitidos pela escolha de mobiliários, materiais e acabamentos; e a interação é estimulada através das áreas de lazer e dos espaços destinados a atividades coletivas.

6.7 Partido Arquitetônico

Com os conceitos do projeto definidos, passou-se à fase de partido projetual. Iniciou-se, então, a definição dos fluxos de setorização, da implantação e dos ambientes, em paralelo ao estudo da forma do edifício.

Como mostra a Figura 54, o formato em “L” surgiu como um facilitador do conceito de interação e conexão entre os ambientes. A partir desse formato, desenvolveu-se também a ideia de uma planta de conceito “aberto”, com aberturas zenitais, que possibilita um fluxo de circulação contínuo pelo edifício, favorecendo a ventilação cruzada e a iluminação natural.

FIGURA 54
FONTE: AUTURAL



Fluxo de ventilação e
iluminação.

6.8 Estudo Preliminar Projetual

Na etapa de estudo preliminar projetual, a principal premissa foi conferir volume, identidade e personalidade à fachada. Seguindo esse princípio, os diferentes níveis do terreno, além de contribuírem para a setorização e a organização dos fluxos do complexo, também auxiliaram na criação do dinamismo e do movimento desejados para a edificação.

Em etapas posteriores do estudo, buscou-se incorporar uma estética campestre a edificação, nas áreas do spa e do restaurante. Para isso, foram adotadas coberturas sobrepostas, que além de reforçarem o conceito estético, contribuíram para a imponência da fachada principal, estabelecendo uma relação harmônica entre forma, função e integração com o entorno natural.

C A P Í T U L O 07

Ensaaios Gráficos

07

7.0

Ensaios Gráficos

FIGURA 55
FONTE: AUTORAL



ÁRVORE IPÊ



ÁRVORE
PAU TERRA



ÁRVORE
PEQUENA



ÁRVORE
BARUZEIRO

Vegetações escolhidas.

7.1 Implantação

Devido ao fato de a Avenida Dom Sebastião Figueiredo ser a única via de acesso ao lote, as entradas da edificação foram organizadas em uma única portaria, que possui dois lados: um voltado para hóspedes e visitantes, e o outro destinado aos prestadores de serviços.

Seguindo o acesso de serviço pela portaria, ao lado esquerdo do restaurante, concentra-se a área de carga e descarga, que dispõe de duas vagas para caminhões e sete vagas destinadas aos demais veículos de funcionários e prestadores.

Quanto ao estacionamento de hóspedes e visitantes, este se localiza à direita da portaria e conta com 36 vagas, sendo duas delas acessíveis. Para maior conforto dos usuários, o estacionamento é envolto por canteiros e vegetações que proporcionam sombreamento.

À direita da edificação está situada a área de lazer externa, composta por três quadras esportivas: uma de tênis, uma de beach tênis e uma quadra poliesportiva. Nesse mesmo espaço encontra-se o setor de contemplação e vivência, com bancos sombreados, de onde parte a pista de caminhada que percorre quase todo o lote.

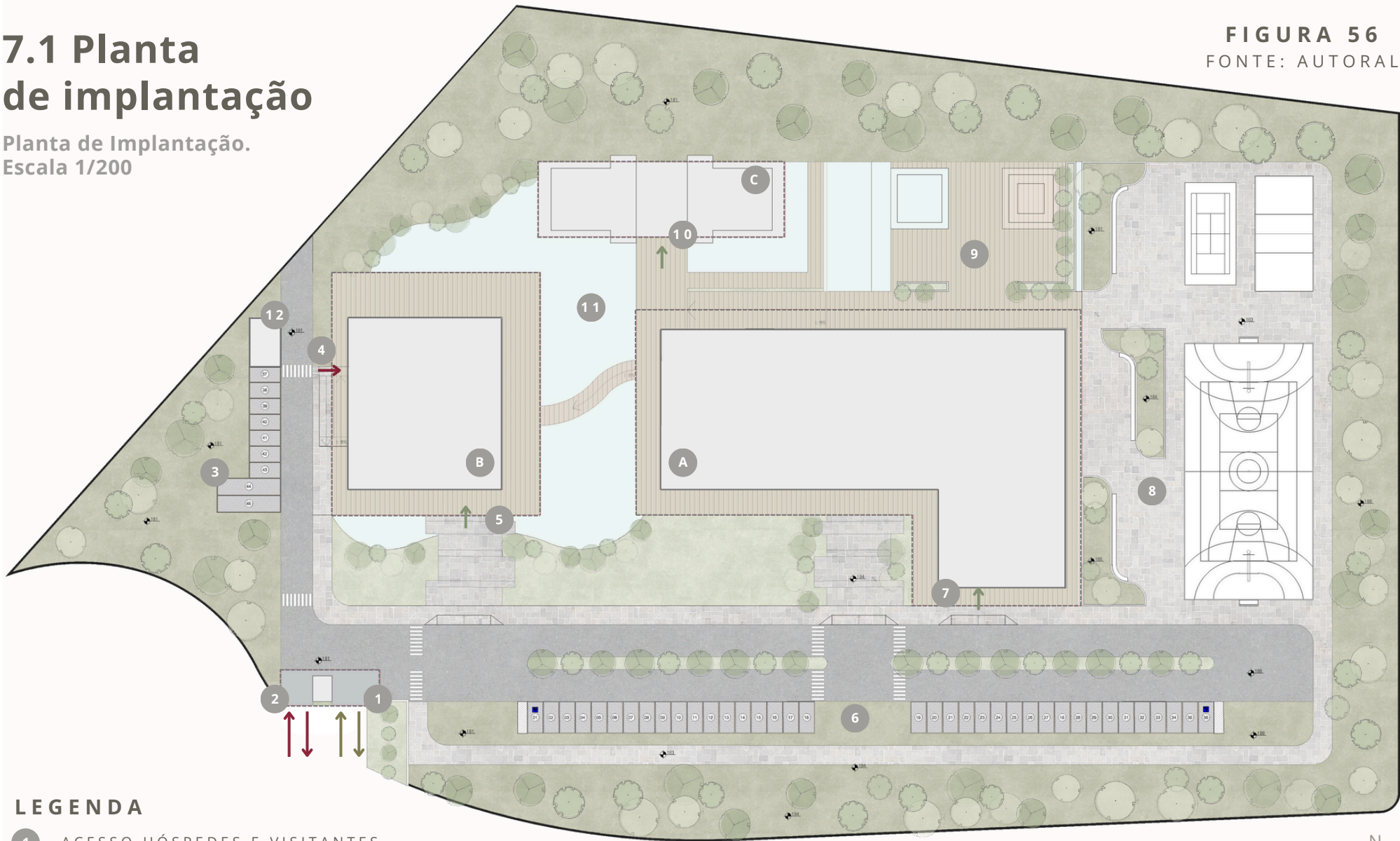
Os fluxos e setores foram planejados de forma a aproveitar a topografia existente do terreno, o que permitiu a criação de um espaço de contemplação em destaque: o lago. Este permeia a edificação, atuando como elemento de estabilização térmica e conectando o bloco do restaurante ao bloco do spa.

Com o mesmo intuito de minimizar os efeitos do clima regional, o lote conta com uma ampla área permeável. A vegetação escolhida, conforme ilustra a figura 55, é composta por espécies adaptáveis ao clima local, que não demandam manutenção constante.

7.1 Planta de implantação

Planta de Implantação.
Escala 1/200

FIGURA 56
FONTE: AUTORAL



LEGENDA

- 1 ACESSO HÓSPEDES E VISITANTES
- 2 ACESSO SERVIÇO
- 3 ESTACIONAMENTO DE SERVIÇO
- 4 ENTRADA DE SERVIÇO
- 5 ENTRADA AO RESTAURANTE

- 6 ESTACIONAMENTO HÓSPEDES
- 7 ACESSO SPA
- 8 ÁREA EXTERNA RECREATIVA
- 9 DECK E PISCINA

- 10 ESTACIONAMENTO HÓSPEDES
- 11 ACESSO ACADEMIA
- 12 ABRIGO DE GÁS E LIXO

- B BLOCO B
- C BLOCO C

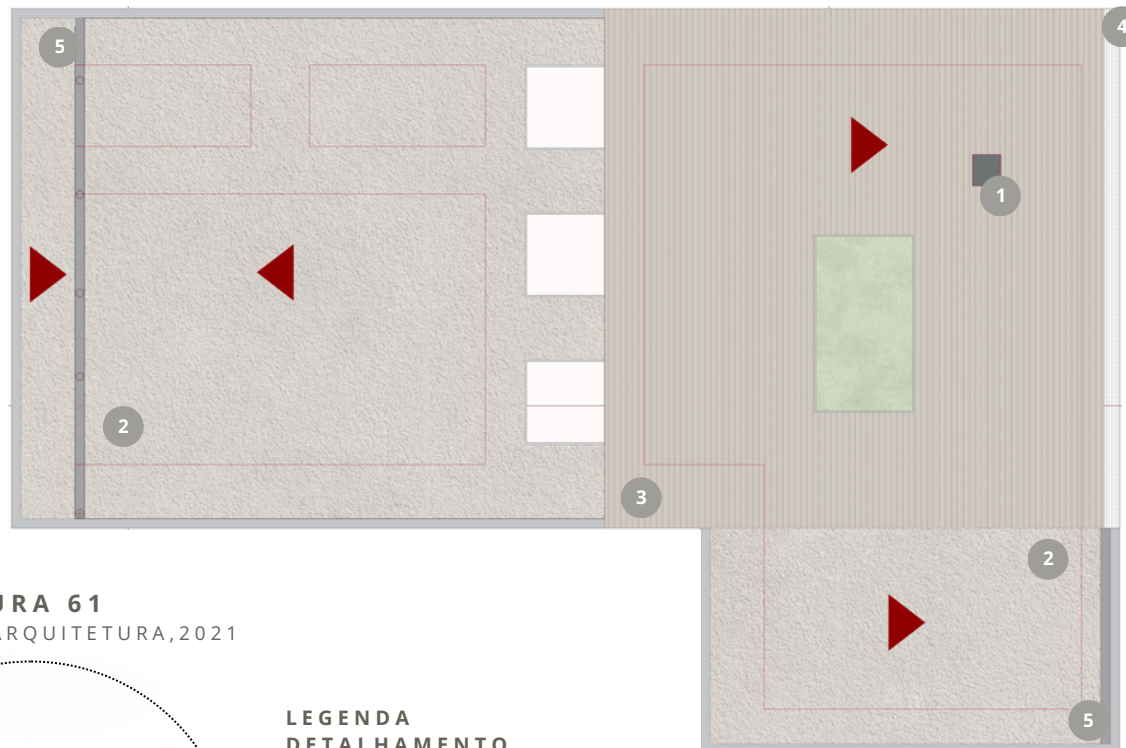


7.2 Planta de Cobertura

Para o projeto, foram utilizados dois tipos de cobertura: laje impermeabilizada e telha termoacústica.

A laje impermeabilizada, detalhada na Figura 61, oferece diversos benefícios, entre eles o aumento da durabilidade e da praticidade da construção, além de evitar problemas como umidade, infiltrações e mofo.

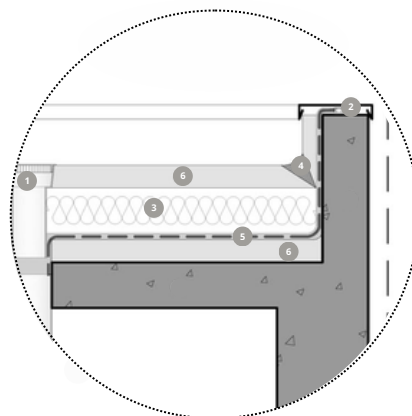
FIGURA 59
FONTE: AUTORAL



Planta de Cobertura I
Escala 1/100



FIGURA 61
FONTE: CLARE ARQUITETURA, 2021



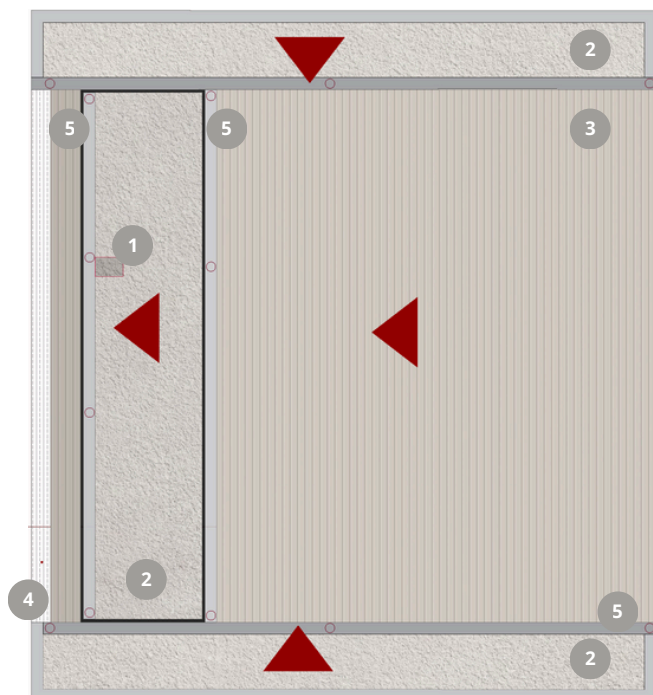
Detalhamento da laje.

LEGENDA DETALHAMENTO

- 1 RALO
- 2 PLATIBANDA
- 3 ISOLAMENTO TÉRMICO
- 4 JUNTA DE DILATAÇÃO
- 5 MANTA DE IMPERMEABILIZAÇÃO
- 6 PROTEÇÃO MECÂNICA

LEGENDA COBERTURA

- 1 ACESSO TÉCNICO
- 2 LAJE IMPERMEABILIZADA
- 3 TELHA TERMOACÚSTICA
- 4 CALHA
- 5 RALO



Planta de Cobertura II
Escala 1/100



As coberturas sobrepostas com telha termoacústica conferem à edificação personalidade e imponência, além de oferecerem durabilidade e flexibilidade para diferentes propostas de criação. O design e a textura em madeira conferem ao projeto uma estética campestre.

7.3 Planta Baixa & Layout

Planta de Layout I
Escala 1/100



FIGURA 57
FONTE: AUTURAL

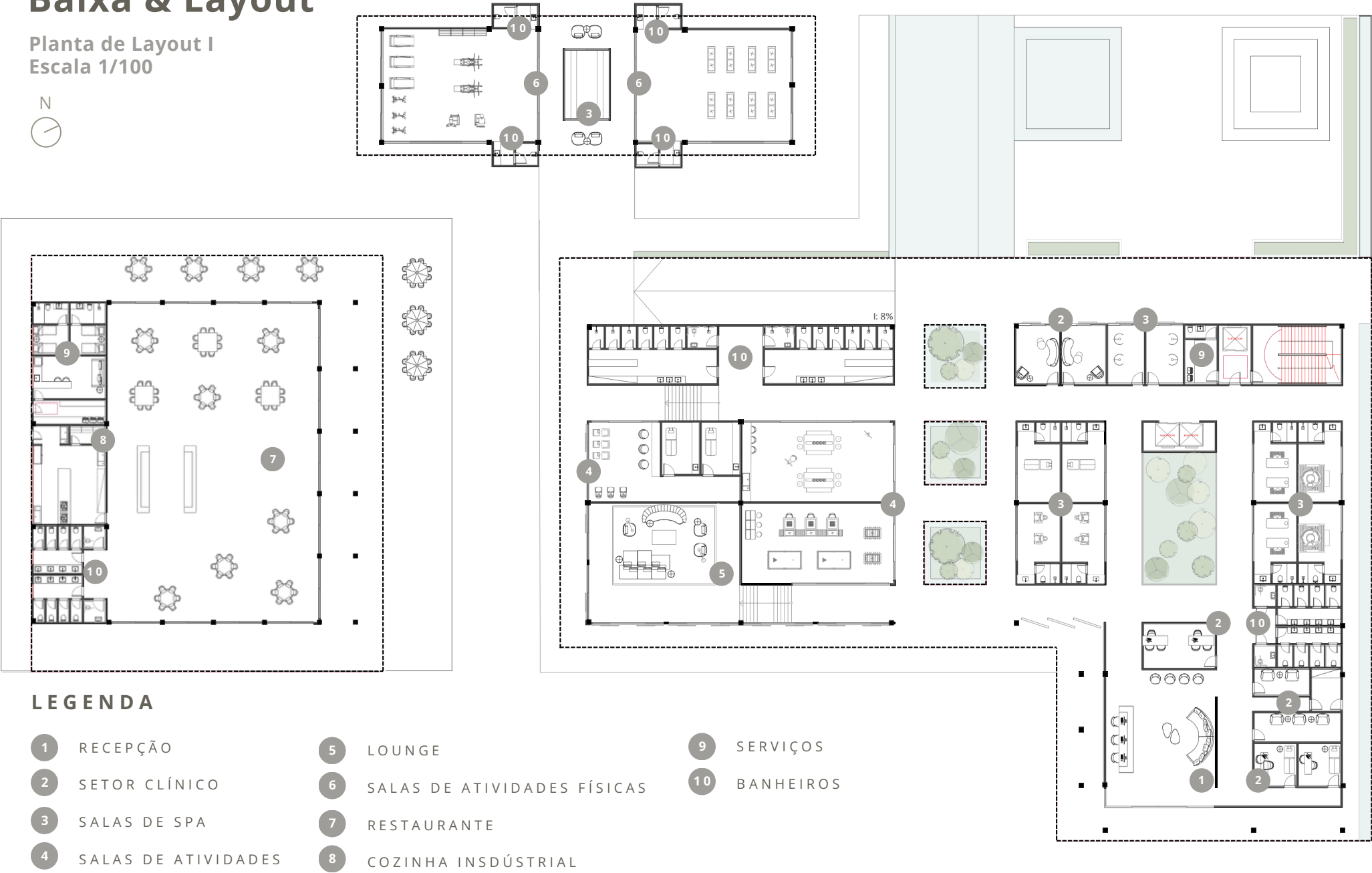
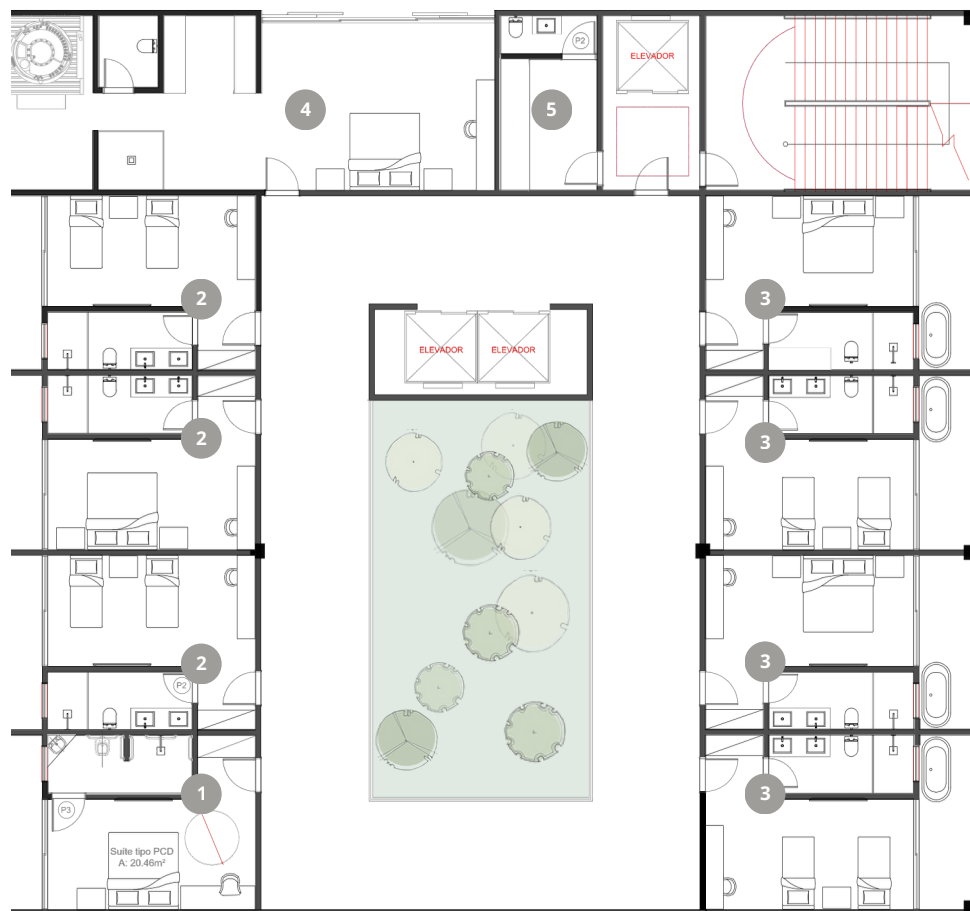


FIGURA 58
FONTE: AUTURAL

Planta de Layout II
Escala 1/100



LEGENDA

- 1 SUÍTE TIPO PCD
- 2 SUÍTE TIPO 1
- 3 SUÍTE TIPO 2
- 4 SUÍTE MASTER
- 5 SERVIÇO

7.3 Planta Baixa & Layout

Na planta baixa, os fluxos foram organizados de acordo com a divisão dos blocos. O principal deles é o Bloco A, que abriga a recepção, o setor clínico, o setor de spa e, no pavimento superior, os quartos de hospedagem. Por ser o único bloco com mais de um pavimento, o mesmo possui elevadores, para circulação vertical.

Em seguida, o Bloco B compreende o restaurante e a cozinha industrial. Com o objetivo de facilitar a dinâmica de trabalho dos funcionários o setor de serviços do complexo também se localiza nesse bloco, embora existam espaços de apoio adicionais no edifício principal.

Por fim, o Bloco C destina-se às atividades físicas, abrigando espaços como academia e sala de pilates. Além disso, esse bloco conta com uma área de sauna seca, voltada ao relaxamento dos usuários.

O layout do mobiliário foi planejado para atender confortavelmente hóspedes e visitantes. Tanto nas áreas de vivência quanto nas salas menores, a ergonomia e o espaçamento dos móveis foram devidamente estudados, visando ao bem-estar dos usuários.

7.4 Cortes

Corte AA.
Escala 1/200



FIGURA 62
FONTE: AUTORAL

Para auxiliar na compreensão dos fluxos e desníveis do projeto, foram realizados cinco cortes ao todo, sendo dois deles abrangendo todo o terreno. No corte longitudinal AA, apresentado acima, é possível visualizar o Bloco B, correspondente ao restaurante, e o Bloco A, destinado ao spa, permitindo observar os diferentes níveis existentes tanto no interior da edificação quanto entre os blocos.

Também é possível identificar a rampa de acesso de serviço e os espaços externos com vegetação.

No corte transversal BB, evidenciam-se as escadas utilizadas para vencer os desníveis internos do Bloco A. À esquerda do mesmo desenho, é possível observar o Bloco C, além dos espaços externos de estacionamento e da pista de caminhada, que oferece vista e contemplação da vegetação proposta.

Corte BB.
Escala 1/200

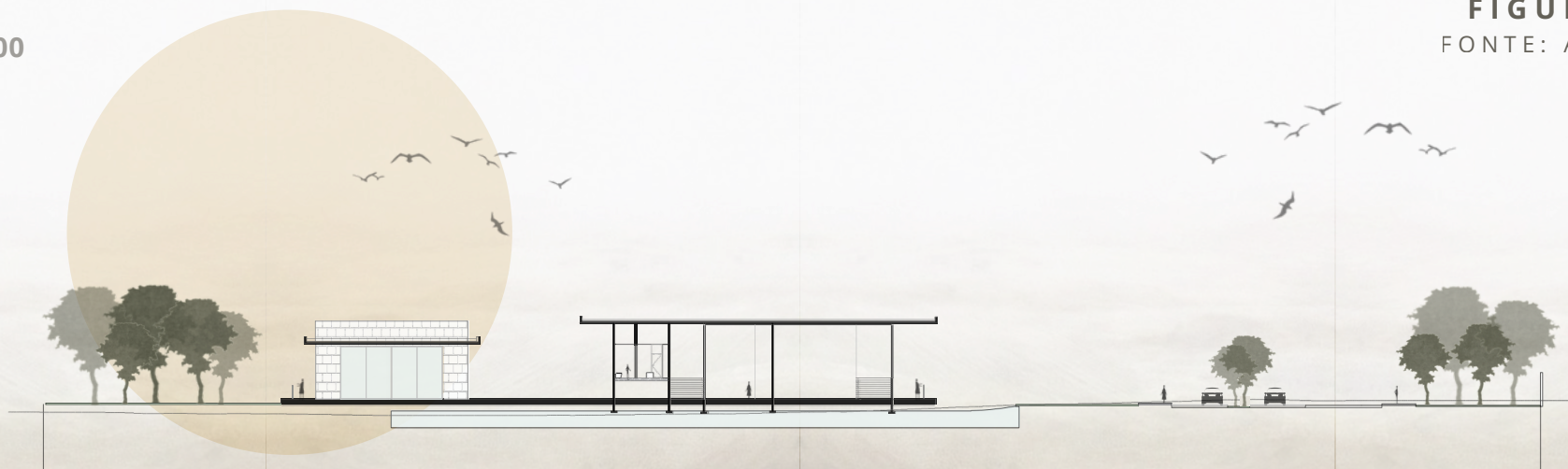
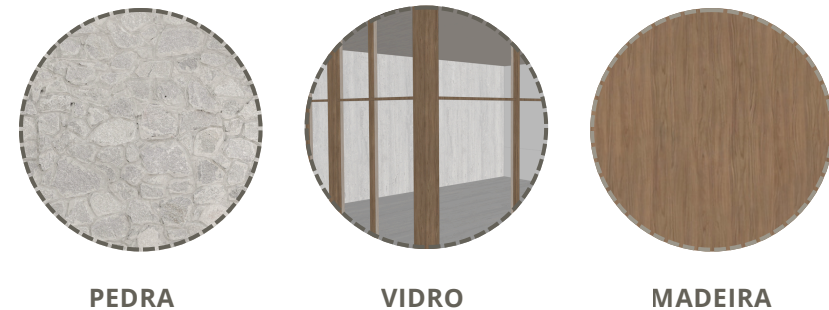


FIGURA 63
FONTE: AUTORAL

7.5 Fachadas

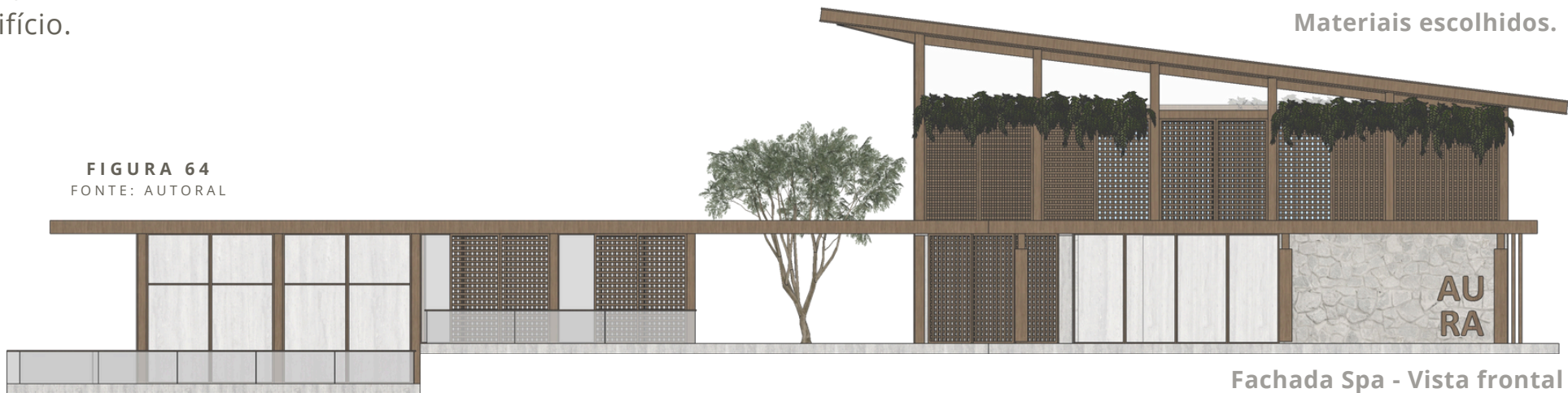
Para a fachada, buscou-se incorporar elementos que remetessem a uma estética campestre contemporânea. Dessa forma, foram selecionados três principais materiais de composição: pedra, vidro e madeira ilustrados na figura 64. Em todas as fachadas, manteve-se o mesmo padrão estético de composição e elementos. Outra característica marcante são os muxarabis que, além de cumprirem uma função estética, auxiliam no controle da luz e do calor no edifício.

FIGURA 65
FONTE: AUTORAL



Materiais escolhidos.

FIGURA 64
FONTE: AUTORAL



Fachada Spa - Vista frontal
Escala 1/150

FIGURA 66
FONTE: AUTORAL



Fachada Restaurante - Vista frontal
Escala 1/150

FIGURA 67
FONTE: AUTORAL



Fachada Academia - Vista frontal
Escala 1/150

7.6

Perspectivas

FIGURA 68
FONTE: AUTORAL













C A P Í T U L O 08

Considerações
finais e Referências
Bibliográficas

08

AU RA

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa realizada ao longo deste trabalho permitiu construir uma base de conhecimento sobre práticas de saúde integrativa e ambientes voltados ao bem-estar físico e mental. A partir de estudos documentais, referências projetuais e análises, foi possível compreender a necessidade de espaços que atendam ao indivíduo de forma completa e humanizada.

Esse aprofundamento evidenciou como ambientes destinados à recuperação emocional e ao autocuidado desempenham papel fundamental na promoção da qualidade de vida. Além de contribuírem para a prevenção de doenças, esses espaços geram impactos sociais relevantes, estimulando hábitos saudáveis e fortalecendo a saúde mental da comunidade.

Diante disso, a concepção de um Spa Médico e Terapêutico surge como uma proposta capaz de trazer benefícios significativos à população, integrando práticas estéticas, clínicas e terapêuticas que favorecem uma abordagem holística do cuidado. O projeto desenvolvido buscou conceber ambientes acolhedores e funcionais, que proporcionem experiências positivas de equilíbrio, conforto e bem-estar aos usuários.

8.2

Referências Bibliográficas

ACOR HOTELS. Hotel Jeguitimar Guarujá Resort & Spa. Disponível em: <https://www.hoteljeguitimar.com.br/>. Acesso em: 27 abr. 2025.

ARAÚJO, Renato. Turismo de Saúde: entenda o conceito e saiba de sua importância. Blog da Excap, 29 abr. 2024. Disponível em: <https://www.blog.excap.com/post/turismo-de-sa%C3%BAdede-entenda-o-conceito-e-saiba-de-sua-import%C3%A2ncia>. Acesso em: 14 jun. 2025.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS – ABNT. NBR 9050/2004: acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos. Rio de Janeiro: ABNT, 2004.

AUTOESTIMA E SUA INFLUÊNCIA NA SAÚDE. Clude, 19 set. 2023. Disponível em: <https://clude.com.br/blog/autoestima-e-sua-influencia-na-saude/>. Acesso em: 17 jun. 2025.

BRASIL. Artigo 25: direito a um padrão de vida adequado. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/81949-artigo-25-direito-um-padr%C3%A3o-de-vidaadequado>. Acesso em: 27 abr. 2025.

BRASIL. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 17 jun. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. SUS é único meio de atendimento em 47 municípios de Mato Grosso. Portal Gov.br – Notícias para os estados: Mato Grosso, 2 mar. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias-para-os-estados/mato-grosso/2023/marco/sus-e-unico-meio-de-atendimento-em-47-municipios-de-mato-grosso>. Acesso em: 14 jun. 2025.

CENTRO DE TECNOLOGIA DE EDIFICAÇÕES (CTE). Construção sustentável: o que são construções sustentáveis. CTE, 2025. Disponível em: <https://cte.com.br/blog/sustentabilidade/o-que-sao-construcoes-sustentaveis/>. Acesso em: 17 jun. 2025.

CLARE ARQUITETURA. Laje Impermeabilizada x Cobertura Verde. Clare Arquitetura, 18 jan. 2018. Atualizado: 6 jul. 2021. Disponível em: <https://www.clarearquitetura.com.br/post/arq-tec-laje-impermeabilizada-x-cobertura-verde>. Acesso em: 13 out. 2025.

CNN BRASIL. Mais de 26% dos brasileiros têm diagnóstico de ansiedade, diz estudo. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/mais-de-26-dos-brasileiros-tem-diagnostico-de-ansiedade-diz-estudo/>. Acesso em: 24 abr. 2025.

COSENTINO, Experimento. Jardim Europa II. Disponível em: <https://experimentecosentino.com.br/?produtos=jardim-europa-ii>. Acesso em: 12 out. 2025.

DRUCKER ARQUITETURA. Makenna Resort. Itacaré, BA, Brasil, 2010. Publicado em ArchDaily Brasil, 27 ago. 2020. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/01-45931/resort-makenna-drucker-arquitetura>. Acesso em: 12 jun. 2025.

EQUIPE VIVA DECORA. Cores na arquitetura: transformando ambientes e sensações. Viva Decora, 23 out. 2024. Disponível em: <https://arquitetura.vivadecora.com.br/cores-na-arquitetura/>. Acesso em: 17 jun. 2025.

GIACOMINI, Queila de Ramos; BAPTISTELLI, Andressa. Uroarquitetura: como os ambientes interferem nas nossas emoções e comportamentos. [S.l.]: Unoesc, 2020.

GRABRIEL, Eric. Biofilia e neuroarquitetura: fazendo a conexão da natureza com o nosso cérebro por meio dos elementos construtivos. Brain Support, 10 jun. 2022. Disponível em: <https://brainsupport.com.br/blog/biofilia-e-neuroarquitetura-fazendo-a-conexao-da-natureza-com-o-nosso-cerebro-por-meio-dos-elementos-construtivos/2031>. Acesso em: 16 jun. 2025.

GUISELINI, Mauro. Aptidão física, saúde e bem-estar: fundamentos teóricos e exercícios práticos. São Paulo, SP: Phorte, 2006.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Primavera do Leste. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/mt/primavera-do-leste.html>. Acesso em: 24 abr. 2025.

INSTITUTO FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO. Práticas integrativas e complementares em saúde (PICS). Disponível em: https://prodi.ifes.edu.br/images/stories/Pr%C3%A1ticas_Integrativas_e_Complementares_em_Sa%C3%BAde_PICS.pdf. Acesso em: 24 abr. 2025.

JAPAN HOUSE. Onsen: a tradição japonesa de banhos termais. Disponível em: <https://www.japanhouse.jp/pt/stories/06-onsen.html>. Acesso em: 14 jun. 2025.

LIVIUS. Rome: Baths of Agrippa. Disponível em: <https://www.livius.org/articles/place/rome/rome-baths-of-agrippa/>. Acesso em: 14 jun. 2025.

MALIK ARCHITECTURE. Resort & Spa Radisson (Radisson Resort & Spa Lonavala). Lonavala, Índia. Publicado em 11 out. 2024. ArchDaily Brasil. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/1022030/resort-and-spa-radisson-malik-architecture>. Acesso em: 12 jun. 2025.

MIA DESIGN STUDIO. Spa Naman (Naman Retreat Pure Spa). Da Nang, Vietnã, 2015. Publicado em ArchDaily Brasil, 22 jun. 2019. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/771240/spa-naman-mia-design-studio>. Acesso em: 12 jun. 2025.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: Hucitec, 1992.

MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO REGIONAL (Brasil). Sistema Nacional de Informações sobre Saneamento (SNIS). Base dos Dados. Disponível em: <https://basedosdados.org/dataset/2a543ad8-3cdb-4047-9498-efe7fb8ed697?table=df7cf198-4889-4baf-bb77-4e0e28eb90ca>. Acesso em: 13 out. 2025.

NEUROARQUITETURA DAS CORES: COMO AS CORES INFLUENCIAM NOSSAS EMOÇÕES E COMPORTAMENTOS. Arqpedia, [S.L.], 2025. Disponível em: <https://www.arqpedia.com.br/post/neuroarquitetura-das-cores-como-as-cores-influenciam-nossas-emocoes-e-comportamentos>. Acesso em: 16 jun. 2025.

- SILVA, Rafael. Entre a saúde e a estética. 2018. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade [nome da universidade], Seropédica, RJ, 2018.
- SIMÕES, Ilana Lôbo; BERNARDINO, Fernando. Benefícios do spa para a saúde e bem-estar. *Arquitetura*, v. 28, n. 135, 16 jun. 2024. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.11951813>.
- SOBRAL MATERIAIS ELÉTRICOS E ILUMINAÇÃO LTDA. Sobral Elétrica e Iluminação: empresa de materiais elétricos e iluminação. Barueri, SP: [s.n.], [2025?]. Disponível em: <https://www.sobraleletrica.com.br/>. Acesso em: 17 jun. 2025.
- UNICEF BRASIL. Declaração Universal dos Direitos Humanos. UNICEF Brasil, [S.l.], [2025]. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/declaracao-universal-dos-direitos-humanos>. Acesso em: 17 jun. 2025.
- WWF BRASIL. Pesquisas mostram benefícios da conexão com a natureza para saúde física e mental. WWF Brasil, 10 jul. 2023. Disponível em: <https://www.wwf.org.br/?86440/Pesquisas-mostram-beneficios-da-conexao-com-a-natureza-para-saude-fisica-e-mental>. Acesso em: 17 jun. 2025.
- COSENTINO, Experimento. Jardim Europa II. Disponível em: <https://experimentecosentino.com.br/?produtos=jardim-europa-ii>. Acesso em: 12 out. 2025.
- MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO REGIONAL (Brasil). Sistema Nacional de Informações sobre Saneamento (SNIS). Base dos Dados. Disponível em: <https://basedosdados.org/dataset/2a543ad8-3cdb-4047-9498-efe7fb8ed697?table=df7cf198-4889-4baf-bb77-4e0e28eb90ca>. Acesso em: 13 out. 2025.
- CLARE ARQUITETURA. Laje Impermeabilizada x Cobertura Verde. Clare Arquitetura, 18 jan. 2018. Atualizado: 6 jul. 2021. Disponível em: <https://www.clarearquitetura.com.br/post/arg-tec-laje-impermeabilizada-x-cobertura-verde>. Acesso em: 13 out. 2025.
- WINDY. Primavera do Leste – MT: estatísticas meteorológicas e história do vento. Disponível em: <https://windy.app/pt/forecast2/spot/755290/Primavera+do+Leste+-+MT/statistics>. Acesso em: 13 out. 2025.

NOGOSEK, Luiz Gustavo. Reestruturação e unificação dos ambientes de trabalho. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Arquitetura e Urbanismo), 2019.

NO BRASIL IMPÉRIO, CHEGADA DE VÍRUS MORTAL PROVOCOU NEGACIONISMO E CRÍTICA A QUARENTENAS. Senado Federal, Agência Senado, Arquivo S, 1 jun. 2020. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/especiais/arquivo-s/no-brasil-imperio-chegada-de-virus-mortal-provocou-negacionismo-e-critica-a-quarentenas>. Acesso em: 14 jun. 2025.

ORIGEM DAS COISAS. A origem do spa. Disponível em: <https://origemdascoisas.com/a-origem-do-spa/>. Acesso em: 14 jun. 2025.

PRIMAVERA DO LESTE (MUNICÍPIO). Plano de Zoneamento, Uso e Ocupação do Solo. Primavera do Leste, MT, 19 dez. 2003. Disponível em: <https://leismunicipais.com.br/plano-de-zoneamento-uso-e-ocupacao-do-solo-primavera-do-leste-mt>. Acesso em: 17 jun. 2025.

RESERVIO. História dos spas: como o bem-estar se tornou nossa rotina. Disponível em: <https://www.reservio.com/pt-br/blog/estilo-de-vida/historia-dos-spas-como-o-bem-estar-se-tornou-nossa-rotina>. Acesso em: 14 jun. 2025.

RITUALI. Pré-reserva. Disponível em: <https://rituaali.com.br/pre-reserva/>. Acesso em: 17 jun. 2025.

RODRIGUES, Miriam. Autoestima: saiba os benefícios no desenvolvimento profissional. Mackenzie 150 anos, 1 ago. 2024. Disponível em: <https://www.mackenzie.br/memorias/150-anos/acontece/arquivo/n/a/i/autoestima-saiba-os-beneficios-no-desenvolvimento-profissional>. Acesso em: 17 jun. 2025.

ROSA, Adriane Ribeiro et al. As sequelas emocionais da pandemia. UFRGS Ciência, 23 out. 2020. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/ciencia/as-sequelas-emocionais-da-pandemia/>. Acesso em: 16 jun. 2025.

SEVERINO, Antônio Joaquim. Metodologia do trabalho científico. São Paulo: Cortez Editora, 2000.

SERRA TORRENTE, Rafael. Portfólio profissional. Disponível em: <https://www.behance.net/rafelserratorrent>. Acesso em: 15 jun. 2025.

SETOR DE ESTÉTICA PROJETA FATURAMENTO DE US\$ 416 BI ATÉ 2028. Poder360 – Poder Saúde. Disponível em: <https://www.poder360.com.br/poder-saude/setor-de-estetica-projeta-faturamento-de-us-416-bi-ate-2028/>. Acesso em: 14 jun. 2025.

SILVA, Rafael. Entre a saúde e a estética. 2018. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Seropédica, RJ, 2018.

SIMÕES, Ilana Lôbo; BERNARDINO, Fernando. Benefícios do spa para a saúde e bem-estar. Arquitetura, v. 28, n. 135, 16 jun. 2024. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.11951813>.

SOBRAL MATERIAIS ELÉTRICOS E ILUMINAÇÃO LTDA. Sobral Elétrica e Iluminação: empresa de materiais elétricos e iluminação. Barueri, SP: [s.n.], [2025?]. Disponível em: <https://www.sobraleletrica.com.br/>. Acesso em: 17 jun. 2025.

UNICEF BRASIL. Declaração Universal dos Direitos Humanos. [S.l.]: UNICEF Brasil, [2025]. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/declaracao-universal-dos-direitos-humanos>. Acesso em: 17 jun. 2025.

WINDY. Primavera do Leste – MT: estatísticas meteorológicas e história do vento. Disponível em: <https://windy.app/pt/forecast2/spot/755290/Primavera+do+Leste+-+MT/statistics>. Acesso em: 13 out. 2025.

WWF BRASIL. Pesquisas mostram benefícios da conexão com a natureza para saúde física e mental. WWF Brasil, 10 jul. 2023. Disponível em: <https://www.wwf.org.br/?86440/Pesquisas-mostram-beneficios-da-conexao-com-a-natureza-para-saude-fisica-e-mental>. Acesso em: 17 jun. 2025.