



CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIESP

CURSO DE ARQUITETURA E URBANISMO

LARISSA FERNANDES DE SOUSA

AMBIÊNCIA, ARQUITETURA E SAÚDE MENTAL:

Uma cartilha de diretrizes projetuais para os

Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde

Orientador: Prof^a. Yane Diniz Omaia

28 de maio de 2020,

Cabedelo- PB

LARISSA FERNANDES DE SOUSA

**Ambiência, arquitetura e saúde mental:
Uma cartilha de diretrizes projetuais para os
Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde**

Trabalho teórico apresentado no Centro Universitário UNIESP, como requisito para a elaboração do Trabalho Conclusão do Curso I de Bacharelado em Arquitetura e Urbanismo.

Cabedelo- PB

S725a

Sousa, Larissa Fernandes de.

Ambiente, arquitetura e saúde mental: uma cartilha de diretrizes projetuais para os centros de práticas integrativas e complementares em saúde [recurso eletrônico] / Larissa Fernandes de Sousa. – Cabedelo, PB: [s.n.], 2020.

158 p.

Orientador: Prof.(a) Ma. Yane Almeida. Anteprojeto (Graduação em Arquitetura e Urbanismo) – UNIESP Centro Universitário.

1. Arquitetura - Anteprojeto. 2. Arquitetura - Ambiência. 3. Ambiente físico – Bem estar. 3. Ambiente – Percepção. 4. Centro de práticas integradas. 5. Saúde mental. I. Título.

CDU: 72

LARISSA FERNANDES DE SOUSA

**Ambiência, arquitetura e saúde mental:
Uma cartilha de diretrizes projetuais para os
Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde**

Trabalho teórico apresentado no Centro Universitário UNIESP, como requisito para a elaboração do Trabalho Conclusão do Curso I de Bacharelado em Arquitetura e Urbanismo.

Aprovado em: 08 de Junho de 2020

COMISSÃO EXAMINADORA

Profa.Ma. Yane Diniz Omaia
Orientadora

Profa.Ma. Aline Paiva Montenegro
Avaliadora interna

Alena Tavares
Avaliadora Externa

*Para todas as pessoas
que diretamente ou indiretamente
contribuem com a área da
saúde no momento.*

AGRADECIMENTOS

Agradeço as pessoas que sempre me ajudaram e acreditaram em mim, mesmo quando e principalmente eu mesma não acreditava.

Agradeço as pessoas que viam meus sonhos e as coisas nas quais eu acredito e me ajudou a concretiza-las.

Agradeço as pessoas que nesse processo instigaram a minha curiosidade e amor pela arquitetura.

Agradeço as pessoas que me incentivaram a não desistir das minhas loucuras, criatividade e liberdade.

Agradeço a quem esteve ao meu lado, mesmo com a distância no momento, a presença nem sempre é física.

Obrigada!

RESUMO

A presente pesquisa é resultado da investigação e busca pelo entendimento sistêmico da ambiência e percepção voltadas para a área da saúde, especificamente a saúde mental. Diante do contexto atual da crescente demanda mundial de números alarmantes relacionados aos transtornos mentais comuns, como ansiedade e depressão os Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (CPICS) atuam em um eixo comunitário como espaços que buscam promover a prevenção, autocuidado e bem-estar físico e mental. Com metodologia baseada na análise e aprofundamento do conceito de ambiência – proposto pelo Ministério da Saúde na cartilha “Ambiência” (2010) – o objetivo do presente trabalho é a elaboração de uma cartilha com a finalidade de organizar as informações de fundo científico e prático sobre a ambiência para esses centros com o intuito de agregar como referencia teórica e nortear as intervenções e projetos dessa área.

Palavras-chave: Ambiência; arquitetura; Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde; percepção.

ABSTRACT

The following research is the result of the investigation and search for the systemic understanding of ambience and perception related to the health area, specifically mental health. In regards to the current context of the world's growing demand of alarming numbers related to common mental disorders, like anxiety and depression, the Centers of Integrative and Complementary Practices in Health (CPICS) function in a community axis as spaces which seek to promote prevention, self-care and physical and mental well being. With a methodology based in analysis and deeper understanding of the concept of ambience - proposed by the Ministry of Health in the booklet "Ambiência" (2010) - the purpose of the work is elaborating a booklet intending to organize the information of practical and scientific background about ambience to these centres with the aim to add as theoretical reference and guide the interventions and projects of the area.

Keywords: Ambience, architecture, Centers of Integrative and Complementary Practices in Health, perception.

LISTA DE FIGURAS

Figura 01: "Waiting on time square"	30
Figura 02: Corpo e espaço.....	40
Figura 03: Ala dos pacientes.....	48
Figura 04: Pacientes no terraço do ultimo andar do Sanatório de Paimio.....	48
Figura 05: Pintura "A Noite Estrelada"	50
Figura 06: Pintura "A Noite Estrelada sobre Ródano"	50
Figura 07: Conectivo IESP.....	50
Figura 08: Sanatório de Paimio.....	51
Figura 09: Corredor da ala dos pacientes no Sanatório de Paimio.....	51
Figura 10: Refeitório Sanatório de Paimio.....	52
Figura 11: Hospital Colônia de Barbacena em Minas Gerais.....	53

Figura 12: Prática de meditação.....	57
Figura 13: CPICS- Equilíbrio do Ser.....	58
Figura 14: CPICS- Canto da Harmonia.....	60
Figura 15: Síntese dos eixos da ambiência na área da saúde.....	61
Figura 16: Síntese das diretrizes de análise.....	62
Figura 17: Centro Holístico Punto Zero – Planta baixa.....	73
Figura 18: Centro Holístico Punto Zero/ Dio Sustentable.....	74
Figura 19: Dimensionamento dos espaços.....	75
Figura 20: Forma e dimensionamento (Ritual House of Yoga).....	76
Figura 21: Centro Contemplativo Windhover interior.....	78
Figura 22: Trajetória solar.....	79
Figura 23: Estudio Para Yoga-Kamadhenu.....	81
Figura 24: Spa Querétaro (noite).....	82

Figura 25: Espectro visível das cores.....	84
Figura 26: Síntese das cores 01 – sensações acromáticas.....	86
Figura 27: Síntese das cores 02 – sensações cromáticas.....	87
Figura 28: Síntese das cores 03 – sensações cromáticas.....	88
Figura 29: Spa Querétaro / Ambrosi I Etchegaray.....	89
Figura 30: Cor no Centro Contemplativo de Windhover.....	90
Figura 31: Espaço Yoga Deva (Recepção).....	90
Figura 32: Centro Contemplativo Windhover espelho d'água.....	93
Figura 33: Centro Contemplativo Planta Baixa.....	94
Figura 34: Arte no Centro Contemplativo Windhover.....	100
Figura 35: Área para atividades externas (Espaço de Yoga Premavati).....	103
Figura 36: Mobiliário áreas externas.....	103
Figura 37: Espaço de Yoga Premavati (espaço interno).....	104

Figura 38: Espaço de Yoga Premavati.....	104
Figura 39: Spa Querétaro interior.....	105
Figura 40: Centro Contemplativo Windhover.....	105
Figura 41: Linguagem visual elementos.....	112
Figura 42: Paleta de cores.....	112

LISTA DE TABELAS

Tabela 01 – Principais referências bibliográficas e documentais.....	27
Tabela 02 – Síntese metodológica.....	28
Tabela 03 – Pesquisa de campo.....	28
Tabela 04 – Síntese dos elementos de análise 01.....	63
Tabela 05 – Síntese dos elementos de análise 02.....	64
Tabela 06 – Síntese dos elementos de análise 03.....	65
Tabela 07 – Síntese dos elementos de análise 04.....	66
Tabela 08 – Síntese dos elementos de análise 05.....	67
Tabela 09 – Entrevista 01.....	125
Tabela 10 – Entrevista 02.....	126

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CPICS	Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde
SUS	Sistema Único de Saúde
PNH	Política Nacional de Humanização
OMS	Organização Mundial da Saúde
ONU	Organização das Nações Unidas
OPAS	Organização Pan-Americana de Saúde
TMC	Transtornos mentais comuns
USF	Unidade de Saúde da Família
CAPS	Centros de Atenção Psicossocial
PICS	Práticas Integrativas e Complementares em Saúde

SUMÁRIO

1. Introdução	18
1.1 Justificativa.....	22
1.2 Objetivos	
1.2.1 objetivo geral.....	25
1.2.2 objetivos específicos.....	25
1.3 Metodologia.....	26
2. Ambiência, arquitetura e saúde mental	
2.1 Corpo e espaço	
2.1.1 A percepção do espaço.....	31
2.1.2 Os sentidos e a arquitetura.....	35
2.2 Do abstrato ao concreto	
2.2.1 Ambiência e humanização dos espaços.....	43
2.3 Saúde mental	
2.3.1 A saúde mental no Brasil e os TMC (transtornos mentais comuns).....	53
2.3.2 As práticas integrativas e complementares em saúde.....	56
2.3.3 Equilíbrio e Harmonia.....	58
3. Metodologia e análise	61

4. O espaço da ambiência em análise	70
4.1 A morforlogia.....	72
4.2 A luz.....	78
4.3 A cor.....	84
4.3 O som.....	93
4.3 O cheiro.....	97
4.3 A arte.....	99
4.3 O tratamento das áreas externas.....	102
4.3 A privacidade e individualidade.....	107
4.3 A confortabilidade.....	109
5. A elaboração da cartilha “ambiência” para os CPICS	111
6. Considerações finais: O processo, perspectivas e reflexões	114
7. Referências	117
8. Apêndices	124

1. INTRODUÇÃO

Espaços são lugares de vivência, de troca e interações humanas, a vida acontece nestes lugares. As relações entre pessoas constroem conexões, memórias e o sentimento de pertencimento a esses lugares; Como colocado pelo geógrafo Yi-Fu Tuan a ideia de espaço e lugar vai além das particularidades culturais e refletem a uma condição comum humana.

Espaço é um termo abstrato para um conjunto complexo de idéias. [...] Em outras palavras, os princípios fundamentais da organização espacial encontram-se em dois tipos de fatos: a postura e a estrutura do corpo humano e as relações (quer próximas ou distantes) entre as pessoas. O homem como resultado de sua experiência íntima com seu corpo e com outras pessoas, organiza o espaço a fim de conformá-lo a suas necessidades biológicas e relações sociais. (TUAN 1983, p.39)

Os conceitos de espaço e lugar são frequentemente colocados como sendo a mesma coisa por popularmente ser entendido como palavras equivalentes, porém na definição mais específica para o lugar é atribuído a questões de valor, de significado. Para Tuan (1983, p.151) “o espaço transforma-se em lugar à medida que adquire definição e significação”.

A discussão da percepção dos espaços ganha relevância, entre outras coisas, por entender como o ambiente pode afetar a psicofisiologia¹ humana. A percepção do espaço e ambiência estabelece uma relação com as diretrizes projetuais arquitetônicas e urbanísticas na elaboração dos espaços.

O termo ambiência segundo Bestetti (2014) “tem origem do francês ‘ambiance’ e pode ser também traduzido como meio ambiente (...) não é composto somente pelo meio material onde se vive, mas pelo efeito moral que esse meio

¹ Ciência que estabelece as inter-relações de fenômenos fisiológicos e psíquicos do corpo.

físico induz no comportamento dos indivíduos”. A ambiência compõe o espaço a partir de um conceito que considera no meio físico fatores: estéticos, psicológicos e de composição; Como o espaço afeta o comportamento psicofisiológicos do corpo através da percepção, que é resultado da relação e interação entre os indivíduos com o espaço.

Como colocado por Silva (2008):

São elementos como luzes e cores, formas e volumes, sons, aromas e texturas, presentes no ambiente, que afetam nosso comportamento. É evidente que a arquitetura não age diretamente, apenas nos oferece estímulos à percepção a partir da estruturação do projeto arquitetônico (partidos e arranjos espaciais, relação entre interior e exterior, por exemplo) e da configuração do interior destes espaços (disposições de layout, uso de cores e outros). (SILVA, 2008, p.16)

A compreensão do espaço e a influência de estímulos sensoriais com a percepção atingem desde as grandes escalas que compõe o urbano, até as pequenas escalas nas

edificações e nos ambientes. Essas escalas não podem ser vistas como elementos separados, já que ambos afetam a relação do corpo e a percepção de forma conjunta no espaço.

O presente trabalho tem o objetivo de aprofundar o estudo sobre ambiência, com base e referencial teórico na Cartilha sobre “Ambiência” do Ministério da Saúde (2010) para os espaços voltados a saúde pública, visando compreender a aplicabilidade e análise das diretrizes propostas, para nortear uma Cartilha para os Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (CPICS) elaborando de diretrizes projetuais que visam criar ambiências positivas que podem ser aplicadas a esses locais. A cartilha multidisciplinar é destinada para arquitetos, psicólogos, terapeutas e gestores dos CPICS.

O trabalho tem como estudo para entendimento de funcionamento de um CPICS os espaços que funcionam como esses centros na cidade de João Pessoa- PB que são os CPICS- Equilíbrio do ser e CPICS – Canto da harmonia, e por serem locais onde de possível aplicabilidade do estudo.

Esses espaços passam por reformas e intervenções ao longo dos anos, a proposta da cartilha é direcionar e informar sobre as possibilidades de intervenção no espaço com base na percepção e ambiência para possíveis projetos em Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde já existentes ou espaços futuros.

Explorar a ambiência em equipamentos públicos relacionados à saúde no geral e na vertente voltada à assistência mental (nos equipamentos públicos de saúde comunitários como os CPICS) é relevante por fundamentar a aplicação da arquitetura e urbanismo e áreas como a psicologia ambiental, aplicando os conceitos de percepção e a relação do indivíduo com o espaço, já estudadas e aplicadas na publicidade, em áreas comerciais, corporativas.

Os espaços de assistência mental ainda sofrem com preconceitos, por uma questão histórica. Silva (2008) aponta que esses ambientes eram vistos na cidade até o final do século XVIII, como espaços que eram os mesmos reservados

aos mendigos, criminosos ou doentes em geral, num contexto de auxílio aos necessitados, criando uma imagem de exclusão perante a sociedade.

Esse contexto ainda pode ser visto fortemente no Brasil até o século XX exemplo disso foi o ocorrido no Hospital Colônia de Barbacena². O sistema de saúde mental hoje passa por uma Reforma Psiquiátrica nessa rede de serviços e também de tratamentos oferecidos, o qual é voltado principalmente para estabelecimentos locais de base comunitárias, de acordo com a lei Federal 10.216/2001 na qual fala que os portadores de transtornos mentais sejam tratados preferencialmente em serviços comunitários. Essa mudança para um âmbito comunitário é importante por promover além do tratamento a integração social.

² O Hospital Colônia de Barbacena foi um hospital psiquiátrico fundado em 1903 na cidade de Barbacena, Minas Gerais. Tornou-se conhecido pelo público na década de 1980, pelo tratamento desumano que oferecia aos pacientes.

Atualmente o SUS (Sistema Único de Saúde) passa por uma reforma ao longo de alguns anos de políticas públicas para a humanização dos espaços de saúde a Política Nacional de Humanização (PNH) – HumanizaSUS. Segundo o site do Ministério da Saúde³ a PNH visa à humanização e a valorização dos usuários, trabalhadores e gestores no processo de produção de saúde.

Apesar das medidas públicas já estabelecidas para esses espaços como a PNH que também trata assuntos de ambiência dos espaços públicos de saúde no geral, é importante entender que os estabelecimentos de saúde mental têm particularidades, pois a percepção e os estímulos sensoriais percebidos no espaço também podem auxiliar no

³ Informações retiradas do site do Ministério da Saúde. Disponível em: <<http://portalms.saude.gov.br/acoes-e-programas/cartao-nacional-de-saude/legislacao/693-acoes-e-programas/40038-humanizasus>> Acesso em: 24 de março de 2019

tratamento de doenças e estabelecer uma melhor relação entre espaços e os indivíduos e a sociedade.

Podem-se levantar, ainda no âmbito da arquitetura, questões que expressam a preocupação da qualidade oferecida pelos ambientes hospitalares, não só do ponto de vista de sua adequação aos novos conceitos psiquiátricos, mas, também, no que diz respeito à interferência das configurações espaciais no bem-estar e tratamento dos pacientes. (SILVA, 2008, Pág. 15)

Logo, este trabalho terá como foco a proposta de uma cartilha, voltada para reunir informações conceituais referentes à percepção e ambiência na arquitetura e sua relação com a saúde mental. A relevância deste trabalho no campo científico é dada pela importância de reunir conhecimentos para nortear os projetos e o planejamento desses espaços voltados para assistência à saúde mental em seu âmbito comunitário.

O trabalho terá cinco capítulos, o primeiro destinado a introdução e informações gerais da pesquisa. O segundo

capítulo trata do referencial teórico do trabalho das temáticas de forma geral:

- Corpo e espaço, com sub temáticas que falam do corpo e da relação com cidade;
- Ambiência e da arquitetura multissensorial, com a finalidade de entender o processo de percepção do espaço e do resgate na arquitetura dos sentidos;
- Ambiência e humanização dos espaços;
- Contextualização da saúde mental e os tratamentos complementares na saúde oferecidos pelo SUS.

O terceiro capítulo fala sobre a metodologia utilizada no trabalho. O quarto capítulo será feita a análise com base nos elementos propostos de ambiência propostos pelo Ministério da Saúde e o quinto capítulo é a cartilha de diretrizes projetuais para os Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde.

1.1 JUSTIFICATIVA

Na saúde pública, elaborar propostas para melhoria a respeito da saúde mental vem ganhando cada vez mais espaço principalmente pelos aumentos de casos.

De acordo com a OMS - Organização Mundial da Saúde (2017) conforme citado pela ONU- Organização das Nações Unidas Brasil (2017) foi publicado às taxas de depressão e ansiedade, no relatório “Depressão e outros distúrbios mentais comuns: estimativas globais de saúde” que aponta a nível global que “o número de casos de depressão aumentou 18% entre 2005 e 2015: são 322 milhões de pessoas em todo o mundo”. E indica o Brasil como sendo um dos países mais ansiosos e depressivos da América e do mundo. “No Brasil, a depressão atinge 11,5 milhões de pessoas (5,8% da população), enquanto distúrbios relacionados à ansiedade afetam mais de 18,6 milhões de brasileiros (9,3% da população)”.

Esses números também são reflexos da dinâmica das cidades. Os transtornos mentais e comportamentais comuns,

como a ansiedade, depressão e estresse afetam a qualidade de vida das pessoas, por ser uma questão que vai além da relação com a saúde, é uma e problemática social, humana e econômica, que deve ser prioritária para saúde e bem estar de uma sociedade.

De acordo com o site da OPAS⁴ - Organização Pan-Americana de Saúde do Brasil:

Uma análise recente, que calculou custos de tratamento e resultados de saúde em 36 países de baixa, média e alta renda para os 15 anos (entre 2016 e 2030), baixos níveis de reconhecimento e acesso a cuidados para depressão e outro transtorno mental comum, a ansiedade, resultam em uma perda econômica global de um trilhão de dólares todos os anos.

⁴ Informações retiradas do site da OPAS - Organização Pan-Americana de Saúde do Brasil. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5652:folha-informativa-transtornos-mentais&Itemid=839 . Acesso em: 24 de março de 2019

A cartilha do Ministério Público Federal “Direito a Saúde Mental” aponta que no Brasil o direito a saúde mental é previsto na Constituição Federal com a finalidade de assegurar o bem-estar mental, integridade psíquica e pleno desenvolvimento intelectual e emocional dos indivíduos (BRASIL, s/a p.12).

A ambiência na arquitetura tem o papel de resgatar o sentimento de apropriação e humanização dos espaços. Apropriar-se de algo, é fazer parte, tomar para si. O que torna mais forte a relação de espaço/indivíduo. Juhani Pallasmaa (2011) destaca que a falta de humanismo nos espaços e na cidade advêm da falta de relação do espaço com os sentidos, e conseqüentemente com o corpo:

A falta de humanismo da arquitetura e das cidades contemporânea pode ser entendida como conseqüência da negligência com o corpo e os sentidos e um desequilíbrio de nosso sistema sensorial. O aumento da alienação, do isolamento e da solidão do mundo tecnológico de hoje, por exemplo, pode estar relacionada a certa patologia dos

sentidos. É instigante pensar que essa sensação de alienação e isolamento seja frequentemente evocada pelos ambientes mais avançados em termos tecnológicos, como hospitais e aeroportos. (PALLASMAA, 2011, p.16)

A humanização vem de uma política pública de forma geral que aliada à arquitetura promove a qualidade de apreensão do espaço, visando sempre o bem-estar dos indivíduos que o frequentam. Enfatiza-se a importância de se estudar e aplicar a ambiência em espaços públicos para a saúde mental, pois a humanização é importante no espaço e a arquitetura é um caminho para se atingir uma relação de conforto e acolhimento.

A escolha do objeto de estudo para análise são os espaços do CPICS – Equilíbrio do ser e Canto da Harmonia por serem equipamentos públicos de saúde que promovem o bem estar mental na prevenção e tratamento em um eixo comunitário, como indicado pela Lei Federal 10.216/2001 e pela OMS no relatório Mundial de Saúde de 2002: "Os serviços de base comunitária podem levar a intervenções precoces e

limitar o estigma associado com o tratamento." A adição da ambiência a esses espaços assume ainda o papel de desvincular a imagem histórica como local de exclusão e das péssimas condições desses espaços, para ser um local em que as pessoas busquem ajuda para o desenvolvimento do equilíbrio psíquico e melhorias de perspectiva e qualidade de vida.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 OBJETIVO GERAL:

O objetivo deste trabalho é a elaboração de uma cartilha com a finalidade de organizar as informações de fundo científico e prático no âmbito da percepção e ambiência para os Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde.

1.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Compreender a relação entre a percepção do ser humano, na interface da ambiência;
- Analisar o conceito de ambiência e as diretrizes propostas pelo Ministério da Saúde e suas possíveis aplicações nos Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde.
- Propor diretrizes arquitetônicas e de ambiências para CPICS.

1.3 METODOLOGIA

O trabalho proposto é uma pesquisa de caráter exploratório, onde a pesquisa foi construída a partir de investigações sobre a percepção e a ambiência. Marconi e Lakatos (2010, p.171) afirmam sobre a pesquisa de campo exploratório que:

São investigações de pesquisa empírica cujo objetivo é a formulação de questões ou de um problema, com tripla finalidade: desenvolver hipóteses, aumentar a familiaridade do pesquisador com o ambiente, fato ou fenômeno, para a realização de uma pesquisa futura mais precisa, ou modificar e clarificar conceitos.

Para iniciar o trabalho científico foi necessário primeiramente um embasamento teórico bibliográfico e documental (tabela 01) visando à obtenção de dados para o desenvolvimento do conhecimento teórico e esclarecimentos do assunto com a finalidade de nortear as discussões e questionamentos através de livros, artigos, dissertações e documentos referentes ao tema.

O processo de pesquisa científica precisa ser organizado e requer uma metodologia e planejamento das etapas (Tabela 02), para estudo dos objetos empíricos para alcançar os objetivos propostos.

Tabela 01 – Principais referências bibliográficas e documentais

Autor	Publicação/ ano	Tema
Ministério da Saúde (Núcleo Técnico da Política Nacional e Humanização)	Cartilha: Ambiência (2010)	Trata de forma geral da ambiência e humanização dos espaços públicos de saúde que integram o SUS – Sistema Único de Saúde.
Isabela Kirschner de Siqueira Campos	Dissertação de mestrado: Interfaces entre espaços públicos e Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde de João Pessoa – PB (2016)	Investiga a relação dos Centros de Práticas Integrativas e Complementares de João Pessoa –PB com o espaço urbano, analisa também os CPICS, seu funcionamento e inserção na cidade.
Juhani Pallasmaa	Livro: Os olhos da pele. A arquitetura dos sentidos (2011)	Fala da arquitetura e sua relação com os sentidos para humanização e experiência sensorial do espaço.
Leonora Cristina Silva	Dissertação de mestrado: Diretrizes para a arquitetura hospitalar pós- reforma psiquiátrica sob o olha da psicologia ambiental (2008)	Teoriza sobre a psicologia ambiental aplicada a área projetual e espaços hospitalares psiquiátricos para a humanização desses espaços.
Yi-Fu Tuan	Livro: Espaço e Lugar: a perspectiva da experiência (1983)	Fala sobre as dinâmicas do espaço e do lugar desde a sua conceituação a teorização desses objetos como experiência.

Fonte: Autoria pessoal, 2020

Tabela 02 – Síntese metodológica

ETAPAS	METODOLOGIA	OBJETIVOS
Referencial teórico	Pesquisa bibliográfica e documental	Obtenção de dados para o desenvolvimento do conhecimento teórico sobre o tema.
Diagnóstico	Levantamento fotográfico	Realizar o registro para posterior análise do local.
	Entrevistas	Compreensão do espaço: as demandas, necessidades, dinâmicas e percepções.
Análise	Correlatos com análise dos elementos de ambiência propostos na Cartilha de ambiência do ministério da Saúde.	Aprofundar o conhecimento sobre os elementos de análise e Sistematização dos dados obtidos.
Produção da Cartilha	Elaboração de textos e ilustrações	Organizar de forma didática as informações da pesquisa.

Fonte: Autoria pessoal, 2020

Como ideia inicial seria realizada pesquisas de campo (Tabela 03) para observação e compreensão dos espaços nos Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde – Equilíbrio do Ser localizado no bairro dos Bancários e no

Canto da Harmonia localizado no bairro do Valentina de todos na cidade de João Pessoa-PB.

Tabela 03 – Pesquisa de campo

PESQUISA DE CAMPO - PLANEJAMENTO		
LOCAL	Nº DE VISITAS	TURNO
CPICS – Equilíbrio do ser	03	Manhã
	03	Tarde
CPICS – Canto da harmonia	03	Manhã
	03	Tarde

Fonte: Autoria pessoal, 2020

A intenção com a pesquisa de campo seria de entender as dinâmicas de utilização do espaço, que tipos de atividades são oferecidos nesses equipamentos, para a formulação dos programas de necessidades, entender quais os públicos que frequentam esses locais, para análise e posterior proposta de diretrizes para a ambiência desses lugares.

Através dos instrumentos de pesquisa como o levantamento fotográfico, realizar o registro da arquitetura e composição desses lugares. Também seria realizado conversas e entrevista com os gestores/administradores, profissionais e com as pessoas que frequentam os espaços para entender como eles funcionam, suas necessidades e quais as percepções dessas pessoas e suas particularidades.

O momento da aplicação da metodologia desenvolvida coincidiu com a pandemia do COVID-19 (Coronavírus) e dessa forma alguns objetivos foram revisados, diante da viabilidade de desenvolvimento da pesquisa no presente momento, a revisão desses objetivos fez com que novos propósitos fossem pensados e a partir disso a análise do presente trabalho foi feita com a aplicabilidade dos elementos utilizados como referencial da Cartilha de Ambiência do Ministério da Saúde em obras de arquitetura com correlatos como embasamento para a produção da cartilha para os Centros de Práticas Integrativas e

Complementares em Saúde. A realização das entrevistas e a análise local dos espaços (apêndice 01) são previsões futuras para a continuação do trabalho.

O acesso às informações necessárias para a realização do trabalho referentes ao CPICS – Equilíbrio do Ser e CPICS – Canto da Harmonia foi possível mediante a pesquisa da dissertação de mestrado realizado por Campos (2016) sobre as “Interfaces entre espaços públicos e Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde de João Pessoa – PB” que além de investigar a relação desses espaços com o meu urbano, foi realizado um estudo sobre esses locais, com visitas, entrevistas e questionários que possibilitaram um direcionamento, panorama sobre o funcionamento, necessidade quanto à estrutura e acesso a informações básicas como plantas baixas e organização espaço.

As entrevistas obtidas por Campos, respondem questões como à necessidade de ampliação desses lugares, devido à procura e demanda pelas atividades a necessidade

de planejamento desses espaços tanto para um melhor funcionamento quanto para a visibilidade desses espaços e a contribuição dos Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde na saúde mental e física das pessoas que os frequentam.

2. AMBIÊNCIA, ARQUITETURA E SAÚDE MENTAL

2.1 Corpo e o espaço

2.1.1 A percepção do espaço

A cidade como colocado por Raquel Rolnik é como um ímã, “um campo magnético que atrai, reúne e concentra os homens” (ROLNIK, 1995, p. 12). Além de ser um espaço que concentra as pessoas, as cidades traduzem a forma que as pessoas as ocupam que na contemporaneidade são constituídos por cidades que refletem a dinâmica de aceleração, movimento e individualidade das próprias pessoas.

(...) grande parcela do stress e de outros transtornos psicológicos está intrinsecamente relacionada com os distúrbios estéticos do meio ambiente – trânsito, aglomerações, poluições de todos os tipos, violência, hipercomunicação – ou seja, uma grande parcela dos distúrbios psicológicos tem origem em um campo psíquico de relações coletivas. Psique e cidade constituem paulatinamente uma rede complexa que juntas sofrem com os sintomas da vida contemporânea.” (DELGADO;SÁ s/a p. 02)

Segundo Pallasma (2011, p.17) a falta de humanismo da arquitetura e da cidade contemporânea no espaço urbano expressam uma arquitetura desvinculada dos sentidos e do corpo.

Essa falta de relação com os sentidos afeta o processo cognitivo da percepção em seus aspectos subjetivos, nas criações das imagens que compõem o espaço e as questões da existência humana das próprias pessoas com a cidade, suas dinâmicas e interações, visto que “os sentidos são a base para a percepção humana” (ALEXANDRE; TAVARES, 2007, p.04)

A cidade, as edificações e principalmente os espaços públicos, não devem ser vistos como elementos separados que compõem os espaços, suas percepções na composição da cidade formam uma experiência sensorial conjunta, por exemplo, a arquitetura para uma edificação não é compreendida apenas no seu interior, ou como um elemento isolado, leve-se em consideração os aspectos sensoriais, subjetivos e relativos à sensibilidade humana para a transição do exterior para o interior edificável com as fachadas e na

relação com o seu entorno e o contexto da inserção da obra arquitetônica na cidade. “Uma obra de arquitetura não é experimentada como uma série de imagens isoladas na retina, e sim em sua essência material, corpórea e espiritual totalmente integrada.” (PALLASMAA, 2011, p.11)

O sistema sensorial humano é composto por estímulos que resultam em uma exaltação neural conhecida como “sensação”. As percepções se diferenciam a partir de cada estímulo e de suas particularidades e características físicas em função de experiências anteriores, na qual são associados e absorvidos em forma de conhecimento pelo cérebro, sendo os sentidos a base da percepção. Nesse processo as sensações externas refletem as propriedades e os aspectos, humanamente perceptíveis do espaço através dos sistemas sensoriais da visão, audição, paladar, olfato e tato. (ALEXANDRE; TAVARES, 2007, p.04)

Lima (2010, p.24) conceitua a percepção como uma função química que permite o organismo, através dos sentidos, perceber e elaborar a informação proveniente de seu

entorno, onde existem vários fatores que interferem na percepção de um objeto, dentre eles, os estímulos sensoriais, a localização do objeto no tempo e espaço e a influência das experiências anteriores como a cultura e educação.

Nesse sentido a percepção é um aspecto que tem um caráter subjetivo, pois além de permear fatores racionais e químicos provenientes do sistema neural do cérebro, a percepção também se fundamenta em aspectos cognitivos subjetivos das particularidades de cada cultura pertencentes a um coletivo e a individualidade do ser humano na assimilação de suas experiências particulares em suas vivências/experiências prévias.

“A palavra percepção é originária do latim *percipio* que deriva de *capio* cujo significado é compreender, entender, tomar, agarrar, etc. É no processo de passagem do ‘mundo externo’ para o ‘mundo interno’ que a percepção toma forma” (GAMBOIAS, 2013, p.39) A percepção, permite a interação com o ambiente e o corpo é o veículo dessa interação. As

sensações, as memórias, os sentimentos e experiências, mesmo que de forma subjetiva, forma no ser humano sua identidade.

Nossos corpos e movimentos estão em constante interação com o ambiente; o mundo e atividade humana se redefinem um ao outro constantemente. A percepção do corpo e a imagem do mundo se tornam uma experiência existencial contínua; não há corpo separado de seu domicílio no espaço, não há espaço desvinculado da imagem inconsciente de nossa identidade pessoal perceptiva. (PALLASMAA, 2011 p. 38)

O corpo reage aos estímulos do espaço, com o comportamento. Nesse aspecto deve-se entender ainda que o ser humano filtra e se concentra em determinadas informações disponibilizadas no ambiente. O foco dessas escolhas é de acordo Elali (2009 p. 05) referente à Ittelson (1973) e Gifford (1997) "fruto dos interesses, motivação e das características individuais (idade, gênero, condições físicas, fase do ciclo vital, background social, cultural, educacional,

entre outros) e do tipo de relação que cada pessoa mantém com o local."

Pela mente seletiva, diante do bombardeio de estímulos, são selecionados os aspectos de interesse ou que tenham chamado a atenção, e só aí é que ocorre a percepção (imagem) e a consciência (pensamento, sentimento), resultando em uma resposta que conduz a um comportamento. (SILVA 2008, p. 41 apud OKAMOTO, 2002, p.27)

Essas variáveis na percepção assim demonstram que cada indivíduo pode possuir um comportamento, de reações e interações diferentes, por exemplo, do mesmo espaço, contudo existe um fator comum nas variáveis que envolvem a percepção: O próprio corpo.

Apontado por Tuan (1983, p.39) o homem e a sua relação com o corpo e com outras pessoas, determina a organização do espaço moldado pelas suas necessidades biológicas e relações sociais, diante disso Tuan (1983, p. 40) ainda ressalta a dominância do corpo no espaço. "o corpo é

um 'corpo' vivo e o espaço é um constructo do ser humano". A maior referência do espaço é assim o próprio corpo, conseqüentemente deve ser para a arquitetura também. "a arquitetura inicia, direciona e organiza o comportamento e o movimento." PALLASMA (2011, p. 60)

O corpo é o norte do espaço. "O mundo é refletido no corpo, e o corpo é projetado no mundo." Pallasmaa (2011, p. 43) Exemplo disso são as relações espaciais de referencial posicional de um objeto ou do próprio corpo. O entendimento da distancia e direção é naturalmente compreendido pelo cérebro a partir do referencial do corpo.

Entre os mamíferos, o corpo humano é impar, porque se mantém com facilidade na posição ereta. [...] o espaço se abre diante dele e imediatamente pode diferenciá-lo nos eixos frente-atrás e direita-esquerda de acordo com a estrutura do seu corpo. Vertical- horizontal, em cima-embaixo, frente-atrás e direita-esquerda são posições e coordenadas do próprio corpo que são extrapoladas para o espaço. (TUAN, 1983, p. 40)

O comportamento do corpo diante das percepções, a integração e a sensação de agradabilidade e bem estar dependem muito do papel da arquitetura e da ambiência. De Como aponta Bestetti (2014 p. 603) "A sensação corporal de prazer permite experimentar a alegria ou a felicidade, sendo missão da arquitetura criar espaços sensíveis e estimulantes que favoreçam o desenvolvimento da existência humana".

A arquitetura enquanto âmbito racional de ação projetual na criação dos espaços não pode controlar os aspectos subjetivos da percepção na compreensão sobre como cada indivíduo vai assimilar o espaço, e quais as memórias, sensações, lembranças e sentimentos que podem surgir de forma individual, o arquiteto pode e deve levar em consideração os aspectos subjetivos da percepção, de uma coletividade, como as referências culturais. A arquitetura deve projetar a ambiência dos espaços com a percepção, nos elementos no meio físico referentes à parte objetiva do

espaço compreendida pelo corpo, com os estímulos de cor, forma, textura, luz, sombra.

2.1.2 Os sentidos e a arquitetura

Toda experiência com a arquitetura é multissensorial; as características de espaço, matéria e escala são medidas igualmente por nossos olhos, ouvidos, nariz, pele, língua, esqueleto e músculos. A arquitetura reforça a experiência existencial, nossa sensação de pertencer ao mundo, e essa é essencialmente uma experiência de reforço da identidade pessoal. Em vez da mera visão, ou dos cinco sentidos clássicos, a arquitetura envolve diversas esferas da experiência sensorial que interagem e fundem entre si. (PALLASMAA, 2011, p.39)

A arquitetura em sua essência busca responder aos anseios e necessidades humanas. “Edificações e cidades fornecem o horizonte para o entendimento e confronto da condição existencial humana”. (PALLASMAA, 2011, p.11)

Desde a construção dos “abrigos” no período da pré-história, até as produções contemporâneas, a ação de construir e planejar as cidades e de desenvolver tecnologias e as edificações e as mudanças e estudos da própria disciplina

da arquitetura e do urbanismo fez parte também do próprio desenvolvimento humano, enquanto indivíduos e sociedade.

A arquitetura em seu contexto histórico passou por diversas mudanças e fatos que influenciaram as formas de construção onde um dos principais anseios motivadores da arquitetura ao longo da história, até hoje, os edifícios deviam ser emblemáticos, como símbolo de poder. (DIAS, ANJOS, 2017, p.03 apud DIAS 2009).

O anseio da arquitetura emblemática vincula a arquitetura fortemente a percepção principalmente visual, fundamentada em desejos estéticos, como colocado por Gamboias, (2013, p. 61) "Ao longo da História os sentidos e o corpo humano têm sido tratados de diferentes maneiras. O corpo sempre foi uma referência para os arquitectos e na Antiguidade, eram as suas proporções e a visão as principais referências de projecto."

A arquitetura evidencia principalmente nos últimos 30 anos a formação de imagens visuais, a partir da utilização de

estratégias da psicologia e da publicidade que sobrepõe à existência humana. (PALLASMAA, 2011, P.29)

O meio da tecnologia e a velocidade das informações causou mudanças na produção da arquitetura que passou a ser um produto de imagens visuais, uma mercadoria. (PALLASMAA, 2011, P.21) O próprio meio de produção projetual está vinculada ao mundo digital, o que faz o desenvolvimento dos projetos sejam cada vez mais rápido, porém como colocado por Gamboias, (2013, p. 49) "O mundo virtual está desenhado para estimular a visão e a audição deixando os outros sentidos de parte".

Pallasma (2011, p.12) aponta ainda que:

A criação de imagens por computador tende a reduzir nossa magnífica capacidade de imaginação multissensorial, simultânea e sincrônica, ao transformar o processo de projeto em uma manipulação passiva, em um passeio pela retina. (...) O trabalho criativo exige uma identificação corporal e mental, empatia e compaixão.

A arquitetura relacionada diretamente à visão e a estética não precisam ser excludentes aos demais sentidos. Segundo Pallasma (2011, p.25). "O sentido da visão pode incorporar e até mesmo reforçar outras modalidades sensoriais."

A arquitectura não pode viver da bidimensionalidade. O espaço existe teoricamente e necessita de ser ocupado fisicamente sendo uma das funções do arquitecto dar-lhe forma com os materiais que trabalha(...) O arquitecto como criador do cenário onde vivemos diariamente tem um papel importante no dia-a-dia influenciando a maneira como vemos, sentimos e vivemos a arquitectura. (GAMBOIAS, 2013, p. 53)

"A arte da visão, sem dúvida, tem nos oferecidos edificações instigantes, mas ela não tem promovido uma conexão humana com o mundo" Pallasmaa (2011, p.17). Uma das explicações para a predominância da visão e propagação cultural do âmbito racional da visão. Historicamente a visão tem sido considerada o mais importante dos sentidos, sendo o

mais nobre e o mais confiável. Na Renascença, a visão assumia o topo dos sentidos, hierarquicamente, e o tato a base. (PALLASMAA, 2011, p. 15)

O artista visual Philip Barlow, explora a relação da luz e das cores, em pinturas que retratam cenas "desfocadas" (figura 01) as pinturas que mais parecem fotos sem foco. As telas retratam também o que para algumas pessoas é comum por possuírem problemas no sistema visual.

Figura 01 – “Waiting on time square”



Fonte: Site pessoal do artista Philip Barlow, S/A

Gamboias (2013, p. 35) Compara o funcionamento da visão com um de uma câmera fotográfica. O globo ocular que junto com outros órgãos formam o aparelho visual capta

através do olho a energia luminosa e transforma em uma imagem perceptível ao nosso cérebro. A comparação com a máquina fotográfica, o cristalino é a parte que foca; a íris, o elemento que regula a abertura; e por fim a retina seria, onde a imagem fica gravada.

“Os olhos querem colaborar com outros sentidos”, Pallasmaa (2011 p.39) aponta ainda que todos os sentidos inclusive a visão, podem ser considerados extensões do sentido do tato. “O corpo todo é recoberto pela pele. Até mesmo a córnea transparente de nossos olhos é recoberta por uma camada modificada da pele” (MONTAGU 1988, p. 21)

O sentido do tato funciona como o inconsciente da visão. “A boa arquitetura oferece formas e superfícies moldadas para o toque prazeroso dos olhos” (PALLASMAA, 2011, p.42)

“A pele é mais extenso órgão do sentido de nosso corpo e o sistema tátil é o primeiro sistema sensorial a torna-se funcional” (MONTAGU 1988, p. 22). Por ser o órgão mais

antigo e mais extenso do corpo, permite que o organismo aprenda desse sentido o que é o seu ambiente. (MONTAGU 1988, p. 23) A interface entre a pele e o ambiente, entre o corpo e a exterioridade do mundo. "A visão desvinculada do tato não poderia ter qualquer idéia de distância, exterioridade ou profundidade e conseqüentemente nem de espaço ou corpo". (PALLASMAA, 2011 p.40)

O toque na pele, o contato, direto faz do tato o mais íntimo de nossos sentidos.

O olho é o órgão da distância e separação, enquanto o tato é o sentido da proximidade, intimidade e afeição. O olho analisa, controla e investiga, ao passo que o toque aproxima e acaricia. Durante experiências emocionais muito intensas, tendemos a barrar o sentido distanciador da visão; fechamos os olhos enquanto dormimos, ouvimos música ou acariciamos nossos amados. (PALLASMAA, 2011, p.43)

Experiências corpóreas desenvolvidas com ausência de um dos sentidos evidenciam outros, na tentativa de compensar a parte de um sistema.

A dinâmica proposta dentro de uma disciplina optativa "Corpo e espaço" no curso de arquitetura e urbanismo do Centro Universitário UNIESP (figura 02), teve a finalidade de proporcionar vivências que buscavam explorar e conhecer o urbano através da experiência do corpo, ministrada pela professora e arquiteta e urbanista Alessandra Soares, a proposição da dinâmica foi de preparar o corpo, que cotidianamente tem o entendimento do espaço compreendido prioritariamente pelo sentido da visão. "Enxergar" com o toque, ampliar os sons, na busca de entender o espaço (experiências, comportamentos, ações).

Quando ausentes da visão, o sentido tátil aparece como referência do espaço, juntamente com o sentido da audição. Ambos os sentidos ficam mais aguçados e instintivos, abertos à imaginação. Segundo Pallasma (2011, p.44) "As sombras

profundas e a escuridão são essenciais, pois eles reduzem a precisão da visão, tornam a profundidade e a distância ambíguas e convidam a visão periférica inconsciente e a fantasia tátil”.

Figura 02 – Corpo e espaço



Fonte: Alessandra Soares, 2018

A pele recebe o papel de transmitir ao sistema nervoso os sinais que chegam do meio ambiente, a pele ainda capta sinais do nosso mundo interno. A pele é o espelho do funcionamento do organismo, em seus aspectos fisiológicos, de cor, textura, umidade, secura e também os nossos estados de ser psicológico, empalidecemos de medo e fica “vermelha” de vergonha. A pele reflete a nossas paixões e emoções. (MONTAGU 1988, p. 23)

Para nós, a “sensação” de uma coisa é importante por diversos motivos. (...) nossa “sensação” dos outros incorpora grande parte das experiências que nos mesmos vivemos a nível da pele. Uma experiência profundamente sentida é “tocante”. (...) Quando usamos o termo “sensação” ou “sentir” estamos muitas vezes fazendo referência a estados emocionais como felicidade, alegria, tristeza, melancolia e depressão. (MONTAGU 1988, p. 23)

Os sentidos fazem parte do corpo como um conjunto de sistemas, que estão inter-relacionados, mediando à interação direta do corpo com o espaço. Para Pallasma (2011,

p.46-47) a audição estrutura e articula a experiência e o entendimento do espaço enquanto a visão e o olho alcançam um objeto, de forma isolada e é direcional, o som incorpora e é onidirecional.

Cada prédio ou espaço tem seu som característico de intimidade e monumentalidade, convite ou rejeição, hospitalidade ou hostilidade, um espaço é tão entendido e apreciado por meio de seus ecos como por meio de sua experiência visual. (PALLASMAA, 2011, p.48)

A capacidade da audição de proporcionar a imaginação. O som da chuva que invade o interior de uma edificação. A sensação que o som desencadeia no corpo ao entrar em uma igreja barroca.

O som que acalma. “A experiência auditiva mais fundamental criada pela arquitetura é a tranquilidade” (PALLASMAA, 2011 p. 48). E o oposto do som, o silêncio dentro da arquitetura como aponta Pallasmaa (2011, p. 49), assim como qualquer forma de arte como sendo uma

experiência que foca nossa direção e própria existência, nos tornado ciente de nossa própria solidão original.

Os sons preenchem os espaços, a arquitetura e as edificações. Dos sons da cidade até os da edificação. O som está presente, por meios naturais, como a barulho da chuva, dos materiais utilizados e os sons que as pessoas produzem no espaço e suas especificidades, como um teatro ou uma biblioteca. O som e a audição se relacionam com a arquitetura como um fator relevante, desde a análise de condicionantes usuais de projeto como de tipo de uso, localização, o paisagismo, até os detalhes de intenção do projetista ao indicar as diretrizes projetuais da forma que o som é incorporado ou não ao espaço.

[...] o som é permanente na nossa vida, não o podemos ignorar – mesmo quando tapamos os ouvidos, ouvimos o nosso ruído. Os arquitectos estudam as leis da acústica de maneira a aplicá-las nos edifícios, criando assim o ambiente desejado. Se a compreensão do espaço está, muitas vezes, relacionada com a audição, para o

compreendermos, é necessário escutar.
(GAMBOIAS, 2013, p. 29)

Segundo Pallasmaa (2011, p.48) “o produto mental da percepção geralmente permanece como uma experiência inconsciente de fundo”. A arquitetura produz sensações, sons, ecos, ruídos que preenchem os espaços, trazem lembranças.

O olfato e o paladar são sentidos que estão ligados principalmente a memória e pela familiaridade que nele podemos encontrar. Na arquitetura, um ambiente pode ter um cheiro específico e associativo. Os odores sentidos apenas uma vez são imediatamente associados, quando cheirados pela segunda vez. (GAMBOIAS, 2013, p. 31) “Frequentemente, a memória mais persistente de um espaço é o seu cheiro. (...) Um cheiro específico nos faz reentrar de modo inconsciente um espaço totalmente esquecido pela memória da retina.” (PALLASMAA, 2011, p. 51)

O sentido do paladar está estritamente ligado ao olfato devido à ligação dos sistemas, quando o cheiro entra pelo nariz ele também passa pela boca estimulando o paladar. (GAMBOIAS, 2013, p. 33)

O sentido da visão e o paladar se complementam, certas cores estimulam memórias gustativas. “nossa experiência de mundo se origina na sensação interna da boca, e o mundo tende a retornar as suas origens orais.” (PALLASMAA, 2011, p. 56) O corpo se lembra.

2.2 Do abstrato ao concreto

2.2.1 A ambiência e humanização dos espaços

O âmbito da saúde pública no Brasil com o Sistema Único de Saúde – SUS, vem desenvolvendo práticas como a implementação da PNH – Política Nacional de Humanização que desde 2003, que de acordo com o portal do Ministério da Saúde⁵ a PNH visa qualificar e estar presente e inserida em todas as políticas e programas do SUS, para os usuários, trabalhadores e gestores, promovendo a comunicação entre estes três grupos e provocar uma série de debates e ações em direção a mudanças que proporcionem melhor forma de cuidar e novas formas de organizar o trabalho.

O processo de humanização na saúde pública existe em função da preocupação com o bem-estar dos pacientes, aproximando o ambiente físico dos valores humanos, tratando

⁵Informações retiradas do site do Ministério da Saúde. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/projeto-lean-nas-emergencias/693-aco-es-e-programas/40038-humanizasus>> Acesso em: 07 de julho de 2019

o homem como foco principal do projeto. (HOREVICZ; CUNTO, 2007, p. 17)

O termo humanização constitui o ato de ou ação de humanizar. Humanizar ou, humanar significa tornar humano. Humano, por sua vez é definido como aquilo que é relativo ao homem ou próprio dele. Portanto, a humanização pode ser entendida como o ato ou ação de tornar humanas as relações, ou seja, levar em consideração tudo que é relativo ao homem ou próprio dele. (LEITE; STRONG, 2006, p.204)

Segundo Horevicz e Cunto (2007, p. 17) de acordo com Mezzomo (2003) "a humanização é entendida como valor, na medida em que resgata o respeito à vida humana. Abrange circunstâncias sociais, éticas, educacionais e psíquicas presentes em todo relacionamento humano". Horevicz e Cunto (2007, p. 17) apontam que o processo de humanização de ambientes tem o objetivo de promover ao seu usuário conforto físico e psicológico.

A humanização na saúde foca principalmente nas ações desenvolvidas do ser e para o indivíduo, de forma humana. Adotar o conceito de ambiência como uma ação de humanização do espaço dá-se pela relação de indivíduo – espaço e a função da edificação como ambiente que deve acolher o indivíduo e estabelecer uma relação harmônica e saudável com as pessoas que utilizam o espaço.

Quando falamos em ambiência, pensamos em humanização por meio do equilíbrio de elementos que compõem os espaços, considerando fatores que permitam o protagonismo e a participação. Pressupõe o espaço como cenário onde se realizam relações sociais, políticas e econômicas de determinados grupos da sociedade, sendo uma situação construída coletivamente e incluindo as diferentes culturas e valores. (BESTETTI, 2014, p.602)

O portal Ministério da Saúde aponta a ambiência como a criação de espaços saudáveis, acolhedores e confortáveis, que respeitem a privacidade, propiciem mudanças no processo de trabalho e sejam lugares de encontro entre as

peças através da discussão compartilhada do projeto arquitetônico, das reformas e do uso dos espaços de acordo com as necessidades de usuários e trabalhadores de cada serviço, que pode melhorar o trabalho em saúde.

O conceito de ambiência aplicada na saúde vai de encontro com o campo de estudo da psicologia ambiental.

O edifício deixa de ser encarado apenas por suas características físicas para ser entendido, enquanto espaço que pode proporcionar ocupação, reinterpretações, modificações pelos usuários, que para além dos aspectos construtivos funcionais referentes à arquitetura, inclui-se a análise comportamental e social. Processo que implica na análise do uso, como fator que possibilita a transformação do ambiente do espaço para ser um lugar com a valorização do ponto de vista do usuário. (ELALI, 1997, p.353)

A cartilha de ambiência estabelecida pela PNH estabelece o conceito de ambiência vinculada a três eixos: o espaço que visa a confortabilidade através de elementos do

ambiente tais como a cor, o Cheiro, o som, iluminação e morfologia, o espaço como um local de troca e encontro produtor de subjetividades e como ferramenta facilitadora do processo de trabalho, favorecendo a otimização de recursos, o atendimento humanizado, acolhedor. (BRASIL, 2010, p.06)

O conceito de ambiência (da palavra francesa "ambience" compreendida em sua tradução como "meio ambiente") é formado pelo conceito no qual o espaço pode causar efeitos no comportamento dos indivíduos, de forma também moral. (BESTETTI, 2014, p. 602)

No meio físico, os fatores estéticos e de composição do espaço afetam o indivíduo através de fenômenos psicofisiológicos do corpo. As sensações a partir do espaço de bem-estar físico, emocional e de conforto compreendidas no sistema sensorial humano pela percepção, memória e imaginação em constante interação, fazem parte da ambiência.

Bestetti (2014, p.602) referente à Schmid (2005) aponta o conforto como sendo uma condição que é baseada a partir de atender as necessidades de um indivíduo de forma imediata. Onde a sensação de conforto também é relativa a emoção, prazer, e o ambiente é um abrigo para o corpo e alma. O conforto é uma condição que não é apenas baseada em questões físicas, o espaço precisa oferecer a sensação de conforto emocional também.

No ambiente físico a sensação de bem-estar pode ser obtida estímulos de "distrações positivas". De acordo com Vasconcelos (2004, p.42) referente à Ulrich (1981) a distração positiva na saúde é proporcionada em ambientes que possuem elementos que possam provocar sensações positivas, com a finalidade de prender a atenção dos pacientes para e despertar o seu interesse além da doença, em um espaço sem cobrança ou estresse individual, para a redução ou bloqueio de pensamentos ruins.

As formas de distração absorvidas com a percepção e os estímulos sensoriais acontecem de forma positiva quando aplicadas a utilização de forma moderada no espaço. Quando a estimulação sensorial é muito baixa, ou nula, pode causar aos pacientes sentimentos ruins e em seu oposto quando o nível de estimulação é muito alto como elementos com som, iluminação intensa, cores vibrantes e outros elementos do ambiente, de forma acumulativa estes estímulos podem causar estresse. (VASCONCELOS, 2004, p.42)

O bem estar físico e emocional do homem é influenciado por elementos como luz, cor, som, aroma, textura e forma. A presença desses elementos no ambiente relacionado à saúde tem um grande impacto no psicológico e no físico dos indivíduos, que em uma instalação médica projetada, aplicando desses elementos adequadamente, pode ser considerada parte importantes também no tratamento. (HOREVICZ E CUNTO, 2007, p. 04 apud GAPPELL, 1995).

A utilização da luz e sua relação como indivíduo se destaca pela influência fisiológica e psicológica da luz no corpo que é responsável por uma série de funções. A atuação da luz relacionada ao estado psicológico é relacionada a produção e regularização de alguns hormônios e vitaminas que atuam sobre o sistema nervoso. A luz para as funções fisiológicas atuam no controle endócrino, relógio biológico, principalmente com relação ao nosso ciclo circadiano, controle de estresse, fadiga e a supressão da melatonina. (SILVA, 2008, p.68)

A luz natural no ambiente da saúde é relacionada a questões de salubridade e do desenvolvimento e funcionamento do corpo.

De acordo com Vasconcelos (2004, p. 49):

A luz do sol é importante para a absorção do cálcio e do fósforo, para o crescimento e fortalecimento dos ossos, para o controle de profilaxia viral e de infecções e para a melhora da capacidade física, diminuindo a pressão arterial e aumentando a quantidade de oxigênio.

Um exemplo de obra arquitetônica voltada para a saúde onde foi utilizada a luz e orientação solar e dos ventos como partidos arquitetônicos é o Sanatório de Paimio de Alvar Aalto, construído em 1933, para abrigar pacientes de tuberculose.

Aalto projetou a edificação acreditando não apenas na função de ser um ambiente hospitalar com finalidade de abrigar os pacientes mas na função terapêutica do próprio edifício, visto que a tuberculose exigia um longo período de tratamento, com exposição diária ao ar puro e sol, Aalto projetou de forma que a área reservada aos doentes possuísse a melhor exposição solar em relação aos outros ambientes. (ALVES, 2014, p.68)

Todos os quartos (figura 03) dos pacientes captam o sol pela manhã, aquecem o ar de forma natural e estabelecem um contato direto com o exterior. (ALVES, 2014, p.69). O arquiteto também projetou espaços de socialização, dentre eles terraços (figura 04) que permitam aos pacientes o contato direto com a luz do sol.

A iluminação natural é a que traz maiores benefícios, tanto fisiológicos, quanto psicológicos ao indivíduo. Está é uma das características importantes a ser explorada nos projetos destas arquiteturas. São pátios, janelas, clarabóias e os mais variados elementos em forma de aberturas que podem ser empregados no partido arquitetônico, capazes de promover o acesso à iluminação natural. (SILVA, 2008, p. 68)

Figura 03- Ala dos pacientes



Fonte: Gustaf Welin, 1930

Figuras 04- Pacientes no terraço do ultimo andar do Sanatório de Paimio



Fonte: Gustaf Welin, 1933

A iluminação é caracterizada pela sua incidência, qualidade e quantidade, seja ela natura ou artificial. A iluminação é necessária no ambiente para a realização de atividades e na ambiência contribui para a composição do ambiente de forma mais aconchegante quando explorada os desenhos formados pelas sombras. (BRASIL, 2010, p. 08)

Na arquitetura a luz constitui um fator determinante na leitura da forma e do espaço. A luz molda o espaço na arquitetura, com gradações e contrastes que produzem profundidade, estimulantes na percepção. (ALVES, 2014, p.21)

A luz interfere diretamente em outros elementos compreendidos no espaço, um exemplo disso é a cor. De acordo com Vasconcelos (2004, p. 51) "Cor e luz são elementos do ambiente que estão intimamente ligados, tanto que a intensidade da luz afeta substancialmente o resultado da cor".

A cor é uma onda luminosa, um raio de luz branca que atravessa nossos olhos. É ainda uma produção de nosso cérebro, uma sensação visual/ como se nós estivéssemos assistindo a uma gama de cores que se apresentasse aos nossos olhos, a todo instante, esculpida na natureza à nossa frente. (FARINA; PEREZ; BASTOS, 2006, p. 01)

As cores influenciam o fisiológico e o psicológico do ser humano. As cores podem produzir impressões, sensações, calor ou frio, sentimento de alegria ou tristeza, exaltação ou

depressão, equilíbrio ou desequilíbrio. (FARINA; PEREZ; BASTOS, 2006, p. 02)

As cores podem ser classificadas em frias e quentes. "Normalmente denominamos de cores quentes as que derivam do vermelho-alaranjado e de cores frias as que partem do azul esverdeado". (FARINA; PEREZ; BASTOS, 2006, p. 92)

Os tons frios causam o efeito tranquilidade, gera a sensação de calma, introspecção. "a cor azul, estimula o sistema nervoso parassimpático, causando efeito tranqüilizante." (VASCONCELOS, 2004, p.52) Em complemento a isso segundo Farina; Perez; Bastos (2006, p. 86) "As cores frias parecem distantes, leves, transparentes, úmidas, aéreas, e são calmantes".

A cor azul é marcante nos quadros do pintor holandês Van Gogh "A noite estrelada" (figura 05), "A Noite Estrelada sobre Ródano" (figura 06) onde a utilização da cor causa sensações em quem vê as pinturas ao mesmo tempo em que transmite o estado emocional do pintor.

Figura 05- Pintura "A Noite Estrelada"



Fonte: Van Gogh (1889)

Figura 06- Pintura "A Noite Estrelada sobre Ródano"



Fonte: Van Gogh (1888)

A utilização da cor na arquitetura pode explorar sensações e efeitos. Os tons quentes são mais excitantes, causa a sensação de calor, proximidade. Exemplo do efeito da cor vermelha na arquitetura foi o ambiente na CasaCor Paraíba 2018 desenvolvido, o Conectivo IESP (figura 07) como projetado como um ambiente de transição, que explora uma experiência sensorial, a cor desse espaço acaba tendo um grande impacto nas sensações causadas pelo ambiente.

Figura 07-Conectivo IESP



Fonte: Site da UNIESP, 2018

Segundo Vasconcelos (2004, p.52) “a cor vermelha estimula o sistema nervoso simpático, aumenta a atividade cerebral, enviando mais sangue para os músculos, acelerando o batimento cardíaco, a pressão arterial e a respiração”.

Na arquitetura, além de explorar os estímulos e percepção, as cores ainda podem ser utilizadas o objetivo de realçar formas, destacar ou camuflar elementos e em programas necessidades complexos. (SILVA, 2008, p.70)

Exemplo disso é a cor no Sanatório de Paimio, usada na recepção para marcar setores (figura 08) e espaços destinados a atividades específicas (figura 09) como é o caso de um refeitório, o vermelho é uma cor estimulante e no espaço da ala dos pacientes (figura 10) ajuda na identificação e orientação.

Figura 08 – Sanatório de Paimio



Fonte: Sami Heikinheimo, 2008

Figura 09 – refeitório Sanatório de Paimio



Fonte: Sami Heikinheimo, 2008

Figura 10 – Corredor da ala dos pacientes no Sanatório de Paimio



Fonte: Sami Heikinheimo, 2008

Para utilizar a ambiência é necessário entender as suas razões científicas. Entender ainda as pessoas que vão utilizar esses espaços, em um espaço destinado a saúde entender os pacientes, que vão ser diretamente afetados pelas sensações do espaço físico.

Segundo Vasconcelos (2004, p.32)

É preciso ter conhecimento das razões científicas pelas quais certos elementos

fazem bem ou mal aos pacientes, é preciso entender porque algumas sensações são provocadas pelo espaço físico e como os pacientes podem percebê-las, é preciso saber a respeito da doença que atinge o usuário daquele espaço para poder proporcionar a ele um ambiente que influencie positivamente na sua recuperação.

A ambiência arquitetônica relacionada à saúde é compreendida como um fator que pode auxiliar na cura, pela construção de “lugares” mais humanizados, pela aproximação com o corpo, o próprio ser humano (suas necessidades e comportamentos), a criação de ambientes que sejam lugares (com sensação de valor) e a utilização de elementos que contribuam para o espaço, o direcionamento das sensações e o entendimento das relações que os usuários vão ter com o local.

2.3 Saúde Mental

2.3.1 A saúde mental no Brasil e os TMC (transtornos mentais comuns)

Os aspectos relacionados à saúde mental carregam por razões históricas uma imagem de exclusão e distanciamento da sociedade, desde o espaço físico que eram isolados, até os próprios pacientes, pessoas “indesejáveis” na sociedade, contexto visto ainda no século XX como o caso extremo brasileiro do Hospital Colônia de Barbacena em Minas Gerais (Figura11).

Por causa do histórico de casos como esse, nos dias atuais os aspectos que envolvem a saúde mental enfrentam dificuldade de compreensão e entendimento de sua relevância e importância por parte das pessoas e isso conseqüentemente acaba afetando a procura por prevenção e tratamento.

Figura 11 – Hospital Colônia de Barbacena em Minas Gerais



Fonte: Luiz Alfredo, 1961

O processo de produção de saúde pública destinada à saúde mental passa por reformas nos últimos anos, como a Reforma Psiquiátrica que trouxe mudanças políticas e de acesso à saúde mental. “Nos últimos 30 anos iniciou-se no Brasil o processo de implantação da Reforma Psiquiátrica, tendo como principal objetivo a desinstitucionalização e

reabilitação psicossocial dos pacientes acometidos por doenças mentais.” (SILVA, 2008, P.15)

As mudanças para um cenário mais humanizado da saúde mental ganhou forças a partir de 2001 com a Lei Federal 10.216 que fala sobre a proteção e os direitos das pessoas com transtornos mentais e redireciona a assistência em saúde mental para tratamento em serviços de base comunitária como os CAPS - os Centros de Atenção Psicossocial.

As pessoas atendidas nos CAPS são aquelas que apresentam intenso sofrimento psíquico, que lhes impossibilita de viver e realizar seus projetos de vida. São, preferencialmente, pessoas com transtornos mentais severos e/ou persistentes, ou seja, pessoas com grave comprometimento psíquico, incluindo os transtornos relacionados às substâncias psicoativas (álcool e outras drogas) e também crianças e adolescentes com transtornos mentais. (BRASIL, 2004, p.15)

Atualmente o Brasil enfrenta um grande aumento no número de pessoas com transtornos mentais, principalmente relacionado aos Transtornos Mentais Comuns -TMC, como ansiedade e depressão. De acordo com o relatório da OMS “Depression and Other Common Mental Disorders - Global Health Estimates” de 2017 aponta o Brasil como sendo o país mais ansioso do mundo com 9,3% da população e com relação à depressão o Brasil ocupa a 5º posição com 5,8% no mundo e a 2º na America ficando atrás do 1º EUA com 5,9%.

Os transtornos mentais comuns são distúrbios que afetam um número alto da população por essa razão são considerados “comuns”. O termo TMC é referente a duas principais categorias de diagnóstico: os transtornos depressivos e os transtornos de ansiedade onde os sintomas podem variar de acordo com o a gravidade e tempo de duração. (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2017, p.05 tradução livre)

De acordo com Ludermir; Filho; (2002, p.214) o termo Transtornos Mentais Comuns foi uma expressão criada por Goldberg & Huxley (1992) para caracterizar sintomas como insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento, dificuldade de concentração e queixas somáticas, esses transtornos são incapacitantes causando assim problemas sociais e econômicos, e elevam os custos e a necessidade de auxílio nos serviços de saúde.

Para todas as pessoas, a saúde mental, a saúde física e a social são fios da vida estreitamente entrelaçados e profundamente interdependentes. À medida que cresce a compreensão desse relacionamento, torna-se cada vez mais evidente que a saúde mental é indispensável para o bem-estar geral dos indivíduos, das sociedades e dos países. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2002, P.29)

O funcionamento mental e a saúde mental podem influenciar a saúde física e provocar sintomas no funcionamento do corpo. Sabe-se hoje em dia que a saúde mental e física é um conjunto. Por exemplo, o estado mental

de estar angustiado e deprimido desencadeia uma série de mudanças adversas no funcionamento do corpo, no sistema endócrino e imunológico, causando uma maior susceptibilidade a uma série de doenças físicas. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2002, P.38)

O cuidado a saúde mental e conseqüentemente física é feita a partir das mudanças na assistência à saúde mental em um contexto comunitário e de cuidado primário no SUS. “O controle e tratamento de perturbações mentais, no contexto dos cuidados primários, é um passo fundamental que possibilita ao maior número possível de pessoas ter acesso mais fácil e mais rápido aos serviços” (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2002, P.15)

É através das Unidades de Saúde da Família (USF), dos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), que as pessoas podem ter informações e acesso ao tratamento de transtornos mentais para obter saúde mental e como forma de prevenção e auxílio no tratamento de doenças mentais como os TMC

existem os Centros Práticas Integrativas e Complementares em Saúde – CPICS que atuam com a finalidade de prevenção, aliviar os sintomas e promover o autocuidado físico e emocional.

2.3.2 As práticas integrativas e complementares em saúde

As práticas integrativas e complementares em saúde (PICS) é uma abordagem alternativa que busca através de mecanismos naturais estimular a prevenção e recuperação da saúde. De acordo com o Ministério da Saúde⁶, as PICS contemplam recursos terapêuticos, chamado pela OMS de medicina tradicional e complementar/alternativa (MT/MCA).

⁶ Informações retiradas do site do Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC)**. (S/A) Disponível em: <http://www.saude.gov.br/acoes-e-programas/politica-nacional-de-praticas-integrativas-e-complementares-ppnic> . Acesso em: 19 de janeiro de 2020

A utilização das PICS surgiu em 1972 após a OMS criar o Departamento de medicina Tradicional, com a finalidade de encorajar a utilização uma abordagem mais natural, segura a partir de resultados positivos em países que utilizavam essas práticas.

As PICS no Brasil são oferecidas no SUS desde 2006, de acordo com o site observapics⁷

No Brasil, as PICS estão institucionalizadas no SUS desde 2006, com a publicação da Portaria GM/MS nº 971/2006, que criou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC), com inserção na Atenção Básica e demais níveis do sistema de saúde. A política foi ampliada com as Portarias GM/MS nº 849/2017, nº 702/2018, São oferecidas nas Unidades de Saúde da Família, em postos de saúde, centros especializados e em hospitais terciários como uma forma de assistência integral à saúde física, mental e emocional,

⁷ Informações retiradas do site Observapics. **PICS**. (S/A) Disponível em: <http://observapics.fiocruz.br/pics/> . Acesso em: 19 de janeiro de 2020

aliviando o sofrimento e promovendo o autocuidado, com avaliação positiva de usuários.

Os tipos de práticas e terapias oferecidas aumentaram desde 2006 inicialmente eram 5, no ano de 2018 essas praticas aumentaram para 29. Essas práticas podem ser organizadas de acordo com o método de tratamento, cuidados manuais (acupuntura, quiropraxia, osteopatia, massagen) terapias de corpo-mente (figura 12) como tai chi chuan, yoga, , meditação, fitoterapia, e terapias de grupo de apoio como a terapia comunitária integrativa. (OBSERVAPICS)

Figura12 – Prática de meditação



Fonte: Site do Ministério da Saúde, S/A

A utilização das práticas de MT/MCA ainda podem ser classificadas em complementares, alternativas e integrativas.

Quando estas práticas são usadas juntas com práticas da biomedicina, são chamadas complementares; quando são usadas no lugar de uma prática biomédica, consideradas alternativas; e quando são usadas conjuntamente baseadas em avaliação científica de segurança e eficácia de boa qualidade, chamadas de integrativas. (MACHADO; TERTULIANO, P.02, 2017)

As PICS podem ser encontradas nos Centros práticas integrativas e complementares em saúde – CPICS, “é o equipamento urbano municipal onde exerce uma visão ampla da Saúde voltando-se para promover a saúde, por meio das PICS, em praticas individuais e/ou coletivas”. (CAMPOS, 2016, P.65)

Em João Pessoa-PB existem três centros destinados a essas terapias, o maior desses centros é o CPICS- Equilíbrio do Ser localizado no bairro dos Bancários. Outro espaço relevante destinado a essas práticas é o CPICS – Canto da

Harmonia localizado no bairro Valentina de Figueiredo na zona Sul da cidade. O Terceiro espaço que oferece práticas alternativas e complementares em saúde é o CPICS – Cinco Elementos localizado dentro do Parque Zoobotânico Arruda Câmara (Bica).

2.3.3 Equilíbrio e Harmonia

Segundo Campos (2016, p. 65) João Pessoa é considerada uma referência nacional nos serviços oferecidos na esfera pública nos CPICS que são espaços multiplicadores do conhecimento holístico.

Nesse âmbito, um espaço de destaque dessas práticas é o CPICS - Equilíbrio do ser (Figura13) inaugurado no ano de 2012, o espaço do centro tem em seu diferencial de ser um local que foi projetado para o uso. É comum em espaços públicos a utilização de edificações já existentes sofrerem reformas para atender a novas finalidades.

O CPICS Equilíbrio do Ser se apresenta como o de maior porte – tanto em dimensão quando em oferta de serviço e usuários – recebendo um alto fluxo de pessoas. Diferente dos outros centros, este CPICS foi construído especialmente para ofertar as PICS. (CAMPOS, 2016, P.65)

Figura13 – CPICS- Equilíbrio do Ser



Fonte: Site da Prefeitura de João Pessoa, s/a

O Equilíbrio do Ser localiza-se na principal de uma via importante do bairro dos Bancários na zona sul de João Pessoa. O edifício é térreo, com uma grande área de praça na frente, localizado próximo a paradas de ônibus. O espaço tem uma boa visibilidade no bairro, de fácil referencia pela localização, escala e cores da fachada.

Como apontado por Campos (2016, p.164) em sua pesquisa sobre os CPICS e a relação desses locais com os espaços públicos, o espaço localizado na parte frontal da edificação destinado a um empraçamento com árvores altas, a própria inserção da edificação em uma área com gabarito com predominância térrea, auxiliam na criação de ambiências agradáveis para permanência. A edificação possui o formato retangular 1.550 m² e área de empraçamento público de 3.900m².

Um outro ponto da pesquisa de Campos (2016, p.212) foi a sistematização dos resultados obtidos, através de entrevistas, visitas no Centro e a organização das

informações obtidas onde verifico-se questões referentes a infraestrutura e funcionamento do espaço como: Realizar manutenção na edificação, a necessidade de dispor mais elementos naturais nos jardins como jardins terapêuticos mais elaborados, colocar dispositivos que amenizassem os ruídos, adequações para acessibilidade, adequação estruturais da edificação e ambientes, ampliação de vagas.

O CPICS- Canto da harmonia (figura 14) é outro espaço que funciona como um Centro assim como o Equilíbrio do Ser localiza-se na zona sul da cidade de João Pessoa, no bairro Valentina de Figueiredo, onde foi inaugurado no ano de 2012 e ao contrario do CPICS equilíbrio do ser, a edificação era existente e antes de se tornar o um centro para as praticas alternativas e complementares funcionava como um Centro de atenção Psicossocial (CAPS).

Figura 14 – CPICS- Canto da Harmonia



Fonte: Site da Prefeitura de João Pessoa, s/a

A estrutura do CPICS – Canto da Harmonia possui uma estrutura menor. A edificação passou por uma reforma, possui um formato retangular 344m² em um lote com 1000m². Sobre a divisão espacial das salas onde são realizadas as atividades são 6 salas para práticas individuais com tamanhos que variam entre 8m² a 22m² e duas salas para práticas coletivas, sendo uma sala com 33m² e um sala mais ampla com 85 m². (CAMPOS, 2016, P.109)

Sobre a estrutura e funcionamento do CPICS Canto da Harmonia, Campos (2016, p. 158) pode constatar mediante o estudo do local fatores que podem ser mais bem explorados como a ampliação das práticas oferecidas e dos profissionais envolvidos, realizarem a manutenção da edificação, colocar dispositivos para amenizar ruídos, adequações na acessibilidade e ampliação da estrutura física.

Ambos os espaços evidenciam a satisfação com os serviços oferecidos pelos centros, das pessoas que frequentam os espaços, que relaram melhorias na saúde: física, mental e emocional. Melhorias também na autoestima e em relações entre familiares. (CAMPOS, 2016, P.212)

Além de benefícios a saúde das pessoas, de forma complementar e preventiva esses espaços assumem um papel em suas comunidades de serem lugares de experiência e trocas sociais, encontro e socialização entre as pessoas.

3. Metodologia e análise

Essa pesquisa foi procedida partindo de dois conceitos principais: Percepção e Ambiência já conceituadas anteriormente. Entender o espaço para as pessoas parte do entendimento da percepção delas.

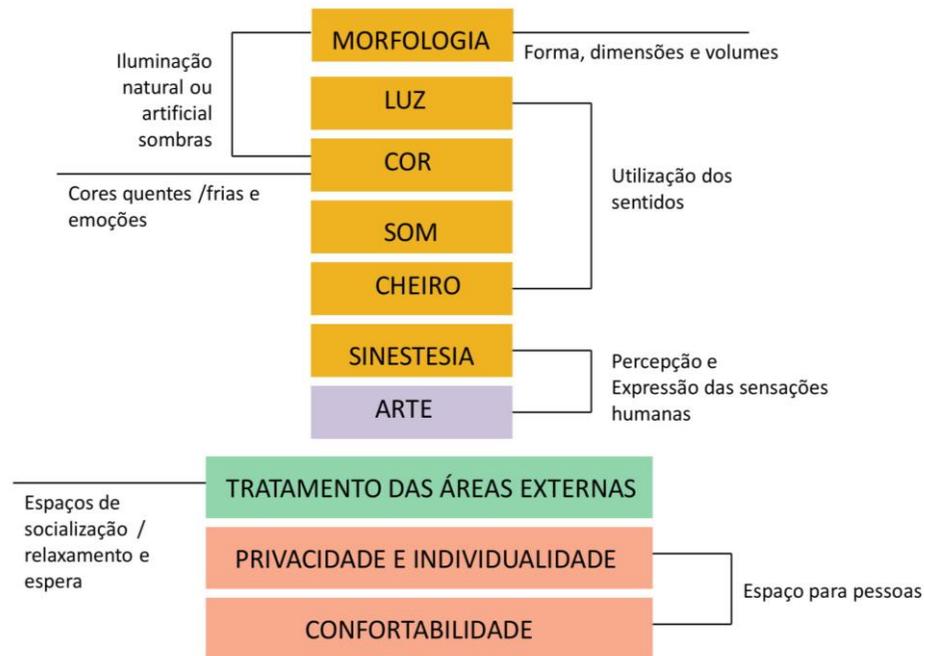
Para a análise da ambiência desses espaços foi utilizada como referencial teórico as diretrizes propostas pelo ministério da saúde na cartilha “Ambiência” (figura 16) para espaços de saúde pública. A cartilha direciona a ambiência em três eixos (figura 15) para entendimento didático que juntos compõe sugestões para a construção desses espaços no campo da saúde.

Figura 15– Síntese dos eixos da ambiência na área da saúde



Fonte: Autoria, 2020

Figura 16 – Síntese das diretrizes (elementos) de análise



Fonte: Aatoria, 2020

Esses elementos podem ainda ser divididos em três categorias, a morfologia, luz, cor, som, cheiro e sinestesia, são elementos diretamente ligados aos sentidos e a percepção de forma subjetiva do espaço. (tabela 04 -06)

A arte é um fator que possui relação com a expressão das sensações humanas, e ainda se configura como um elemento que incorpora a cultura e identidades ao local. O tratamento das áreas externas pode ser projetado para influenciar positivamente, como espaços criados para propiciar a socialização. As diretrizes tomadas para esses espaços ainda podem lugares para o relaxamento e espera. (tabela 07)

A privacidade e individualidade juntamente com a confortabilidade são elementos que tratam diretamente das diretrizes projetuais pensadas nas pessoas como usuárias desses espaços, o comportamento, a acessibilidade, privacidade dos pacientes, acesso aos locais, pensando no bem-estar (tabela 08)

Tabela 04 – Síntese dos elementos de análise 01

ANÁLISE DOS ELEMENTOS SUBJETIVOS RELACIONADOS AOS SENTIDOS				
Elementos de análise	O que são	Porque esses elementos interferem	Como esses elementos interferem	O que a cartilha de ambiência diz sobre?
MORFOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> • Formas • Dimensões • Volumes 	A morfologia com a compreensão da forma e seus elementos como dimensões e volumes interferem na compreensão do espaço. As formas junto a outros elementos podem causar sensações. A forma ainda interfere em elementos como acústica, orientação solar (conforto térmico e acústico).	A morfologia interfere na composição do ambiente, como ele vai ser projetado, desde a utilização de formas no exterior até o no interior da edificação. "Buscam-se formas, dimensões e volumes que configuram e criam espaços, que podem ser mais ou menos agradáveis, mas sempre adequados para as pessoas. Essa morfologia deve traduzir a composição que proporcione maior bem-estar possível, especialmente dentro dos limites do uso compartilhado dos espaços coletivos de permanência transitória mais demorada ou apenas de passagem." (BESTETTI, 2014, P.605)	"Formas, dimensões e volumes configuram e criam espaços, que podem ser mais ou menos agradáveis ou adequados para as pessoas" (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010 p.08)
LUZ	<p>Luz natural</p> <p>Luz artificial</p> <ul style="list-style-type: none"> • Luz branca • Luz amarela • Luz neutra 	A utilização da luz interfere no indivíduo de forma psicológica e fisiológica. A luz no corpo é responsável por uma série de funções. "Na atuação fisiológica da luz uma série de funções fisiológicas do nosso corpo é regulada pela ação da luz em nosso organismo. Nosso controle endócrino, relógio biológico, principalmente com relação ao nosso ciclo circadiano, controle de estresse, fadiga e a supressão da melatonina (...). Já a atuação psicológica da luz influi diretamente sobre o estado psicológico do indivíduo". (SILVA, 2008, P. 68)	No espaço a luz interfere diretamente na compreensão do espaço e dos elementos presentes no mesmo, como as cores, além das sombras, contrastes e profundidade. "A luz contribui para o aspecto e ambiência de um lugar." (UNWIN, 2013, P. 42) Os diferentes espaços vão gerar diferentes necessidades de luz, principalmente com relação às atividades exercidas nesses locais. "A luz pode estar relacionada à atividade. Tipos diferentes de luz são apropriados para tipos diferentes de atividades. (UNWIN, 2013, P.40"	"A iluminação, seja natural ou artificial, é caracterizada pela incidência, quantidade e qualidade. Além de necessária para a realização de atividades, contribui para a composição de uma ambiência mais aconchegante quando exploramos os desenhos e as sombras que proporcionam." "A iluminação artificial pode ser trabalhada em sua disposição, garantindo privacidade aos pacientes" "A iluminação natural deve ser garantida a todos os ambientes que permitirem, lembrando sempre que toda pessoa tem direito à noção de tempo – dia e noite, chuva ou sol – e que isto pode influenciar no seu estado de saúde" (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010, P.08)

Fonte: Autoria pessoal

Tabela 05 – Síntese dos elementos de análise 02

ANÁLISE DOS ELEMENTOS SUBJETIVOS RELACIONADOS AOS SENTIDOS				
Elementos de análise	O que são	Porque esses elementos interferem	Como esses elementos interferem	O que a cartilha de ambiência diz sobre?
COR	<p>Cores quentes</p> <p>Cores frias</p>	<p>As cores podem provocar reações diferentes no corpo e influenciar diretamente na percepção de objetos e do espaço.</p>	<p>A cor é uma realidade sensorial à qual não podemos fugir. Além de atuar sobre a emotividade humana, as cores produzem uma sensação de movimento (...) o espaço arquitetural pode ser modificado, tornando-se maior ou menor, mais baixo, mais alto, ou mais estreito, apenas pelo efeito da cor. (FARINA; PEREZ; BASTOS, 2006, p. 85)</p>	<p>"As cores podem ser um recurso útil uma vez que nossa reação a elas é profunda e intuitiva. As cores estimulam nossos sentidos e podem nos encorajar ao relaxamento, ao trabalho, ao divertimento ou ao movimento. Podem nos fazer sentir mais calor ou frio, alegria ou tristeza. Utilizando cores que ajudam a refletir ou absorver luz, podemos compensar sua falta ou minimizar seu excesso". (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010, p.09-10)</p>
SOM	<p>Frequência</p> <p>Ruídos</p>	<p>O som é um elemento indiscutivelmente presente no espaço, ouvimos o tempo todo, os sons do espaço podem tanto causar inconveniências e desconfortos aos seus usuários quanto estimular o sentido da audição e ser um fator positivo no espaço.</p>	<p>O som pode causar estresse e irritabilidade, influenciando assim na sensação de bem-estar no espaço, atrapalhar na atenção e compreensão. O Som pode causar boas sensações quando planejado. "o som pode trazer benefícios ao nosso corpo quando por nós controlado, e, principalmente, quando se apresenta na forma de música. A música pode ser um estímulo condicionante para o relaxamento, redução da dor e uma distração para o desconforto. (SILVA, 2008, P. 73)</p> <p>"O som positivo evoca uma resposta emocional, altera o humor e estimula os outros sentidos. Quando negativo, pode causar estresse, irritabilidade, alteração negativa de humor e desconforto ao indivíduo. Também podem afetar a concentração, comprometendo a capacidade de aprendizagem." (BERTOLETTI, 2011, P. 68)</p>	<p>"Podemos propor a utilização de música ambiente em alguns espaços como enfermarias e esperas. Em outro âmbito, é importante considerar também a proteção acústica que garanta a privacidade e, controle, alguns ruídos". (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010, P.09)</p>

Fonte: Autoria pessoal

Tabela 06 – Síntese dos elementos de análise 03

ANÁLISE DOS ELEMENTOS SUBJETIVOS RELACIONADOS AOS SENTIDOS				
Elementos de análise	O que são	Porque esses elementos interferem	Como esses elementos interferem	O que a cartilha de ambiência diz sobre?
CHEIRO	Sensação/sentido	Segundo Pallasmaa (2011, p. 51) a memória mais persistente de um espaço é o seu cheiro. O cheiro de um espaço é uma lembrança que fica do ambiente. "O aroma é um dos estímulos mais evocativos, pois auxilia nosso cérebro a buscar memórias completas, trabalhando com o suscitar de nossas mais antigas lembranças. Os cheiros e as emoções estão fortemente interligados." (SILVA, 2008, P. 73)	Os cheiros quando desagradáveis podem causar efeitos físicos no corpo. "os aromas desagradáveis aceleram a respiração e o batimento cardíaco, os cheiros agradáveis reduzem o estresse. Por isso é preciso ter muito cuidado com o aroma em ambientes de saúde." (VASCONCELOS, 2004, P.57)	"Considerar os odores que podem compor o ambiente, interferindo ou não no bem-estar das pessoas". (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010, P.09)
SINESTESIA	Sensação/sentido	Interferem na percepção dos estímulos sensoriais do espaço.	A percepção do espaço provocam inter-relações dos sentidos. É um processo de percepção involuntário dos estímulos presentes no espaço.	"diz respeito à percepção do espaço por meio dos movimentos, assim como das superfícies e texturas". (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010, P.09)

Fonte: Autoria pessoal

O entendimento do termo sinestesia pode causar conflitos pela semelhança com a palavra "cinestesia". A sinestesia ocorre quando um estímulo é compreendido por um sentido no qual não foi estimulado, já o termo cinestesia refere-se à percepção dos movimentos. De acordo com Bestetti (2014, P.605) "Além da geometria definida pela composição de formas, a percepção do espaço por meio dos movimentos, assim como das superfícies e texturas, permite traduções que também qualificam o espaço. A cinestesia é, portanto, um meio de organizar elementos de estímulo relativos à organização de fluxos e de permanência nos ambientes".

Tabela 07 – Síntese dos elementos de análise 04

ANÁLISE DOS ELEMENTOS RELACIONADOS A INTERAÇÃO E EXPRESSÃO DAS PESSOAS NO ESPAÇO				
Elementos de análise	O que são	Porque esses elementos interferem	Como esses elementos interferem	O que a cartilha de ambiência diz sobre?
ARTE	Elementos de expressão, cultura e identidade	A presença de arte ou manifestações artísticas no ambiente podem ser elementos que trazem distrações positivas no ambiente e proporcionar ao usuário uma relação com o espaço, de identificação, prazer, a arte pode despertar emoções.	“A arte como meio de inter-relação e expressão das sensações humanas contribui para a humanização dos espaços e pode ser apresentada por meio de suas mais diversas formas de manifestação. Elementos de arte plástica, sejam eles permanentes ou transitórios, conferem ao ambiente a inserção de novas cores e formas, além de instigarem o observador ao deleite e à reflexão.” (BESTETTI, 2014, P.605)	“Como meio de inter-relação e expressão das sensações humanas” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010, P.09)
TRATAMENTO DAS ÁREAS EXTERNAS	Espaço de transição do exterior para o interior	As áreas externas são os espaços que entre o exterior (a rua) e a edificação (interior). Esses espaços são os locais da visibilidade do interior para o exterior, com as janelas, portas, aberturas em geral, é como as pessoas têm acesso ao mundo exterior. Em edificações públicas de saúde são locais de espera e acesso a edificação. Geralmente as áreas externas da edificação também são os locais destinados as áreas verdes e paisagismo, além disso, a parte exterior da edificação tem uma relação com o espaço urbano, e a inserção da edificação na paisagem urbana.	As áreas externas com áreas verdes e elementos naturais podem interferir de forma positiva “a visualização de ambientes naturais, comparada com a visualização de cenas urbanas, é significativamente mais efetiva na recuperação dos componentes psicológicos estresse. Esta pesquisa sugere que os elementos naturais encorajam a recuperação os elementos naturais encorajam a recuperação do estresse porque provocam sentimentos positivos, reduzindo as emoções negativas como o medo, o nervosismo e a tristeza; além disso, despertam interesses e prendem a atenção, bloqueando os pensamentos ruins e estressantes” (VASCONCELOS, 2004 P.75 APUD ULRICH 1991)	“Este se faz necessário já que, além de porta de entrada, constitui-se muitas vezes em lugar de espera ou de descanso de trabalhadores, ambiente de ‘estar’ de pacientes ou de seus acompanhantes. Jardins e áreas com bancos podem se tornar lugar de estar e relaxamento.” “Podem ser criadas ambiências externas multifuncionais, tanto para espera confortável quanto para diferentes práticas de convívio e interação, incluindo atividades físicas como relaxamento, alongamento (ginásticas, tai chi, etc.) tanto para trabalhadores como para usuários” (Ministério da saúde, p.10)

Fonte: Autoria pessoal

Tabela 08 – Síntese dos elementos de análise 05

ANÁLISE DOS ELEMENTOS RELACIONADO ÀS PESSOAS QUE UTILIZAM ESSES ESPAÇOS				
Elementos de análise	O que são	Porque esses elementos interferem	Como esses elementos interferem	O que a cartilha de ambiência diz sobre?
PRIVACIDADE E INDIVIDUALIDADE	Elementos que proporcionam cuidado e respeito a individual as pessoas envolvidas	Esses elementos interferem, pois eles são relacionados a composição do espaço e como as pessoas vão se sentir nesse espaço. “a privacidade está diretamente relacionada aos ambientes, podendo ser facilitada ou prejudicada pelos arranjos espaciais” (BERTOLETTI, 2011, P. 53)	Segundo Bertoletti (2011, P.54) referente a Chen e Sanoff (1990), “durante o estudo realizado em um hospital geral, observaram que condições favoráveis de privacidade preservam a identidade e proporcionam alívio emocional. Já a falta de privacidade gera impactos negativos sobre o bem-estar como: ansiedade, distração, baixa autoestima, agressividade e depressão”	“a privacidade diz respeito à proteção da intimidade do paciente, que muitas vezes pode ser garantida com uso de divisórias ou até mesmo com cortinas e elementos móveis que permitam ao mesmo tempo integração e privacidade, facilitando o processo de trabalho, aumentando a interação da equipe e ao mesmo tempo possibilitando atendimento personalizado. Individualidade, refere-se ao entendimento de que cada paciente é diferente do outro, veio de um cotidiano e espaço social específico. A arquitetura tem também seu papel no respeito à individualidade quando se propõe, por exemplo, a criar ambientes que ofereçam ao paciente espaço para seus pertences, para acolher sua rede social, entre outros cuidados que permitam ao usuário preservar sua identidade” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010, P.11)
CONFORTABILIDADE	Acessibilidade e promoção do bem-estar	Conforto é a condição de bem-estar relativa às necessidades do indivíduo e sua inserção no ambiente imediato. Envolve não somente a eleição de critérios térmico, acústico, visual ou ainda químico, mas também o acréscimo deemoção e prazer, atribuindo-lhe um caráter holístico, já que o ambiente construído é um anteparo existencial, sendo abrigo para o corpo e para a alma. (BESTETTI, 2014, P.602 apud SCHMID, 2005)	Os elementos que promovem a sensação de conforto, são elementos que geralmente dão a sensação de controle e acesso do que cerca as pessoas, a ausência pode causar sensações de estresse e desconforto “As pessoas sentem necessidade de poder controlar o ambiente que as cerca. A sensação de controle é um importante fator que influencia o nível de estresse e o bem-estar em diversos grupos de pessoas” (VASCONCELO, 2004 P.36)	“pressupõe possibilitar acesso dos usuários a bebedouros e às instalações sanitárias, devidamente higienizadas e adaptadas aos portadores de deficiências.” “é importante que, ao criar essas ambiências, se conheçam e, respeitem os valores culturais referentes à privacidade, autonomia e vida coletiva da comunidade em que está se atuando. Deve-se construir ambiências acolhedoras e harmônicas que contribuam para a promoção do bem-estar, desfazendo-se o mito desses espaços que abrigam serviços de saúde frios e hostis”. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010, P.12)

Fonte: Fonte: Autoria pessoal

A utilização desses elementos na construção de uma ambiência para esses espaços é principalmente relacionada às decisões projetuais referentes à arquitetura desses espaços.

Segundo Ching (2002, p.33):

Formas arquitetônicas, texturas e materiais, modulação de luz e sombra, cor, tudo se combina para injetar uma qualidade ou espírito que articula espaço. A qualidade da arquitetura será determinada pela habilidade do projetista em utilizar e relacionar esses elementos, tanto nos espaços internos quanto nos espaços ao redor dos edifícios. (apud, BACON 1974)

Unwin (2013, P. 39) aponta alguns fatores que compõem o espaço físico concreto e vivenciado da arquitetura como “elementos modificadores do espaço” que contribuem para a experiência desses lugares são eles luz, som, temperatura, movimento do ar, odor (e “gostos” pela relação dos sentidos de olfato e paladar), propriedades e texturas dos materiais utilizados, uso, escala, efeitos e experiência do tempo. Unwin defende que esses elementos

como condições da arquitetura que também podem ser elementos que proporcionam identificação de lugares. Os elementos de análise de Unwin são interpretados principalmente na forma de experiência sensorial.

A aproximação dos sentidos e do corpo na ambiência aproxima a arquitetura do ser humano, as diretrizes relacionadas aos sentidos na cartilha de ambiência vão de encontro as considerações de Pallasmaa sobre a arquitetura.

Pallasmaa (2011) argumenta que a utilização dos sentidos na arquitetura em “Os olhos da pele” sobre a importância de conectar a arquitetura com o corpo, uma arquitetura multissensorial, a produção da arquitetura essencialmente ligada à própria existência humana. “Toda experiência com o ambiente com a arquitetura é multissensorial; as características, matéria e escala são medidas igualmente por nossos olhos ouvidos, nariz, pele, língua, esqueleto e músculos.” (PALLASMAA, 2011 p.39)

A análise desses espaços foi feita a partir da composição das diretrizes da Cartilha de Ambiência aplicada em projetos correlatos, para compreensão da utilização desses elementos com o espaço. Foram escolhidos projetos que tem alguma relação com as atividades desenvolvidas nos CPICS e com os elementos analisados.

4. O espaço da ambiência em análise

A ambiência e a arquitetura criam possibilidades no espaço que promovem percepções, sensações, comportamento. A arquitetura é o caminho, as diretrizes projetuais para esses espaços é o meio de se atingir essas ambiências. O cuidado dado à estética de um espaço atribui significância não como algo supérfluo, porém como algo que pode contribuir para sensações de bem-estar.

Entender como aplicar conceitos de ambiência nesses espaços passa pela premissa de compreender como funcionam os espaços e as atividades desenvolvidas nos Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. As atividades nesses espaços que envolvem lugares amplos destinados para práticas corporais e espaços menores, privados para as práticas individuais, áreas de apoio como banheiros, áreas de espera, triagem, administração, espaço para os funcionários, copa, vestiários, o que é relacionado ao programa de necessidades desses centros.

Segundo a própria cartilha de “Ambiência” do Ministério da Saúde (2010, p. 06):

Existem componentes que atuam como modificadores e qualificadores do espaço, estimulando a percepção ambiental e, quando utilizados com equilíbrio e harmonia, criam ambiências acolhedoras, propiciando contribuições significativas no processo de produção de saúde.

As possibilidades da composição dos elementos propostos nesses espaços contribuem para o processo de produção de saúde diante disso a importância de se analisar o que pode ser feito para a construção de ambiências positivas nos CPICS.



4.1 A morfologia

A forma, as dimensões e volumes do espaço não aparecem como um elemento sozinho na composição, elas estão diretamente ligadas à luz com a iluminação artificial ou natural com formação de sombras e cores, com os contrastes.

“Para as artes plásticas e a Arquitetura, o conceito de forma é frequentemente utilizado para denotar a maneira de dispor e coordenar os elementos e as partes de uma composição de forma a produzir uma imagem coerente. Neste conceito a forma tem sentido de massa ou volume tridimensional e tem como propriedades o formato, tamanho textura, cor posição, orientação e inércia visual.”(LIMA, P. 73)

Segundo Ching (p.34) a forma pode ser referente a um aspecto de confere unidade ao todo, volume, massa. O formato refere-se à configuração ou disposição das linhas e contornos que delimitam a forma.

A forma no espaço pode ser visualizada de diferentes formas e interpretações de suas propriedades, como a teoria da Gestalt e o princípio de pregnância da forma, a integração das partes e suas relações.

Na arquitetura a forma é elemento básico de composição do espaço. A forma pode ser analisada em diferentes escalas. O emprego da forma pode gerar diferentes configurações espaciais, com círculos, retângulos em uma escala maior e em escala menor inseridos no interior destes ambientes. (SILVA, 2008, P. 75) O volume da edificação e sua visualização no meio urbano é um exemplo em grande escala da utilização da forma. No urbano a forma das edificações tem impacto na dimensão e escala da percepção das pessoas.

A morfologia de acordo com o Ministério da Saúde (2010) aparece como um elemento relacionado às formas, dimensões e volumes, que criam espaços que podem considerados bons ou não.

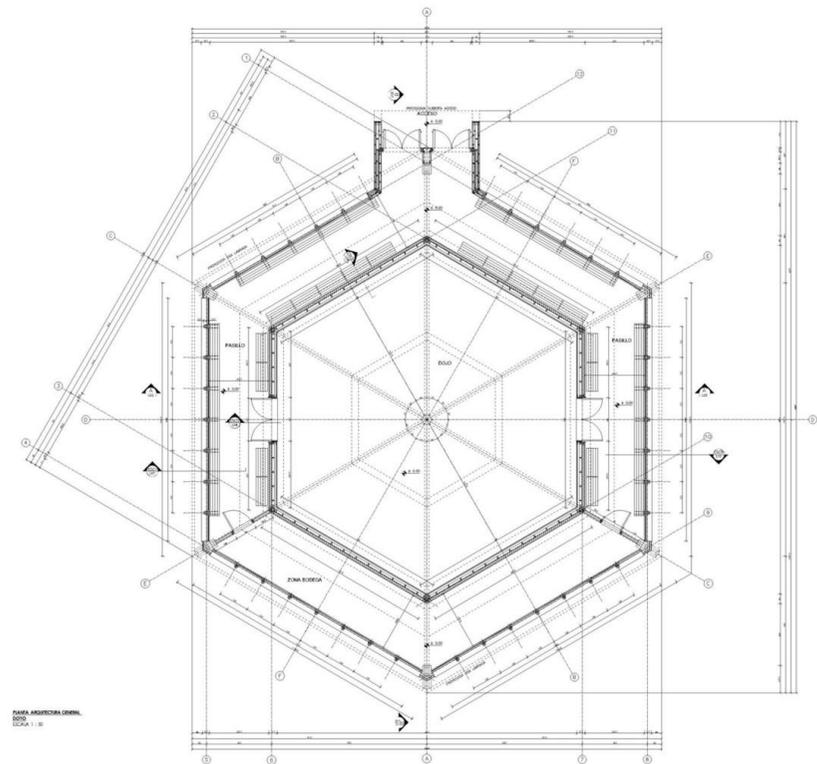
As formas geométricas presentes constantemente nos mais diferentes lugares (círculo, triângulo e quadrado) possuem simbologias e interpretações, o círculo remete a ideia de ciclo, centralidade, rotatividade. "O círculo é a figura centralizada, introvertida, que é normalmente estável e autocentrada em seu meio. Situando-se um círculo no centro de um campo, reforçamos sua centralidade inerente." (CHING, 2002 P.39)

O triângulo faz referência ao equilíbrio. "o triângulo significa estabilidade" (CHING, 2002, P. 40) fortemente visto na arquitetura em estruturas e em estudos que envolvem geometria.

O quadrado é a racionalidade, como colocado por Ching (2002, p.41) representa o puro e o racional, onde as demais formas de retângulos podem ser consideradas variações do quadrado.

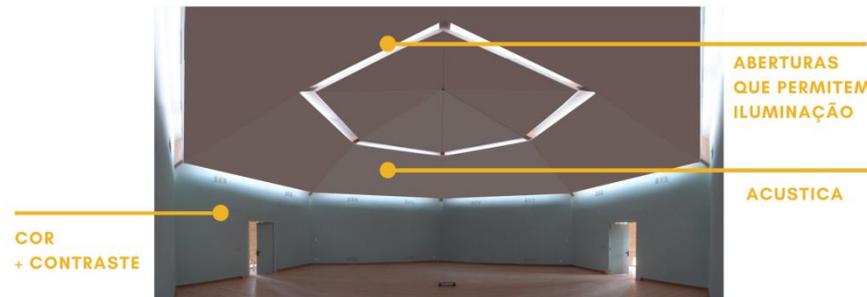
Os ambientes podem ser construídos a partir de formas, com base na finalidade das atividades e espacialidade do layout. (Figura 17 – 18)

Figura 17 – Centro Holístico Punto Zero – Planta baixa



Fonte: Archdaily, s/a

Figura 18 – Centro Holístico Punto Zero/ Dio Sustentable



Fonte: Archdaily/ Jean Pierre Marchant e Fernando J. Romero, s/a

Com intervenção da autora.

Atividades coletivas de práticas terapêuticas como yoga, meditação, precisam de espaços onde o controle de ruídos é importante, por serem praticas que envolvem a concentração, a forma desses espaços, juntamente com os materiais utilizados podem contribuir para a acústica, como é o caso do Centro Holístico Punto Zero. O partido da edificação foi concebido da geometria escolhida para o espaço. O espaço para abrigar práticas em grupo causa à

sensação de amplitude pelo contraste de cores, do piso, paredes e teto (forma radial)

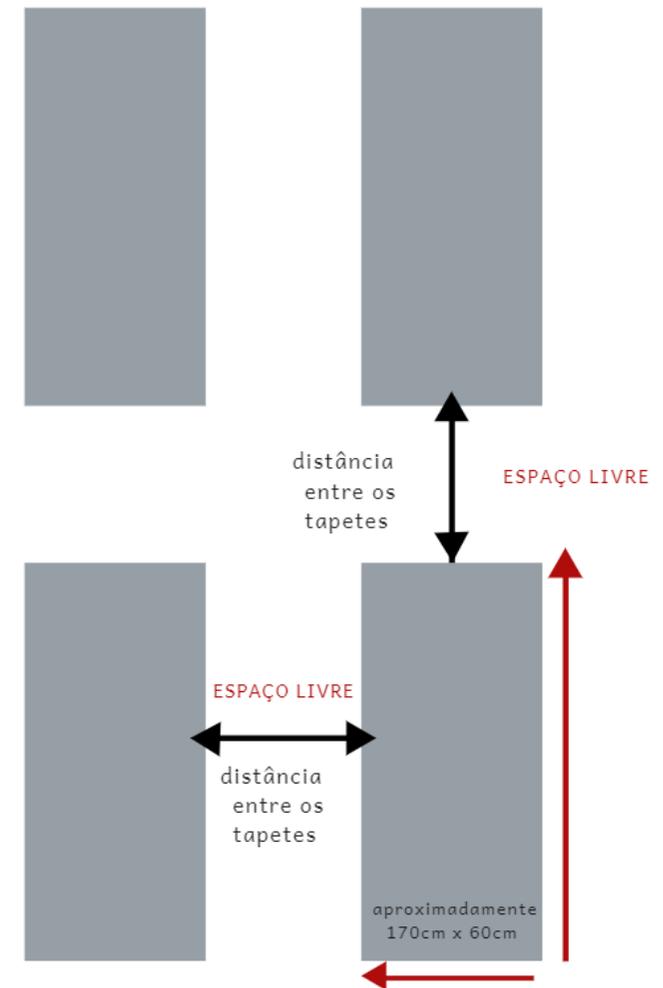
De acordo com Ching (p.36) “a cor é o atributo que mais claramente distingue uma forma de seu ambiente, também afeta o peso visual de uma forma”. O Centro Holístico Punto Zero demonstra um fator importante na ambiência que é a composição da forma em conjunto com outros elementos, a interrelação deles: o contraste possibilitado pela cor, assim como a luz com soluções arquitetônicas que envolvem a iluminação do espaço (que seguem a forma da planta) todos os elementos acabam interagindo e se unem na composição, no centro essa interação não é apenas nos fenômenos que envolvem a percepção desses elementos no espaço, mas na utilização da forma como referência para as soluções adotadas no espaço.

As formas, volumes e dimensões estabelecidas nos projetos devem atender as necessidades das pessoas nos

ambientes, principalmente nas áreas que vão agrupar um maior número de pessoas em suas atividades.

Para o pré-dimensionamento dessas áreas considerar por exemplos os materiais de apoio como tapetes (figura 19) e a individualidade das pessoas para as práticas (figura 20) buscando entender quantas pessoas podem ficar confortavelmente exercendo essas práticas nesses locais, prever dentro do os espaços a circulação e movimentação corporal. (FRANCO, 2016)

Figura 19 – Dimensionamento dos espaços



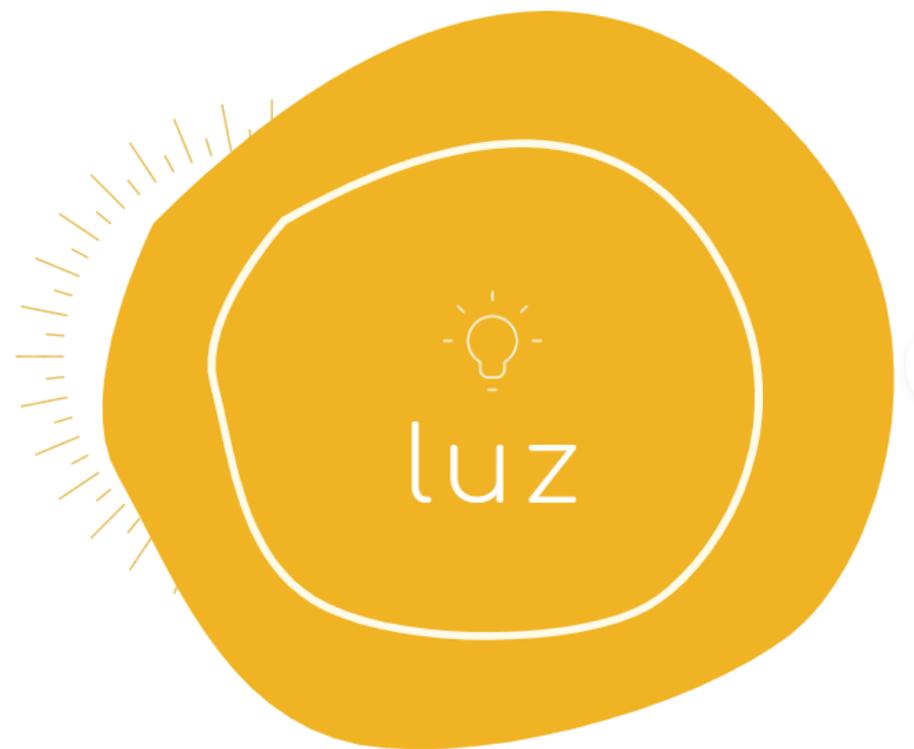
Fonte: Autoria pessoal

Figura 20 – Forma e dimensionamento (Ritual House of Yoga)



Fonte: Archdaily/ Kevin Scott, s/a

Com intervenção da autora.



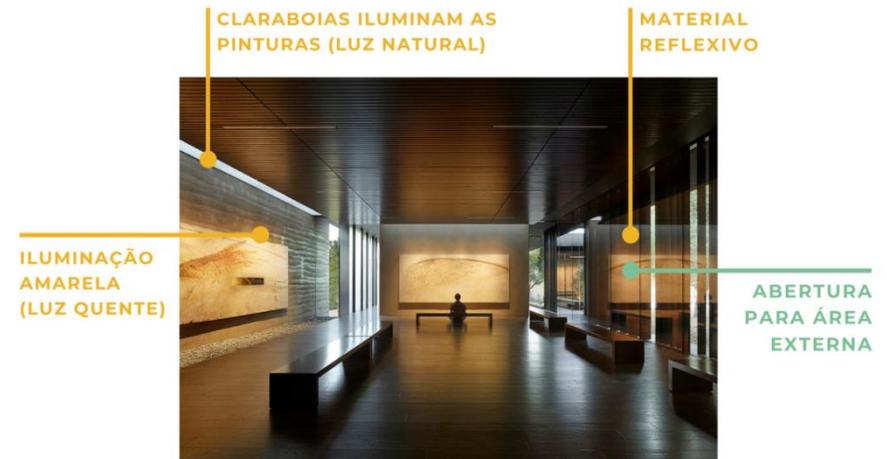
4.2 A luz

Como disse Unwin (2013, P.39) “A luz é uma condição da arquitetura, mas também pode ser um elemento (...) A luz, tanto natural quanto artificial, pode ser manipulada pelo projeto para identificar lugares e conferir a eles um aspecto particular”. A Luz possibilita a criação de ambientes que induzem o relaxamento, a introspecção. Exemplo disso é Centro Contemplativo Windhover em no campus da Universidade de Stanford, nos Estados Unidos.

A iluminação neste ambiente do Centro Contemplativo Windhover (figura 21) foi pensada para ter ambientes para meditação e contemplação, iluminação neste ambiente foi pensada justamente para atender a atividade exercida no local, principalmente indireta com uma tonalidade em tons quentes (amarelo/laranja) juntamente com os materiais utilizados em tons mais escuros criam essa atmosfera de aconchego. Uma das explicações é dessa sensação através

da luz é a escolha da temperatura de cor que remete a tons que remetem o nascer/pôr do sol.

Figura 21 – Centro Contemplativo Windhover interior



Fonte: Archdaily/ Matthew Millman Photograph, s/a

Com intervenção da autora.

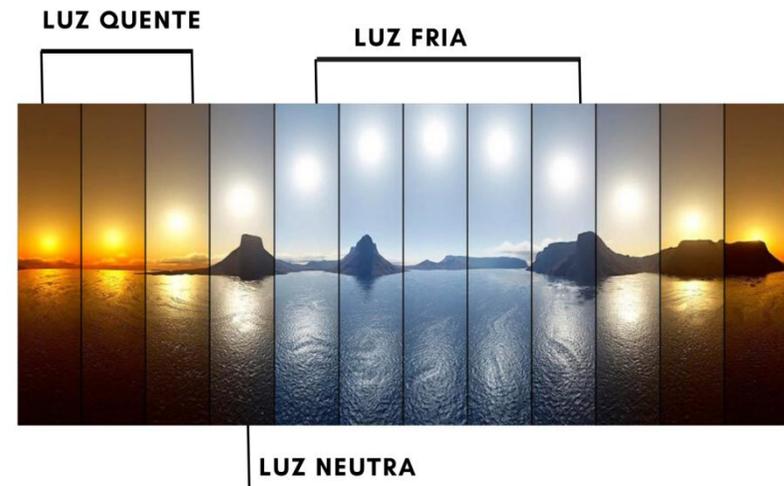
A temperatura de cor da luz medida em Kelvin (K), nos ambientes pode criar essas ambiências, principalmente quando se trata de iluminação artificial, a relação da cor na luz pode produzir no corpo reações físicas e psicológicas.

A luz possui tonalidades de cor que podem ser classificadas em luz fria, luz neutra e luz quente, que em um ambiente interno podem se assemelhar a iluminação natural e variar de acordo com atividade exercida no local.

A luz natural (branca) possui uma temperatura de cor 5.000k. A luz quente (tons amarelos ao avermelhado) pode variar o valor igual ou menor que 3.000k, já a luz fria (tons azul ao violeta) pode medir de 8.000k a 10.000k. (FUENTE, 2013 P.67 APUD BUENO, 2011)

Segundo Carneiro (2019 apud FROTA 2009) a referência de cor da luz também pode ser associada ao comportamento da luz do sol ao longo do dia. (Figura 22) A luz gerada é branca em todos os horários podem variar de cor de acordo com a posição e relação da atmosfera terrestre. Assim as cores da luz do dia podem variar, indo de tons mais avermelhado, ao amanhecer e durante o pôr do sol.

Figura 22 – Trajetória solar



Fonte: Site Donaldrattner, Kelvin S. do Prado, 2017
Com intervenção da autora.

A luz é um elemento que tem relação com o ciclo circadiano e a produção de hormônios como a melatonina, que prepara o corpo para o relaxamento e sono. Esse hormônio é desencadeado com o anoitecer e o escurecer, enquanto pela manhã a luz fria suprime a produção desse hormônio, para que o corpo desperte e tenha energia, até que o ciclo se repita novamente. Outros hormônios atuam

para regular também as funções corporais ao longo do ciclo.⁸

A luz natural é um elemento importante, tanto pela sua atuação no corpo, quanto para a realização de atividades como as desenvolvidas nos CPICS, as aberturas que permitem a iluminação natural, estabelecem uma relação direta com o exterior das edificações. (figura 23)

A luz natural é um elemento que dá a vida em edifícios. Além das propriedades bactericidas da radiação ultravioleta, estão a estimulação e alegria fornecidas pelos espaços luminosos, em comparação com o deprimente e sombrios que podem ser os espaços escuros. (FUENTE, 2013, P.64)

⁸ Informações retidas do site (tradução livre): DONALDRATTNER. How to Use the Psychology of Light and Lighting to Boost Your Creativity. Disponível em: <https://donaldrattner.com/blog/2019/2/1/nnqpsqy9mh1jmktp1dabhber19evg-6phg6>. Acesso em: 14 de abril de 2020

O artigo do site Archdaily⁹, sobre o desenho arquitetônico para os espaços de meditação e yoga aponta a necessidade da luz natural para realização dessas atividades, além disso o artigo aponta que esses espaços precisam ter mecanismos de controle da luz. "deve-se privilegiar a iluminação natural, e é necessário incorporar sistemas que permitam regular sua intensidade, permitindo escurecer o espaço totalmente quando for necessário". (FRANCO, 2016)

Para atividades que podem acontecer em um horário noturno, uma iluminação mais quente e aconchegante reproduz uma iluminação que pode contribuir para o relaxamento e envolvimento nas práticas. (figura 24)

⁹ Informações retiradas do site: FRANCO, José. "Quais são as chaves de desenho arquitetônico de um espaço de yoga e meditação?" 16 Nov 2016. ARCHDAILY BRASIL. (Trad. Pedrotti, Gabriel) disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/799456/quais-sao-as-chaves-de-desenho-arquitetonico-de-um-espaco-de-yoga-e-meditacao>. Acesso em: 04 de abril de 2020

Figura 23 – Estúdio Para Yoga-Kamadhenu

ESPAÇOS
INTERIORES
SE CONECTAM
COM OS
EXTERIORES



ABERTURAS QUE
PERMITEM
ILUMINAÇÃO
(LUZ NATURAL)

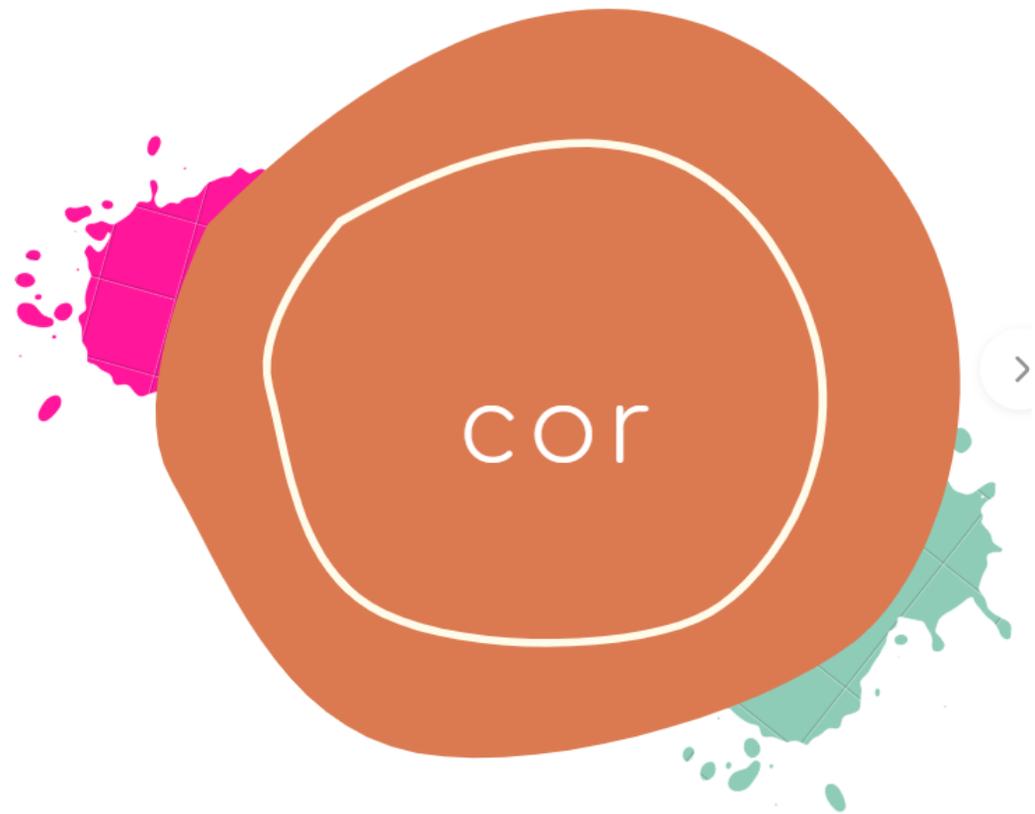
Fonte: Archdaily/ Juan Cristobal Cobo, s/a
Com intervenção da autora.

Figura 24 –Spa Querétaro (noite)



Fonte: Archdaily , Luis Gordoa, s/a

Com intervenção da autora



4.3 A cor

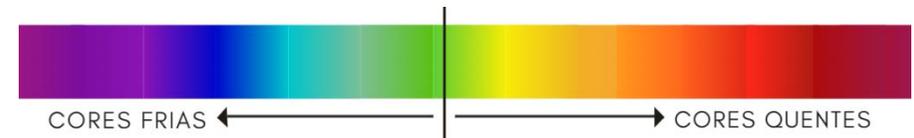
A cor é um elemento de forte presença no espaço, no mobiliário, nas paredes e pela relação com outros elementos no espaço como a luz e a forma e em geral no processo de percepção do espaço. “A cor é proveniente da interação do aspecto de luz com os receptores do olho” (LIMA, 2010, P.58) O sentido da visual acaba sendo o meio de percepção da cor, porém os efeitos das cores no corpo não se restringem a visão, a cor produz reações psicológicas e físicas que podem afetar todo o corpo.

Esse elemento pode ser um fator no espaço que atue na linguagem inconsciente do ambiente, podendo dialogar com a intenção do espaço e as possíveis sensações que esse ambiente pode proporcionar. A cor pode impressionar, sendo vista pela retina, expressar por provocar emoções e construir por possuir um significado próprio e valor de símbolo podendo assim construir uma comunicação visual de

linguagem própria e que demonstre uma ideia. (FARINA; PEREZ; BASTOS, 2006, p. 13)

As classificações das cores são diversas, de acordo com suas propriedades, interações entre as próprias cores e sensações que elas podem causar. As cores podem ser classificadas entre cores quentes e cores frias. (Figura 25)

Figura 25 – Espectro visível das cores



Fonte: Autoria pessoal

As cores frias e quentes são uma classificação que podem ser associada a elementos da natureza. Nesse processo de impressões sensoriais, a cor vermelha, laranja e amarelo (cores quentes) remetem ao fogo, e com relação ao efeito de temperatura associa-se ao calor, já as cores com tons de azul (cor fria) remetem a água de mares e rios e o efeito de temperatura é a sensação de frio. (LIMA, 2010. P.65)

De acordo com Farina; Perez e Bastos (2006, p. 13) “De fato, a cor está amplamente relacionada com os nossos sentimentos (aspectos psicológicos), ao mesmo tempo que sofre influência da cultura tornando-se símbolo, além dos aspectos puramente fisiológicos”.

Sobre os fatores psicológicos e físicos, fatores esses que acabam atuando de forma correlacionada destacam-se as diferenças das cores frias e quentes além das relacionadas à sensação térmica que as cores podem proporcionar, as cores podem causar efeitos de estímulos opostos, uma cor pode tranquilizar, enquanto outra pode causar excitação, como colocado por Vasconcelos (2004, p.52) o vermelho (uma cor quente) estimula o sistema nervoso simpático causando o aumento da atividade cerebral, acelerando o batimento cardíaco a respiração e a pressão arterial, já a cor azul (cor fria) tem um efeito tranquilizante por estimular o sistema parassimpático. As cores acabam tendo efeito opostos no corpo humano.

No espaço a cor também pode afetar no processo de percepção. As cores quentes podem parecer avançar e as frias distantes. No ambiente o espaço pode parecer mais leve, os objetos menores e a dimensão do ambiente maior com a utilização de cores frias, o efeito oposto pode ser visto na utilização de cores quentes. (VASCONCELOS, 2004, P.53)

A cor e conseqüentemente a emoção, devem ser levados em consideração na composição dos espaços, no espaço a utilização da cor pode expressar ou reforçar uma informação visual, parecer que algo passe a sensação maior ou menor, mais leve ou pesado, mais ou menos agressivo. (FILHO, 2012, P.65)

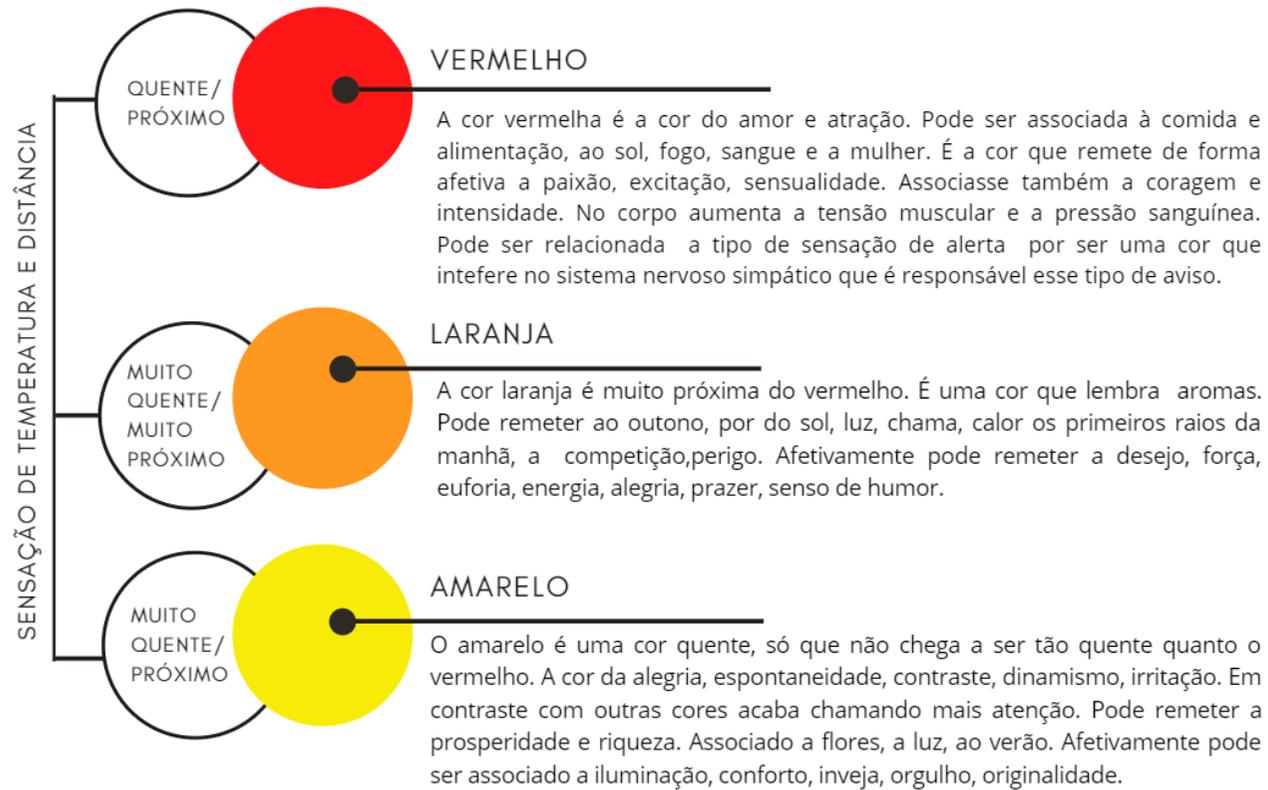
Sendo assim, sobre as cores podem provocar sensações e remeter a símbolos culturais e emoções e influenciar de forma ser positivas ou não. (Figura 26-28)

Figura 26 – Síntese das cores 01 – sensações acromáticas



Fonte: Síntese da autora com base em Farina; Perez e Bastos (2006)

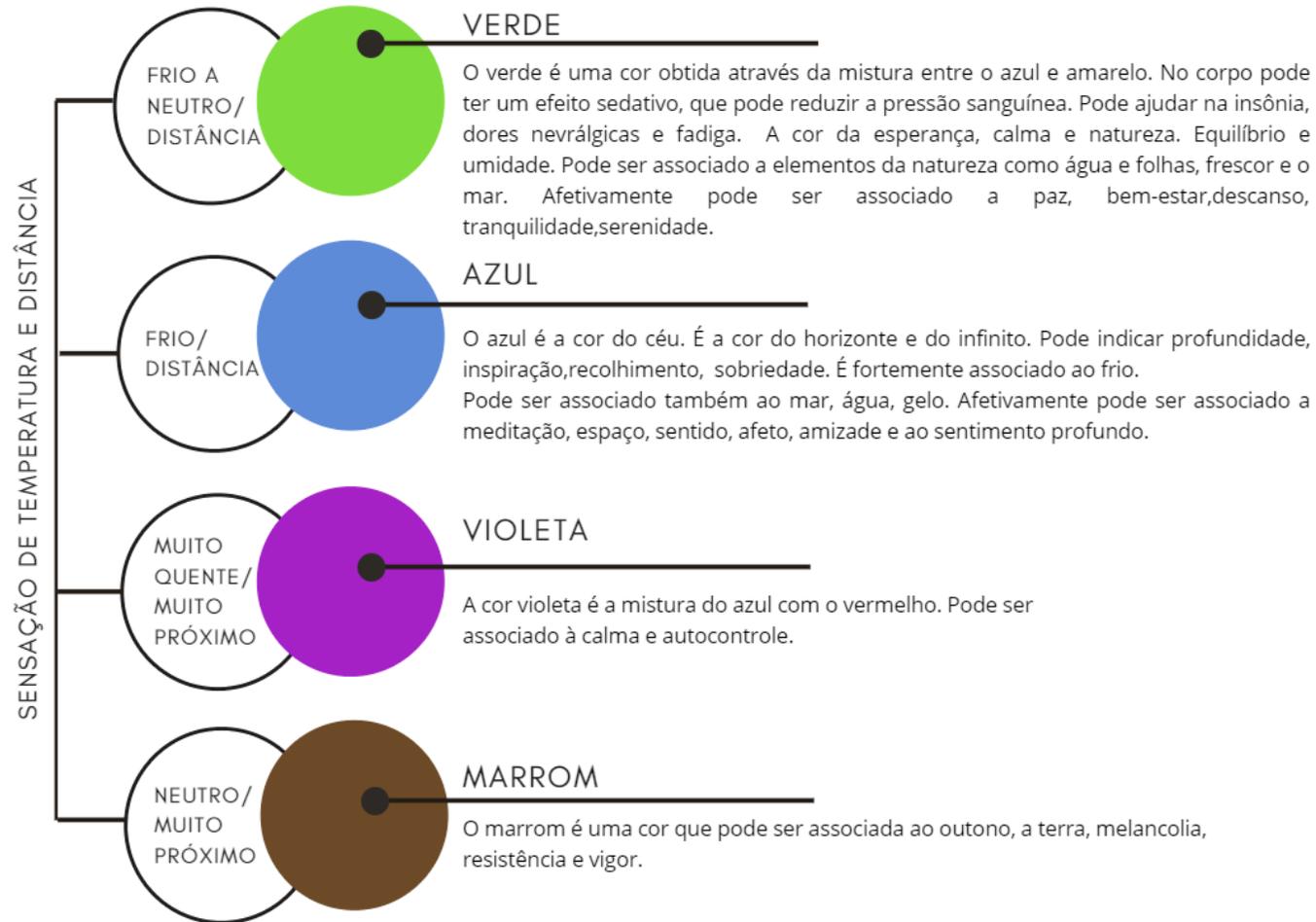
Figura 27 – Síntese das cores 02 – sensações cromáticas



Fonte: Síntese da autora com base em Farina; Perez e Bastos (2006)

e em Silva (2008) referente a Grandjean (1998)

Figura 28 – Síntese das cores 03 – sensações cromáticas



Fonte: Síntese da autora com base em Farina; Perez e Bastos (2006)

e em Silva (2008) referente a Grandjean (1998)

As cores no espaço podem aparecer, associada a formas, texturas, luz, podem demarcar, esconder, aproximar, afastar. Os tons neutros podem realçar cores mais fortes no espaço, como no Spa Querétaro (figura 29) localizado no México funciona como um centro integral de SPA e yoga. O cinza presente em toda edificação neutralizam os espaços, o destaque é para o verde, são para as vegetações nos pátios internos, o foco da cor no local.

A neutralidade das cores no SPA pode parecer a princípio pouco estimulante, porém os materiais em tons de cinzas são compostos por texturas que trazem para o lugar uma experiência sensorial com as diferentes texturas, o estímulo do sentido tátil.

O verde é um destaque no ambiente, essa cor tem a sensação cromática de poder tranquilizar, e é associado ao bem-estar. A presença de cores em projetos pode ser feita com plantas, esse projeto é um exemplo da utilização da cor utilizada através de elementos naturais como o paisagismo.

Figura 29 – Spa Querétaro / Ambrosi | Etchegaray



Fonte: Archdaily/ Luis Gordo, s/a

Com intervenção da autora

No Centro Contemplativo Windhover (figura 30) a cor aparece em destaque no piso e teto que contrastam com as outras cores no espaço, e criam a sensação de um espaço menor. O vermelho na obra de arte é um ponto focal no espaço.

Figura 30 – Cor no Centro Contemplativo de Windhover



Fonte: Archdaily/ Matthew Millman Photograph, s/a
Com intervenção da autora.

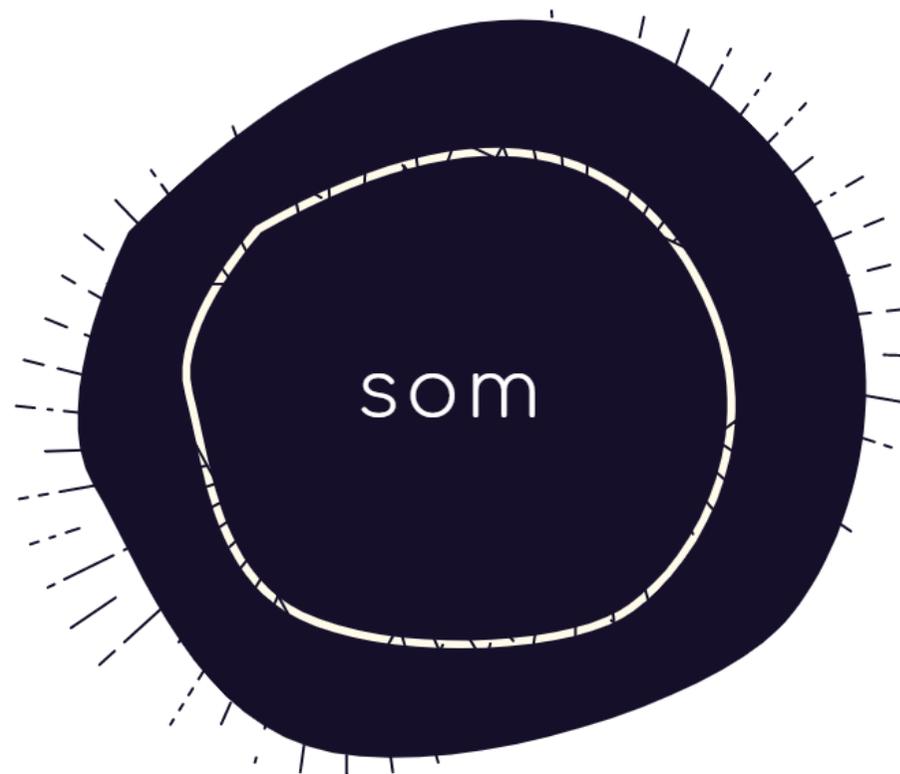
A demarcação de áreas em um espaço com uma cor pode ajudar na sinalização e chamar a atenção para um determinado local. No projeto do espaço “Yoga Deva” (figura 31) um local de aulas de yoga localizado nos Estados Unidos, foi utilizada um painel de madeira e iluminação que direcionam a atenção voltada para a cor azul na parede próxima a recepção.

Figura 31 – Espaço Yoga Deva (Recepção)



Fonte: Archdaily/ Bill Timmerman, s/a
Com intervenção da autora

Nessa situação a cor pode ajudar na orientação de quem visita o espaço, o que é um fator positivo visto que se relaciona a outro elemento da ambiência, a confortabilidade. A orientação do que se encontra a volta das pessoas e o fácil acesso a esses locais (como é o caso de uma área onde pode se obter informações como a recepção) é importante para proporcionar a sensação de controle do espaço.



4.4 O som

No ambiente o som é constante. A vida que acontece no espaço vivenciado gera sons. A sonoridade da cidade, dos carros, da edificação que naturalmente gera ruídos, a natureza e o som da chuva, a atividade das pessoas que produz sons que preenchem o espaço desde o ato de falar. O som é um elemento incontestável na ambiência.

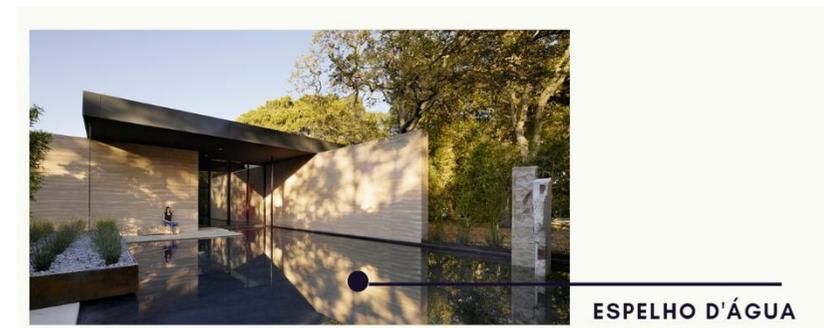
O som como um elemento da ambiência é condicionado às atividades exercidas no local, onde a presença do som pode ser elemento pode ser algo desejado ou não.

A cartilha de ambiência do ministério da saúde argumenta sobre esse elemento como algo que pode ser incorporado ao espaço e quando viável propondo a utilização de músicas e aponta quando necessário considerar o controle acústico.

O comportamento do som no espaço pode gerar respostas positivas ou não. Negativamente Silva (2008, p.72) argumenta que quando um som é considerado inconveniente

pode causar irritabilidade e desconforto e afetar no processo de aprendizagem. Positivamente o som no ambiente pode “evocar uma resposta emocional, altera o humor e aguça os outros sentidos” (VASCONCELOS, 2004, P.56) Sons positivos que podem induzir ao relaxamento como os sons da natureza, o som da água, como o que pode ser visto no Centro Contemplativo Windhover (Figura 32-33) podem ser projetados no paisagismo e em pátios internos nas edificações, podem servir de espaço também para praticas tendo como estímulo sonoros os sons provenientes da natureza.

Figura 32 – Centro Contemplativo Windhover espelho d’água



Fonte: Archdaily/ Matthew Millman Photograph, s/a

Com intervenção da autora.

Figura 33 – Centro Contemplativo Planta Baixa



Fonte: Archdaily/ Aidlin Darling Design, s/a
Com intervenção da autora.

Diante disso, considere-se a utilização do som através de músicas, que também podem ser relacionadas às atividades terapêuticas desenvolvidas no CPICS e o som aliado ao paisagismo.

No interior dos espaços, o projeto deve prever mecanismos para que os sons em diferentes ambientes não entrem em conflito, nem atrapalhem outras atividades exercidas no local.

Sobre a implantação das edificações no meio urbano levar em consideração meios de amenizar o som externo, provenientes da rua, desde a fase de concepção projetual, atentar sobre a localização da edificação quanto a proximidade de vias de grande fluxo de veículos e diretrizes projetuais como a utilização de vegetação ao redor no espaço de transição entre a edificação e a rua pode ajudar a para filtrar os ruídos externos.



4.5 O cheiro

“O odor pode identificar um lugar; um cheiro pode criar um lugar. O odor pode ser agradável, mas também pode ser repulsivo.” (UNWIN, 2013, P.46) O odor pode tornar um lugar desconfortável apesar de um lugar ser considerado bom em outros aspectos. Os cheiros e as emoções estão fortemente interligados, é um elemento que estabelece uma relação com a memória, faz cérebro a buscar memórias completas, faz suscitar nossas lembranças mais antigas. (SILVA, 2008, P. 73)

O cheiro no espaço de forma positiva é um estímulo sensorial, que compõe a experiência que uma possui de um lugar. Na cartilha de ambiência do ministério da saúde o cheiro é um elemento a ser considerado no ambiente, interferindo ou não no bem-estar das pessoas.

Ambientes com odores fortes devem ter localizações que tenham uma boa ventilação e que não fiquem próximos de áreas de permanência.

O cheiro que um lugar possui pode ser uma característica que cria uma memória atribuída a esse espaço. Em espaços como os Centros de Práticas Integrativas e complementares em Saúde, o contato com a natureza é fundamental, tanto para as atividades quanto a ambiência do espaço em geral. Através da vegetação podem ser agregados aos espaços cheiros. “As plantas, além de exalar bons aromas, podem purificar o ar interno absorvendo toxinas, alegrando o ambiente e promovendo o contato com a natureza. (VASCONCELOS, P. 57)

O cheiro é um elemento que precisa ser controlado no ambiente, porém quando consideramos a sua inserção em um ambiente terapêutico, relacionado à saúde o cheiro é vinculada a imagem que o paciente e as pessoas que frequentam em geral vão criar em suas memórias. A ambiência faz parte da experiência/vivência dentro de um lugar, positivamente, isso que inclui os cheiros que esse lugar vai possuir.



4.6 A arte

A arte no ambiente relacionado à saúde é um meio de distração positiva no espaço. O ministério da saúde (2010, P. 09) aponta a arte como um dos elementos que compõe uma boa ambiência para a área da saúde, como meio de inter-relação e expressão das sensações humanas. A arte no espaço pode ser atuar como um de identificação e como manifestação cultural.

Com as artes plásticas e outras manifestações artísticas do espaço poderiam ser explorados outros elementos propostos na ambiência. "Elementos de arte plástica, sejam eles permanentes ou transitórios, conferem ao ambiente a inserção de novas cores e formas, além de instigarem o observador ao deleite e à reflexão." (BESTETTI, 2014, P.605)

No Centro Contemplativo Windhover destinado a contemplação e meditação a presença de obras de arte visual foram utilizadas. (figura 34) Elas acabam por induzir

dentro do espaço a reflexão e contemplação. Com um layout do mobiliário e iluminação direcionada para as obras.

Figura 34 – Arte no Centro Contemplativo Windhover



Fonte: Archdaily/ Matthew Millman Photograph, s/a

A arte possui uma forte carga emocional, diante disso é interessante a utilização de arte que possa proporcionar reações positivas, que contribuam no o espaço com sentimentos bons, através das formas, cores utilizadas, texturas que estimulem experiências sensoriais e que no espaço traduzam também a identidade do lugar.



4.7 O tratamento das áreas externas

Uma das características mais marcantes em espaços que oferecem práticas de medicina alternativa e complementar e a sintonia com a natureza. O contato direto com a natureza nas próprias práticas como o uso de plantas medicinais – fitoterapia e a permacultura são exemplos dessa ligação.

A natureza sempre fez parte da arquitetura paisagística, no espaço urbano e nas edificações. O ser humano possui uma ligação com os elementos da natureza, essa relação trás benefícios para as pessoas como a sensação de bem-estar e relaxamento.

As áreas verdes e o “design biofílico” cada vez mais explorado na arquitetura e design de interiores aproximam o ser humano para esse contato direto, inspirados pelo conceito de “biofilia”.

O termo 'biofilia' é traduzido como 'amor às coisas vivas' no grego antigo (philia = amor a / inclinação a). Embora o termo pareça relativamente novo e esteja se tornando

uma tendência gradual nos campos da arquitetura e design de interiores, a biofilia foi usada pela primeira vez pelo psicólogo Erich Fromm em 1964 e depois popularizada nos anos 80 pelo biólogo Edward O. Wilson, detectando como a urbanização começou a promover uma forte desconexão com a natureza.¹⁰

De acordo com o ministério da saúde, os tratamentos dados às áreas externas aparecem como um elemento de ambiência por ser locais que muitas vezes serve como um local de espera e relaxamento. Esses são também são relevantes no processo de criação de ambiência positiva por serem espaços de encontro e integração. (2010, P.10)

As áreas externas são espaços de transição que podem servir de apoio para atividades, ser espaços integrados a finalidade da edificação (figura 35) e locais nos Centros de

¹⁰ Informações retiradas do site: STOUHI, Dima. **Os benefícios da biofilia para a arquitetura e os espaços interiores.** ArchDaily Brasil. (Trad. Sbeghen Ghisleni, Camila) Disponível em: < <https://www.archdaily.com.br/br/927908/os-beneficios-da-biofilia-para-a-arquitetura-e-os-espacos-interiores>> acesso em: 29 de abril de 2020

Práticas Integrativas e Complementares em Saúde onde possam ter práticas em grupo.

Figura 35 – área para atividades externas (Espaço de Yoga Premavati)



Fonte: Archdaily, Leonardo Finotti, / com intervenção da autora

Além disso, as áreas externas são espaços que têm um grande impacto dentro da edificação com relação a conforto térmico, acústico, diretamente relacionado às aberturas que a edificação.

Nas áreas externas áreas de apoio como um mobiliário (figura 36) para espera e descanso, para pacientes ou pessoas que são acompanhantes são interessantes para os projetos. Esses mobiliários podem ter cores, serem integrados a vegetação e criar uma ambiência e um espaço que estimule a interação entre as pessoas e contato com a natureza.

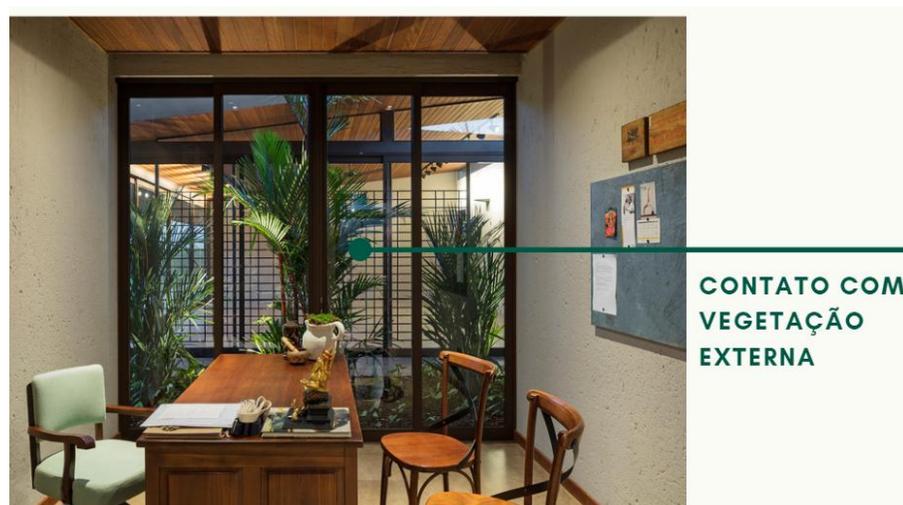
Figura 36 – Mobiliário áreas externas



Fonte: CASACOR SP 2018, Renato Navarro / Com intervenção da autora.

O projeto do edifício sede do Espaço de Yoga Premavati localizado em Minas Gerais explorou a interação da vegetação dos espaços externos com as salas de práticas de yoga e outros espaços da edificação. (figura 37- 38)

Figura 37 – Espaço de Yoga Premavati (espaço interno)



Fonte: Archdaily, Leonardo Finotti,
Com intervenção da autora

Figura 38 – Espaço de Yoga Premavati



Fonte: Archdaily, Leonardo Finotti,
Com intervenção da autora

Lugares como pátios ou jardins internos também podem ser consideradas externas, por serem espaços muitas destinados a áreas verdes. Esses pátios ou jardins internos são interessantes por aproximar a natureza para dentro da edificação e seguir princípios de um design biofílico, pode aproximar o exterior do interior inserindo

dentro da edificação elementos naturais como vegetação, água e entrada de luz natural como pode ser visto no Figura Spa Querétaro (figura 39).

Figura 39 – Spa Querétaro interior



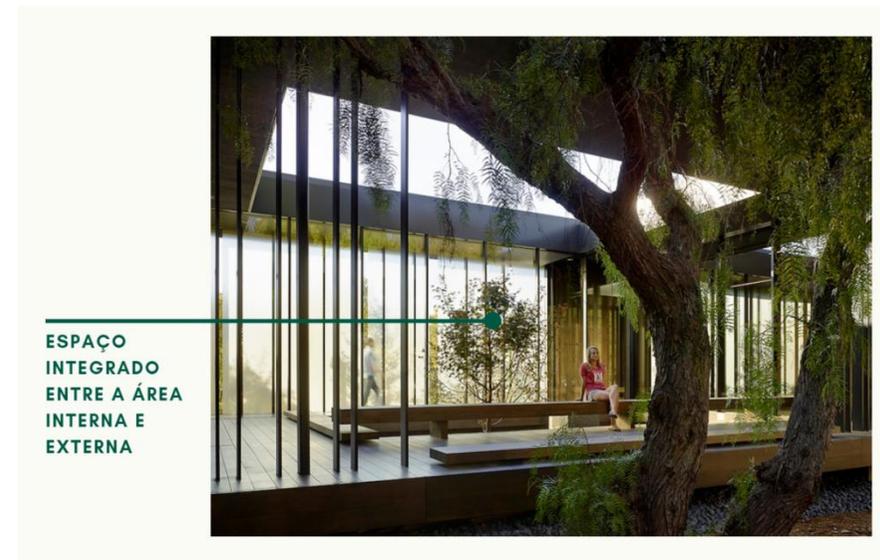
Fonte: Fonte: Archdaily/ Luis Gordo, s/a

Com intervenção da autora

No Centro Contemplativo Windhover (figura 40) uma parte da edificação foi criado um pátio de contemplação com um paisagismo interno e externo que conectam os

espaços, foi projetado também um mobiliário de apoio. A vegetação abraça o espaço criando um espaço de envolvimento com a natureza.

Figura 40 – Centro Contemplativo Windhover



Fonte: Fonte: Archdaily/ Matthew Millman Photograph, s/a

Com Com intervenção da autora



4.8 A privacidade e individualidade

No âmbito da saúde a privacidade e individualidade são componentes fundamentais para um atendimento humanizado. A arquitetura exerce um papel importante por ser um meio de proporcionar essa atenção aos pacientes e pessoas envolvidas nesse processo.

Um ambiente que oferece privacidade através da arquitetura soma na construção de uma ambiência positiva e humanizada na saúde por contribuir no processo de trabalho e ajudar no atendimento personalizado de cada pessoa.

“a privacidade diz respeito à proteção da intimidade do paciente, que muitas vezes pode ser garantida com uso de divisórias ou até mesmo com cortinas e elementos móveis que permitam ao mesmo tempo integração e privacidade, facilitando o processo de trabalho, aumentando a interação da equipe e ao mesmo tempo possibilitando atendimento personalizado.” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010, P.11)

Nas relações de ambiente – indivíduo entende-se que esse espaço construído inicialmente pela arquitetura torna-se um lugar que vai ser vivenciado pelo social, cada pessoa envolvida vai possuir necessidades diferentes em um mesmo espaço. Sobre a individualidade e a arquitetura o Ministério da Saúde (2010, P.11) aponta:

A arquitetura tem também seu papel no respeito à individualidade quando se propõe, por exemplo, a criar ambientes que ofereçam ao paciente espaço para seus pertences, para acolher sua rede social, entre outros cuidados que permitam ao usuário preservar sua identidade”

Considera-se assim partir do princípio que a privacidade e a individualidade são necessárias na arquitetura desde a fase inicial de projeto, com o entendimento das atividades desenvolvidas, comportamentos, programa de necessidades por ser um meio que dentro do espaço vai buscar respeitar a identidade dessas pessoas de valores culturais e relações sociais diferentes.



4.9 A confortabilidade

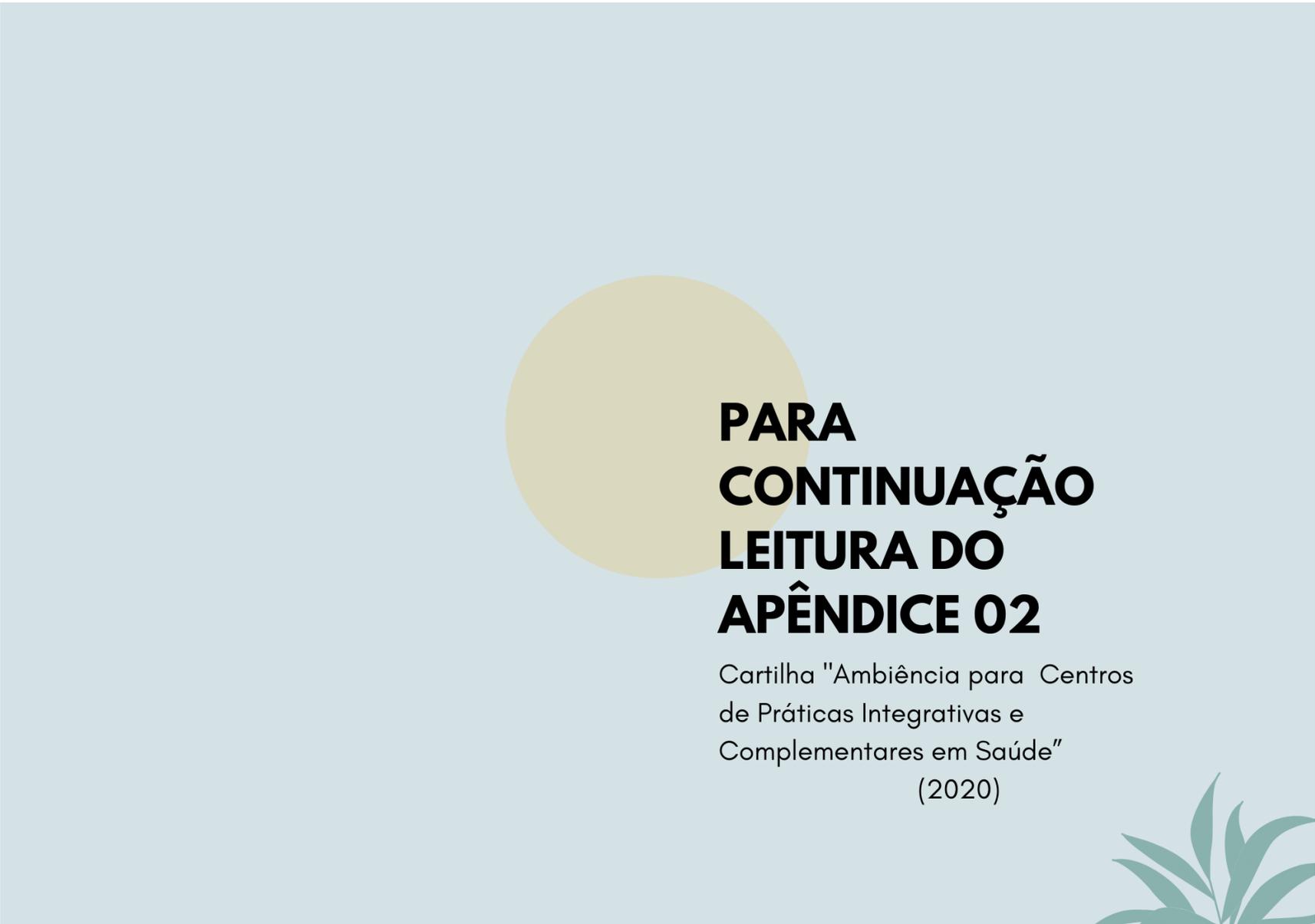
O conforto e a sensação de bem-estar estão ligados. “Conforto é a condição de bem-estar relativa às necessidades do indivíduo e sua inserção no ambiente imediato” (BESTETTI, 2014, P.602 apud SCHMID, 2005) Os elementos citados anteriormente como luz, cor, som, cheiro, privacidade e individualidade inseridos espaço tem uma relação direta com a sensação de conforto ou desconforto. A própria relação do conceito de ambiência é relacionada ao bem-estar, quando fala-se da confortabilidade , trata-se também diretamente da ambiência como um todo.

“é importante que, ao criar essas ambiências, se conheçam e, respeitem os valores culturais referentes à privacidade, autonomia e vida coletiva da comunidade em que está se atuando. Deve-se construir ambiências acolhedoras e harmônicas que contribuam para a promoção do bem-estar, desfazendo-se o mito desses espaços que abrigam

serviços de saúde frios e hostis”.
(MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010, P.12)

Não é por acaso que a sensação de conforto é relacionada a necessidades de uma pessoa dentro de ambiente. Na arquitetura estudam-se diversas áreas como ergonomia, conforto ambiental, acessibilidade, desenho universal, que na prática influenciam diretamente na condição de conforto que um ambiente pode proporcionar. Arquitetonicamente projetar é atender a necessidades de pessoas dentro de um espaço.

“As pessoas sentem necessidade de poder controlar o ambiente que as cerca. A sensação de controle é um importante fator que influencia o nível de estresse e o bem-estar em diversos grupos de pessoas” (VASCONCELOS,2004, P.36) Na organização de um espaço público relacionado à saúde criar ambientes que proporcionem confortabilidade pode ser relacionado a diretrizes projetuais que proporcionam o controle do ambiente e a sensação de autonomia.



**PARA
CONTINUAÇÃO
LEITURA DO
APÊNDICE 02**

Cartilha "Ambiência para Centros
de Práticas Integrativas e
Complementares em Saúde"
(2020)



5. A elaboração da cartilha “ambiência” para os CPICS

Uma cartilha tem a finalidade de instruir e trazer informações sobre determinado tema. Elas são utilizadas em diversas áreas e é um recurso muito comum na área de saúde para informar, um material educativo de fácil entendimento. Cartilhas são objetivas quanto às informações presentes principalmente pelo seu papel de orientação.

O desenvolvimento da escolha de uma cartilha como resultado dessa pesquisa é de justamente instruir sobre a “ambiência” na saúde de forma objetiva. A cartilha “Ambiência para Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde” (2020) como consta no apêndice 02 é multidisciplinar e destinada para arquitetos, psicólogos, terapeutas e gestores dos CPICS, pois, essas pessoas tem uma relação com as atividades exercidas e conseqüentemente com os espaços e de como eles podem funcionar. Ao longo dos anos com as modificações e intervenções que são feitas a intenção dessa cartilha é de direcionar as essas ações e projetos e mostrar

também o impacto que os espaços e elementos presentes neles podem influenciar nas pessoas que vão utilizar esses locais.

A organização da cartilha foi pensada em seus diferentes meios de percepção como linguagem visual, escrita e formatação de forma que proporcionasse ao leitor fácil o entendimento das informações.

A linguagem visual da cartilha foi criada a partir do objeto de estudo que são os CPICS, pelo estudo prévio do que são esses espaços, suas atividades e características. A cartilha é composta por elementos orgânicos que simbolizam fluidez e bem-estar, os elementos que remetem a natureza são a representação da interação e contato com a natureza nas práticas e o cuidado com o meio ambiente. O propósito dos CPICS de promover o autocuidado foi traduzido na utilização da forma circular por simbolizar ciclos, é uma figura que remete a um ponto no meio (centralidade), a introspecção.

Figura 41 – Linguagem visual elementos



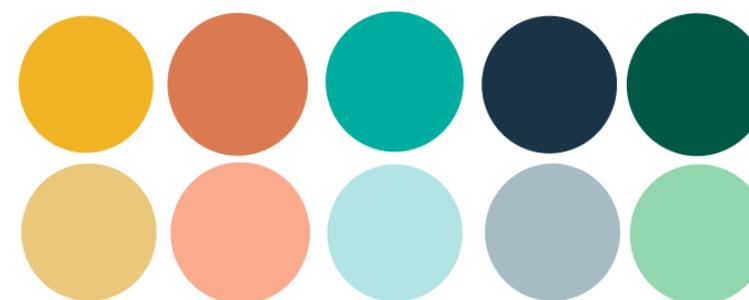
Fonte: Aatoria pessoal

Outro recurso na cartilha da linguagem visual foi à utilização de setas, diferentes fontes na escrita que chama a atenção do leitor antes da leitura total da pagina para certos

pontos que o situam do tema abordado e ilustram o que foi escrito.

As cores propostas para cartilha entre cores quentes e frias são tonalidades mais claras principalmente em grande parte dos elementos por serem menos contrastantes com as informações. A paleta de cores da cartilha (figura 42) foi composta para remeter a elementos naturais como o sol, água, as plantas, céu e a terra. O verde em especial é uma cor forte na área da saúde e simboliza o equilíbrio e bem-estar.

Figura 42 – Paleta de cores



Fonte: Aatoria Pessoal

A proposta da linguagem da cartilha é que ela fosse clara para qualquer leitor (independente dele ser arquiteto e urbanista ou não) para que o conteúdo pudesse ser compreendido para o público alvo em questão e para qualquer pessoa que venha a ler a cartilha como uma referência teórica sobre a temática. Em alguns momentos a escrita da cartilha busca se aproximar do leitor. A intenção com tudo isso é que apesar de ser escrita com base em conhecimentos que envolvem a arquitetura e urbanismo, explicar o assunto proposto dessa forma é proporcionar aos leitores uma perspectiva da importância projetual, a função da arquitetura e urbanismo e do próprio arquiteto dentro desses espaços e nos espaços públicos em geral.

6. Considerações finais: O processo, perspectivas e reflexões.

Os espaços relacionados à saúde e principalmente os que são relacionados de alguma forma a saúde mental são locais que ainda sofrem com preconceito e exclusão. A busca por ajuda fica comprometida se esses espaços são vistos como hostis ou não possuem visibilidade e não são conhecidos pelas pessoas. As cidades, os espaços cada vez mais desvinculados do ser humano acabam sendo fatores que interferem de forma acumulativa no bem-estar e estado psicológico das pessoas.

A saúde mental é discutida atualmente pelos números alarmantes de aumento de casos nos últimos anos e ainda no contexto atual as áreas destinadas à saúde sejam elas físicas ou mentais são e serão ainda mais relevantes na sociedade.

Os CPICS são locais que tem um impacto positivo dentro de suas comunidades, as PICS são práticas que foram incorporadas a saúde no SUS pelos seus benefícios e não

impedem os usuários de realizar outros tipos de tratamentos convencionais da medicina, a ação desses lugares é de prevenir o adoecimento e ajudar as pessoas, somar nas melhorias e qualidade de produção de saúde. A arquitetura, ambiência e integração desses espaços ajudam também na visibilidade e no trabalho que já é realizado.

Ao final desse trabalho entende-se as complexidades quanto pesquisa acadêmica exploratória, onde seu desenvolvimento foi através da investigação e busca pelo entendimento da ambiência e percepção, as referências bibliográficas e os diversos autores citados durante a pesquisa serviram de embasamento para o entendimento das questões referentes ao tema.

Abordar esse tema possibilita aplicar na arquitetura questões de compreensão do ser humano e sua relação com os espaços físicos. O conceito de ambiência aplicado à saúde é ainda pouco explorado, principalmente quando relacionados

à prática e visualização desse entendimento teórico nos espaços.

A compreensão da relação entre indivíduo- ambiente é um campo científico muito amplo que envolve aspectos que vão além da arquitetura e não seria diferente com a “ambiência” durante todo o processo o estudo desse âmbito foi envolvido por questões científicas da sociologia, psicologia, funcionamento do corpo humano, neurociência, que junto da arquitetura demonstram a complexidade do tema. Um dos maiores desafios durante a pesquisa foi de aprofundar ou em muitos momentos conhecer os fatores dessas áreas que tinham relação com a ambiência, o processo de percepção foi uma delas.

A ambiência e a humanização dos espaços tem na arquitetura um importante papel na vertente referente aos fatores físicos dos espaços, contudo, entende-se que a arquitetura e o papel do arquiteto não se limitam a projetar a edificação. O arquiteto nesses processos é responsável por

traduzir no espaço o ser humano, seus desejos, necessidades, entende-se que os espaços criados vão ser sujeitos a intervenções, mudanças, aos comportamentos das pessoas que vão utilizar esses locais, que as diretrizes tomadas de composição e criação desses espaços, podem torna-los “lugares”, pode trazer o sentimento de pertencimento, proporcionar confortabilidade e bem-estar, gerar comportamentos, interações.

Como as pessoas vão perceber esses lugares? Quais os sentidos que estão sendo estimulados? Quais elementos proporcionam interação? As edificações estão integradas a cidades? A atuação dos arquitetos e urbanistas é fundamental nos espaços públicos, a ambiência sozinha não é capaz de atingir o que ela pretende se ela não tiver vinculada a outras questões que envolvem a arquitetura como proporcionar a acessibilidade das pessoas, diminuindo as barreiras de acesso que esses espaços podem causar, agregar aos espaços com as condicionantes ambientais e alinhar com os elementos

propostos na ambiência, para que funcionem com a maior eficácia dentro dos espaços, criar cidades e espaços que sejam sustentáveis, integrar esses espaços com a cidade, com as comunidades nas quais eles são e serão inseridos, explorar os sentidos e proporcionar estímulos no ambiente para humanizar os espaços, aproximando a arquitetura desses lugares com o corpo e o ser humano. O processo de humanização e criação de ambiências positivas dos espaços, além da saúde, é para qualquer espaço.

Positivamente a cartilha “Ambiência” (2010) do Ministério da Saúde e sua proposta de aplicação entende que além do direcionamento dos elementos de composição, e do envolvimento das pessoas envolvidas nesse processo os lugares, as edificações e espaços são locais de socialização e troca entre sujeitos e é um bom começo no entendimento do tema, contudo, a cartilha se limita a superficialidade das informações e pouca didática para entendimentos de suas possíveis aplicações no espaço, diante disso a cartilha

proposta durante essa pesquisa surgiu também a partir da necessidade de revisão e aprofundamento do conteúdo da cartilha anterior.

A cartilha dessa pesquisa “Ambiência para Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde” (2020) soma em forma de conteúdo teórico/prático para as possíveis intervenções e projetos futuros referentes a esses espaços.

A pesquisa para a autora foi impulsionada por questões pessoais e de curiosidade de buscar entender melhor e aprender sobre o tema, na pesquisa realizada existe o desejo de continuação futuras, até pelo momento de aplicação da pesquisa e das questões atuais que ocasionaram mudanças nos objetivos iniciais, em outro momento eles podem ser desenvolvidos, ter continuidade, somando a pesquisa já realizada, as ideias iniciais não foram perdidas durante o processo.

7. Referências:

ALEXANDRE, Dulclerci; TAVARES, João. **Factores da percepção visual humana na visualização de dados**. 2007.

Disponível em:

https://paginas.fe.up.pt/~tavares/downloads/publications/artigos/Dulclerci_cmne2007.pdf. Acesso em: 25 de abril de 2019

ALVES, Frederico. Dicotomia luz/sombra na caracterização da imagem exterior do edifício em Alvar Aalto. 2014. Disponível em: <http://repositorio.ulusiada.pt/handle/11067/2775>. Acesso em: 25 de junho de 2019

BESTETTI, Maria Luisa. **Ambiência: espaço físico e comportamento**. Disponível em:

<http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v17n3/1809-9823-rbgg-17-03-00601.pdf> . Acesso em: 12 de abril de 2019

BRASIL, Ministério da Saúde. Política Nacional de Humanização – HumanizaSUS. Disponível em:

<http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/projeto-lean-nas->

emergencias/693-aco-es-e-programas/40038-humanizaus.

Acesso em: 07 de julho de 2019

BRASIL. Lei Federal 12.216, 06 de abril de 2001. Disponível em:

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/leis_2001/l10216.htm

Acesso em 20 de abril de 2019

BRASIL. Ministério da Saúde. Disponível em:

[http://portalms.saude.gov.br/aco-es-e-programas/cartao-nacional-de-saude/legislacao/693-aco-es-e-programas/40038-](http://portalms.saude.gov.br/aco-es-e-programas/cartao-nacional-de-saude/legislacao/693-aco-es-e-programas/40038-humanizaus)

humanizaus Acesso em: 24 de março de 2019

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde.

Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização.

Ambiência. 2ºed. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2010

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde.

Saúde Mental no SUS: Os Centros de atenção Psicossocial. 1º ed. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2004

BRASIL. Ministério Público Federal/ Procuradoria Federal dos direitos dos cidadão. **Cartilha Direito a Saúde Mental**.

s/a,.Disponível em: <http://www.cfess.org.br/arquivos/cartilha-saude-mental-2012.pdf> Acesso em: 24 de março de 2019

CAMPOS, Isabela. **Interfaces entre espaços públicos e Centros de Práticas Integrativas e Complementares em**

Saúde de João Pessoa- PB. Dissertação de Mestrado - Programa de Pós- Graduação em Arquitetura e Urbanismo (PPGAU) Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Paraíba, p. 219. 2016.

CHING, Francis D. K. **Arquitetura: forma, espaço e ordem**. 1.ed. São Paulo: Martins Fontes, 2002.

DELGADO, Víctor; SÁ, Roberto. **Cidade, imagens e polifonias: reverberações urbanas**. s/a. Disponível em:

http://abrapso.org.br/siteprincipal/images/Anais_XVENABRAP

SO/466.%20cidade%2C%20imagens%20e%20polifonias.pdf

Acesso em: 06 de maio de 2019

DIAS, Alisson; ANJOS, Marcelo. **Projetar sentidos: A arquitetura e a manifestação sensorial.** 5º simpósio de Sustentabilidade e Contemporaneidade nas Ciências Sociais. 2017

DONALDRATTNER. How to Use the Psychology of Light and Lighting to Boost Your Creativity. Disponível em: <https://donaldrattner.com/blog/2019/2/1/nnqpsqy9mh1jmktpt1dabhbert19evg-6phg6> Acesso em: 14 de abril de 2020

ELALI, Gleice. **Psicologia e Arquitetura: em busca do locus interdisciplinar.** Estudos de Psicologia [online], Natal, vol.2, n.2, p.349-362, 1997. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413294X1997000200009&script=sci_abstract&tlng=pt Acesso em: 07 de julho de 2019

ELALI, Gleice. **Relações entre comportamento humano e ambiência:** uma reflexão com base na psicologia ambiental. In: Anais do Colóquio Ambiências Compartilhadas. Rio de Janeiro: ProArq - UFRJ, 2009.

FARINA, Modesto; PEREZ, Clotilde; BASTOS, Dorinho. **Psicodinâmica das cores em comunicação.** 5.ed. São Paulo: Edgard Blücher, 2006

Filho, João. **Gestalt do Objeto.** Sistema de leitura visual da forma. 9. ed. Escrituras: São Paulo. 2009

FRANCO, José. "Quais são as chaves de desenho arquitetônico de um espaço de yoga e meditação?" 16 Nov 2016. (Trad. Pedrotti, Gabriel) Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/799456/quais-sao-as-chaves-de-desenho-arquitetonico-de-um-espaco-de-yoga-e-meditacao> Acesso em: 04 de abril de 2020

FUENTE, Javier. **O edifício doente: Relação entre a construção, saúde e bem-estar**. Dissertação de mestrado em arquitetura. Universidade do Minho. 2013

GAMBOIAS. Hugo. **Arquitetura com Sentidos(s)** – Os sentidos como modo de ver a arquitetura. Dissertação de Mestrado integrado em arquitetura. Departamento de Arquitetura da FCTUC. 2013

HOREVICZ, Elisabete; CUNTO, Ivanóe. **A humanização em interiores de ambientes hospitalares**. 2007. Disponível em: <http://periodicos.unifil.br/index.php/Revistatestes/article/view/397> Acesso em: 07 de julho de 2019

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos da metodologia científica**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2010

LIMA, Mariana. **Percepção Visual Aplicada a Arquitetura e Iluminação**. Rio de Janeiro: Ciência Moderna, 2010

LUDERMIR, Ana Bernarda; FILHO, Djalma A. de Melo. **Condições de vida e estrutura ocupacional associadas a transtornos mentais comuns**. Revista Saúde Pública, São Paulo, v.36, no. 2, p.213-21. Apr.2002

MACHADO, Ana Karina da Cruz; TERTULIANO, Charle Victor Martins. **Eficácia das práticas integrativas e complementares na saúde mental da pessoa idosa**. Revista CIEH- Congresso Internacional de Envelhecimento Humano, v. 1, 2017, ISSN 2318-0854.

Ministério da Saúde. Política Nacional de Humanização – HumanizaSUS. Disponível em: <http://portalms.saude.gov.br/acoes-e-programas/cartao-nacional-de-saude/legislacao/693-acoes-e-programas/40038-humanizasus> . Acesso em: 24 de março de 2019

Ministério da Saúde. Política Nacional de Humanização – HumanizaSUS. Disponível em: <http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/projeto-lean-nas>

emergencias/693-acoes-e-programas/40038-humanizaus

Acesso em: 07 de julho de 2019

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Saúde mental no SUS:** Os centros de Atenção Psicossocial. 1. ed. Brasília-DF. 2004

MONTAGU, Ashley. **Tocar:** O Significado Humano da Pele. 6º ed. São Paulo: Summs, 1988

OBSERVAPICS. PICS. (S/A). Disponível em:

<http://observapics.fiocruz.br/pics/> Acesso em: 19 de janeiro de 2020

OPAS - Organização Pan-Americana de Saúde do Brasil. Saúde mental: é necessário aumentar recursos em todo o mundo para atingir metas globais. Disponível

em:https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5694:saude-mental-e-necessario-aumentar-recursos-em-todo-o-mundo-para-atingir-metas-globais&Itemid=839 . Acesso em: 24 de março de 2019

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS BRASIL. OMS registra aumento de casos de depressão em todo o mundo; no Brasil são 11,5 milhões de pessoas. Disponível em:

<https://nacoesunidas.org/oms-registra-aumento-de-casos-de-depressao-em-todo-o-mundo-no-brasil-sao-115-milhoes-de-pessoas/>. Acesso em: 14 de abril de 2019

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Relatório mundial da saúde. Saúde mental: nova concepção, nova esperança. 1.ed. Lisboa. 2002

PÁDUA, Elisabete Matallo Marchesini de. **Metodologia da pesquisa:** abordagem teórico-prática. 17. ed. Campinas, SP: Papyrus, 2012.

PALLASMAA, Juhani. **Os olhos da pele.** A arquitetura e os sentidos. Bookman, Porto Alegre; 1.ed, 2011

Política Nacional de Práticas Integrativas e

Complementares (PNPIC). (S/A). Disponível em:

<http://www.saude.gov.br/acoes-e-programas/politica->

nacional-de-praticas-integrativas-e-complementares-pnpic .

Acesso em: 19 de janeiro de 2020

Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Política Nacional de Práticas Integrativas e

Complementares (PNPIC) (S/A). Disponível em:

[http://www.saude.gov.br/acoes-e-programas/politica-](http://www.saude.gov.br/acoes-e-programas/politica-nacional-de-praticas-integrativas-e-complementares-pnpic)

[nacional-de-praticas-integrativas-e-complementares-pnpic .](http://www.saude.gov.br/acoes-e-programas/politica-nacional-de-praticas-integrativas-e-complementares-pnpic)

Acesso em: 19 de janeiro de 2020

ROLNIK, Raquel. **O que é a cidade**. São Paulo: Brasiliense, 1995. (Coleção Primeiros Passos; 203)

SILVA, Leonora Cristina. **Diretrizes para a arquitetura hospitalar pós-reforma psiquiátrica sob o olhar da psicologia ambiental**. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-Graduação em Arquitetura e Urbanismo. Universidade Federal de Santa Catarina. 2008

STOUHI, Dima. **Os benefícios da biofilia para a arquitetura e os espaços interiores**. ArchDaily Brasil. (Trad. Sbeghen

Ghisleni, Camila) Disponível em:

<https://www.archdaily.com.br/br/927908/os-beneficios-da-biofilia-para-a-arquitetura-e-os-espacos-interiores>. Acesso em: 29 de abril de 2020

TUAN, Yi-Fu. **Espaço e lugar**: a perspectiva da experiência.

Difel: São Paulo, 1983

UNWIN, Simon. **A análise da arquitetura**. 3.ed. Porto Alegre: Bookman. 2013

VASCONCELOS, Renata. **Humanização de ambientes hospitalares**: Características arquitetônicas responsáveis pela integração interior/exterior. Dissertação (Mestrado em Arquitetura e Urbanismo) - Pós-Graduação em Arquitetura e Urbanismo. Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis. 2004.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Depression and Other Common Mental Disorders** - Global Health Estimates. Geneva. 2017



APÊNDICE 01 – ENTREVISTAS PROPOSTAS

A utilização de entrevistas como metodologia se justifica por ser um meio de entender a percepção das pessoas que utilizam os CPICS.

Segundo Pádua (2012, p. 70) A vantagem da utilização de entrevistas como um método de pesquisa é a possibilidade da aplicabilidade em qualquer segmento da população, inclusive analfabetos para coleta de dados, além disso, outra vantagem é a obtenção de dados referentes ao comportamento humano.

A escolha da técnica da entrevista é a pessoal, formal ou estruturada, “quando o entrevistador usa um esquema de questões sobre um determinado tema, a partir de um roteiro (pauta), previamente preparado” (PÁDUA, 2012, p. 70).

A finalidade das entrevistas é de obter um resultado qualitativo sobre o tema. A entrevista foi desenvolvida com perguntas abertas, sobre isso Pádua (2012, p.74) argumenta:

As perguntas abertas, por exigirem uma resposta pessoal, espontânea, do informante, trazem dados importantes para uma análise qualitativa, pois as alternativas de respostas não são todas previstas, como no caso das perguntas fechadas.

Como a intenção da entrevista é conhecer as possíveis percepções dos agentes envolvidos, as perguntas abertas não direcionam o entrevistado, sendo assim um meio de obter diferentes ou não visões e percepções de um grupo.

As entrevistas são divididas em duas partes, a primeira entrevista (tabela 04) direcionada aos funcionários gestores, psicólogos e terapeutas com a finalidade de entendimento do espaço no aspecto mais geral e sua relação com a saúde mental, a segunda (tabela 05) é direcionada as pessoas que frequentam o CPICS (funcionários no geral e pacientes) com perguntas para compreensão da percepção delas sobre o local.

Tabela 09 – Entrevista 01

ENTREVISTA SOBRE O ESPAÇO, FUNCIONAMENTO E SAÚDE MENTAL		
DIRECIONADA: GESTORES + PSICÓLOGOS E TERAPEUTAS	PERGUNTAS	OBJETIVOS
	1) O que são as práticas integrativas e complementares em saúde?	Entender o que são as práticas integrativas e complementares em saúde.
	2) Como as PICS (práticas integrativas e complementares em saúde) podem contribuir na prevenção e auxílio no tratamento dos transtornos mentais comuns como ansiedade, depressão e estresse?	Compreender a relação das práticas oferecidas com a saúde mental, com foco nos transtornos mentais comuns.
	3) Como o ambiente físico interfere nas atividades desenvolvidas? Os ambientes possuem especificidades para as atividades?	Verificar as especificidades dos ambiente em relação às atividades oferecidas. (questão diretamente ligada às diretrizes projetuais para esses locais).

Fonte: Aatoria, 2020

Tabela 05 – Entrevista 02

ENTREVISTA SOBRE A PERCEPÇÃO DAS PESSOAS NOS CPICS		
	PERGUNTAS	OBJETIVOS
DIRECIONADA: FUNCIONÁRIOS NO GERAL + PACIENTES	1) Como o CPICS influencia na sua vida?	Entender a relação do entrevistado com o local. (pergunta abrangente para entender a relação “espaço – indivíduo”)
	2) O espaço físico atende suas necessidades? De trabalho/ atendimento/ espera/ acolhimento ou alguma outra função?	Entender as necessidades das pessoas que frequentam o local.
	3) Quais as sensações percebidas por você em relação ao ambiente do CPICS ?	Conhecer as sensações e percepções que o local pode transmitir.
	4) Como você entende a importância do CPICS para a comunidade?	Entender a relação do CPICS com a comunidade na visão das diferentes pessoas que frequentam o local.

Fonte: Aatoria, 2020

apêndice

02

“Ambiência para Centros
de Práticas Integrativas e
Complementares em Saúde”
(2020)

LARISSA SOUSA

ambiência

**Cartilha para os Centros de Práticas
Integrativas e Complementares em Saúde**

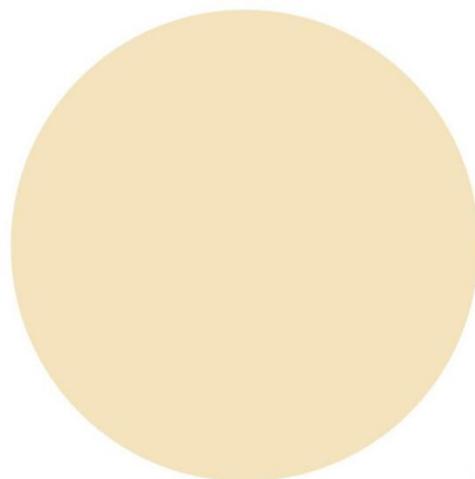
2020

SUGESTÃO DA AUTORA

Querido leitor, a cartilha proposta foi pensada para estimular uma boa leitura e compreensão das informações. Você é convidado a entender um pouco sobre a ambiência e durante esse processo e para uma percepção que seja também uma experiência sensorial indico que durante a leitura você escute alguma playlist meditativa ou de sons da natureza, é fácil leitor! Basta procurar em alguma plataforma de sua preferência como Youtube, Spotify, Deezer entre outros.

Boa leitura!





apresentação

Essa cartilha foi desenvolvida como componente e resultado técnico científico da pesquisa de trabalho de conclusão de curso na área de arquitetura e urbanismo "Ambiência, arquitetura e saúde mental: Uma cartilha de diretrizes projetuais para os Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde" e tem como base a cartilha do Ministério da Saúde "Ambiência" (2010). O intuito dessa cartilha é aprofundar o conceito de ambiência na saúde e aplicar aos Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, agregar como referência teórica e nortear as intervenções e projetos dessa área.



* sem finalidade lucrativa

Prefácio

Corpo é casa. Envoltório de todo afeto, toda memória, todo presente, todo inteiro. Casa é corpo inteiro. Humanizar a arquitetura é a retomada do lar, abraço de mãe, colo de vó, cama quente e cobertor para os tempos febris.

Tecendo analogias em lã macia, cabe aqui dizer que o presente trabalho direciona a escolha do novelo, base no processo de fazer arquitetura. Em tempos de humanidade baixa, a costura de ideias de Larissa – em tantos momentos desfazendo nós – justifica os porquês de decisões a serem tomadas em projetos de arquitetura para estabelecimentos de saúde e bem estar e conduz o profissional à utilização de estratégias certas ao resgate do sensível neste campo experimental, que é o projetar.

A cartilha da ambiência desenvolvida pela – ate então – estudante, torna-se objeto de relevância para sua utilização no campo profissional e acadêmico. A pesquisa de Larissa Sousa acontece como colcha de retalhos, harmoniza os padrões em pedaços de tecido interdisciplinares e atinge objetivos para além de suas pretensões iniciais.

Este manto, aqui referenciado como produto final do trabalho de graduação, abre caminhos e novos olhares para a prática do projeto em arquitetura e urbanismo e oferece possibilidades de aplicação em suas diversas camadas, da prática à poesia, tal como faz João Cabral de Melo Neto em sua fábula de um arquiteto.

Yane Diniz

Arquiteta e Urbanista



“ A arquitetura como construir portas,
de abrir; ou como construir o aberto;
construir, não como ilhar e prender,
nem construir como fechar secretos;
construir portas abertas, em portas;
casas exclusivamente portas e teto.
O arquiteto: o que abre para o homem
(tudo se sanearia desde casas abertas)
portas por-onde, jamais portas-contra;
por onde, livres: ar luz razão certa.
Até que, tantos livres o amedrontando,
renegou dar a viver no claro e aberto.
Onde vão de abrir, ele foi amurando
opacos de fechar; onde vidro, concreto;
até refechar o homem: na capela útero,
com confortos de matriz, outra vez feto.”

João Cabral de Melo Neto (1994)

sumário

- 
- 06** Introdução
- 07** O que é ambiência e humanização dos espaços?
- 08** O que são os Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde?
- 09** Os elementos no espaço que fazem parte da ambiência
- 29** Diretrizes projetuais complementares
- 30** Referências



INTRODUÇÃO

Na área da saúde o processo de humanização aproxima o espaço das necessidades das pessoas envolvidas. A criação de ambientes acolhedores que sejam capazes de criar relações positivas com os usuários é relacionada à interação gerada entre indivíduo com o ambiente, a ambiência através da arquitetura é um dos caminhos para essa humanização sendo já aplicada a área de saúde no SUS (Sistema Único de Saúde) em diferentes espaços através da Política Nacional de Humanização (PNH) - HumanizaSUS.

A percepção dos usuários, as sensações causadas pelo espaço físico também podem auxiliar no tratamento de doenças e estabelecer uma melhor relação entre esses espaços, os indivíduos e a sociedade.

No SUS os Centros de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde são espaços dedicados a cuidar do ser humano no âmbito da saúde física e mental, proporcionam as pessoas cuidados que vão além da saúde, da prevenção e do autocuidado, esses centros geram: acolhimento, a integração com a sociedade, troca de vivências e experiências.

Medidas de ambiência desenvolvidas especialmente para os CPICS somatizam com as atividades realizadas e nas práticas desenvolvidas, também contribuem para que tenham uma maior visibilidade, que esses locais sejam lugares em que as pessoas busquem ajuda para o desenvolvimento do equilíbrio psíquico, físico e de qualidade de vida.



O QUE SÃO OS CENTROS DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE (CPICS)?

São centros onde são realizadas práticas terapêuticas conhecidas como (PICS) Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, onde são realizadas abordagens mais naturais na recuperação e prevenção da saúde. Essas práticas acontecem de forma coletiva ou individual também são conhecidas como medicina tradicional e medicina complementar/alternativa. Atualmente oferecidas pelo SUS, somam 29 práticas, com a finalidade de prevenir, aliviar os sintomas e promover o autocuidado físico e emocional. A atuação do atendimento oferecido de prevenir o adoecimento, não impedem que os usuários tenham outros tipos de tratamento, as práticas integrativas e complementares em saúde somam para as pessoas que buscam melhorias e qualidade de saúde e bem-estar.

As PICS na saúde pública passaram a ser mais conhecidas e difundidas pelos profissionais de saúde nos últimos anos, hoje são práticas que podem ser recomendadas como parte de tratamentos desenvolvidos encaminhados diretamente das Unidades Básicas de Saúde da Família.

Apesar das práticas serem oferecidas no SUS em diferentes veículos, os centros e os espaços físicos específicos que oferecem esses serviços são necessários pelo vínculo terapêutico e integrado ao ser humano e pela demanda de espaços e necessidades que essas práticas podem precisar dentro de seus programas de necessidades e elementos de ambiência e composição do espaço que podem contribuir para essas práticas, além disso, esses espaços atuam em um eixo comunitário de integração social e socialização.

O QUE É A AMBIÊNCIA E HUMANIZAÇÃO DOS ESPAÇOS?

A ambiência considera no espaço fatores estéticos, psicológicos e de composição e compreende o espaço como locais que causam efeitos. O espaço através da percepção (mesmo com fatores sociais, culturais, de idade, educação, interpretação, diferentes) podem causar reações de comportamento, interação, efeitos psicofisiológicos no corpo.

As sensações a partir do espaço de bem-estar físico, emocional e de conforto compreendidas no sistema sensorial humano pela percepção, memória e imaginação em constante interação, fazem parte da ambiência.

A ambiência como um meio de criação de espaços que produzem efeitos e respostas positivas é uma forma de humanização, que por sua vez é um processo que na saúde pública envolvem o respeito aos indivíduos (pacientes e profissionais da área) a promover no espaço medidas que ajudam no o bem-estar, físico e emocional, na valorização e acolhimento. Ainda na saúde a ambiência visa ajudar no processo de trabalho, na confortabilidade, que os espaços respeitem a privacidade, individualidade e criem ambientes saudáveis, considera o espaço criador de subjetividades e o encontro entre sujeitos através desses locais.

A arquitetura em sua essência busca responder necessidades humanas. A ambiência e humanização conjuntas promovem melhoras na produção de saúde pela aproximação com o corpo, com o próprio ser humano, a criação de ambientes que sejam lugares (com sensação de valor) e a utilização de elementos que contribuam para o espaço, o direcionamento e entendimento das possíveis sensações que esses ambientes podem causar e as relações que os usuários vão ter com o local.



A MORFOLOGIA

A morfologia é relacionada à forma, dimensões e volumes dos espaços, esses componentes em conjunto são resultados das configurações espaciais, as diretrizes arquitetônicas da morfologia podem agregar no espaço em relação ao conforto, acústica, percepção das escalas, iluminação.

As formas, volumes e dimensões estabelecidas nos projetos devem atender as necessidades das pessoas nos ambientes; Podem ser exploradas em pinturas, mobiliário, paisagismo;

**+ ESTÍMULOS
NO ESPAÇO**



**PAGINAÇÃO DE
PISO COM FORMAS
GEOMÉTRICAS**

**DELIMITAÇÃO DE
UM LOCAL PARA
ATIVIDADES NA
ÁREA EXTERNA**

Imagem: Espaço de Yoga Premawati
Fonte: Archdaily, Leonardo Firrotti,
Com intervenção da autora

*Ainda no paisagismo as formas podem ser exploradas na sua representação como símbolo, como por exemplo podem ser feitas nas áreas externas "Hortas mandalas" a forma circular no plantio beneficia as plantas, os círculos remetem a ciclos, as mandalas tem um significado relacionado ao sagrado. Esses são espaços de harmonia.

ESPAÇOS - FORMA - FUNÇÃO

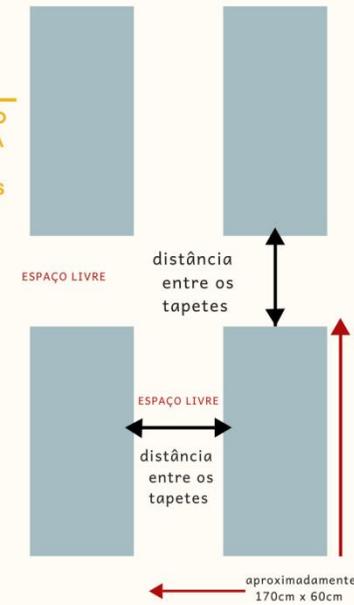
As dimensões dos espaços devem proporcionar conforto e praticidade. Em práticas que envolvem tapetes ou objetos de apoio, o pré-dimensionamento deve ser feito tendo como base nesses fatores.

CONFORTABILIDADE E INDIVIDUALIDADE DOS USUÁRIOS

Imagem: Ritual House of Yoga
Fonte: Archdaily/ Kevin Scott, s/a
Com intervenção da autora.



DIMENSIONAMENTO COM BASE EM UMA ESTIMATIVA DE QUANTAS PESSOAS VÃO UTILIZAR O ESPAÇO

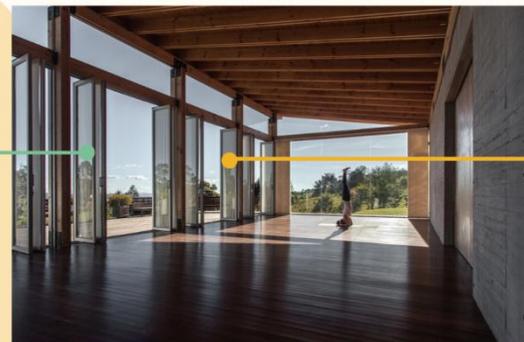


A LUZ

A natureza e a luz são fundamentais nas práticas Integrativas e Complementares em Saúde!

A luz causa reações físicas no corpo e é responsável pela produção de hormônios, faz bem para saúde. A iluminação quando manipulada artificialmente ou natural no ambiente pode criar ambiências que induzem ao relaxamento e concentração, possui tonalidades de cor que podem ser classificadas em luz fria, luz neutra e luz quente, que em um ambiente interno podem se assemelhar a iluminação natural e variar de acordo com atividade exercida no local. Nos projetos arquitetônicos a iluminação natural deve sempre que possível ser utilizada, pois proporciona aos espaços economia de energia, salubridade e contato direto com o exterior das edificações através das aberturas e esquadrias. A luz muda ao decorrer do dia, assim como a produção de hormônios no corpo que, por exemplo, regula o sono, a iluminação natural permite que as pessoas (e o próprio corpo) tenham noção disso.

ESPAÇOS
INTERIORES
SE CONECTAM
COM OS
EXTERIORES



ABERTURAS QUE
PERMITEM
ILUMINAÇÃO
(LUZ NATURAL)

Imagem: Estúdio Para Yoga-Kamadhenu
Fonte: Archdaily/Man Cristóbal Cabo, s/a
Com intervenção da autora.

+ LUZ
CONTRASTES
**CONTATO COM
 A NATUREZA**

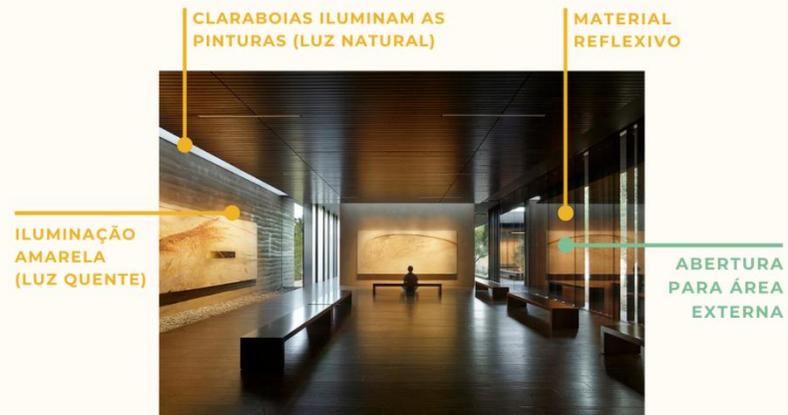


Imagem: Centro Contemplativo Windhover
 Fonte: Archdaily/Matthew Willman Photograph, s/a
 Com interenção da autora.

A luz deve ser planejada de acordo com a atividades exercidas no locais!

Na imagem o Centro Contemplativo Windhover, a proposta é de um ambiente para meditação e contemplação, a atmosfera é de aconchego e reflexão.

- Durante o dia priorizar iluminação natural nos espaços;
- Para atividades que podem acontecer em um horário noturno, uma iluminação mais quente e aconchegante reproduz uma iluminação que pode contribuir para o relaxamento e envolvimento nas práticas.
- Controle da luz é importante nos espaços, tanto artificialmente quando natural, os espaços tem que ter mecanismos de controle da luz para que ela atenda as necessidades dos usuários que podem mudar em diferentes horários do dia e atividades.

Imagem: Spa Querétaro
 Fonte: Archdaily/Luis Gardoa, s/a
 Com intervenção da autora



COR FRIA (AZUL DO CÉU A NOITE)
TONS QUENTES DA ILUMINAÇÃO
CONTRASTE

RELAÇÃO COM A PAISAGEM EXTERNA
VISIBILIDADE DIRETA

ILUMINAÇÃO ARTIFICIAL (QUENTE)
LUZ E SOMBRAS

A COR

A cor pode induzir a experiências sensoriais, e é um elemento que pode ser explorado de diversas formas no espaço (no mobiliário, no piso/parede e teto, na iluminação, vegetação, entre outros). No processo de percepção do espaço as cores produzem reações psicofisiológicas no corpo, simbolicamente a cor pode ser expressa no espaço como uma linguagem inconsciente. As cores podem influenciar em comportamentos são diretamente ligadas a emoções e símbolos e podem ser separadas em cores quentes e cores frias.

*Linguagem
inconsciente do
ambiente*

Imagem: Centro Contemplativo de Winthover
fonte: Archdaily/ Matthew Willman Photograph, s/a
Com intervenção da autora.



**A COR EM
OBRAS DE ARTE**

***VERMELHO
INTENSIDADE**

**COR NA TEXTURA DO PISO E
TETO**

Cores e sensações



COR COM A VEGETAÇÃO
*VERDE
TRANQUILIDADE

Imagem: Spa Querdário
Fonte: Archdaily/Luis Gordoa, s/a
Com intervenção da autora



CORES EM TEXTURAS E MATERIAIS
*TONS EM CINZA
NEUTRALIDADE

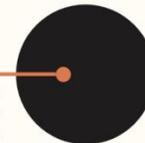


BRANCO

O branco pode remeter a neutralidade, pureza, vida, cor do vazio interior, carência afetiva e solidão, e pode causar efeitos negativos a ambientes expostos a um tempo prolongado em ambientes totalmente brancos.

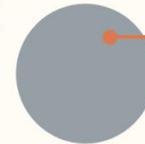
PRETO

O preto é o que fica com ausência de luz. Pode simbolizar a morte, destruição em contrapartida pode remeter a elegância, seriedade.



CINZA

O Cinza é a mistura do preto e do branco. Apresentasse como uma cor neutra, podendo simplificar estímulos.

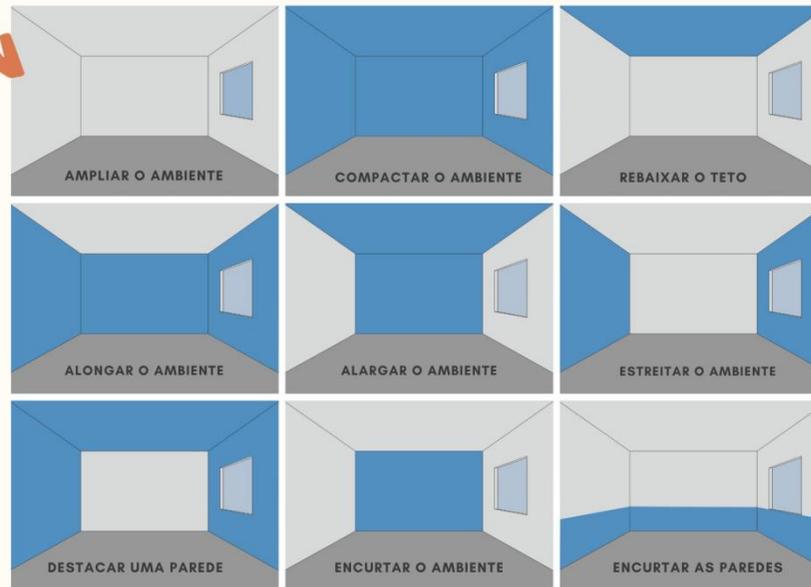


- As cores podem trazer identidade para os espaços;
- No espaço as cores podem aparecer associadas a formas, texturas, luz;
- Podem ser usadas para demarcar, ampliar, esconder, aproximar, afastar (espaços ou elementos);

COR DEMARCANDO UM LOCAL NO ESPAÇO
 *AZUL
 PROFUNDIDADE



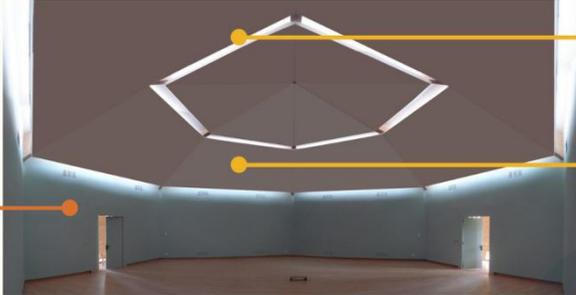
Imagem: Espaço Yoga Deva
 Fonte: Archdaily/ Bill Timmerman, s/a
 Com intervenção da autora



FONTE: archdaily, Eduardo Souza, 2020



- Interessante usar a cor no espaço de acordo com as atividades ou intenções do espaço do local, propondo cores que podem ser estimulantes para criatividade ou relaxamento por exemplo.



COR + CONTRASTE

ABERTURAS QUE PERMITEM ILUMINAÇÃO

ACÚSTICA

**a cor azul
meditação/
profundidade**

Na imagem o Centro Holístico Punto Zeroer, a proposta é de um ambiente para atividade em grupo de yoga . O azul e branco trazem amplitude para o espaço.

Imagem: Centro Holístico Punto Zero
Fonte: Archdaily/ Jean Pierre Marchant e Fernando J. Romero, s/a
Com intervenção da autora



O SOM

+ ESTÍMULOS SENSORIAIS NOS AMBIENTES

O som como um elemento da ambiência que é condicionado às atividades exercidas no local, a presença do som pode ser um elemento desejado ou não, contudo, o som estimula os sentidos para o além da visão e são positivos em ambientes. O som é um elemento constante no espaço.

- Incorporado aos ambientes pode trazer benefícios, os sons da natureza, da água podem induzir o relaxamento, músicas também são bem vindas aos ambientes (também podem ser relacionadas às atividades terapêuticas desenvolvidas);
- No interior dos espaços, o projeto para os CPICS deve prever mecanismos para que os sons em diferentes ambientes não entrem em conflito, nem atrapalhem outras atividades exercidas no local;
- No exterior das edificações a vegetação ajuda como barreira acústica para os sons e ruídos exteriores.



Imagem: Centro Contemplativo de Windhover
fonte: Achdally/ Matthew Millman Photograph, s/a
Com intervenção da autora.

ESPELHO D'ÁGUA

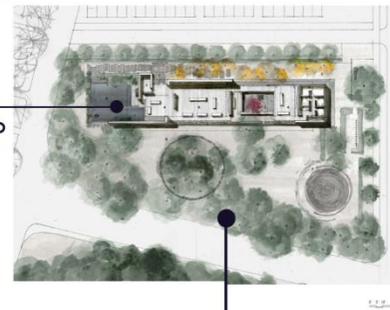


Imagem: Centro Contemplativo de Windhover (Planta baixa)
fonte: Achdally/ Aidlin Darling Design
Com intervenção da autora.

ESPELHO
D'ÁGUA

VEGETAÇÃO AO
REDOR DE TODO
O PERÍMETRO
DA EDIFICAÇÃO

O CHEIRO

um lugar pode ser lembrado pelo seu cheiro

O cheiro é um elemento que precisa ser controlado no ambiente, porém quando consideramos a sua inserção em um ambiente terapêutico, relacionado à saúde o cheiro é vinculada a imagem que o paciente e as pessoas que frequentam em geral vão criar em suas memórias. A ambiência faz parte da experiência/vivência dentro de um lugar, positivamente, isso inclui os cheiros que esse lugar vai possuir. O odor pode tornar um lugar desconfortável apesar de um lugar ser considerado bom em outros aspectos.

O olfato faz parte do sistema sensorial que interliga todos os sentidos sobre a percepção que temos dos espaços, memórias, sinestésias. O cheiro ajuda a construir a memória afetiva. Positivamente, quando são cheiros são agradáveis na memória sobre os espaços, quando os usuários sentirem o mesmo cheiro outra vez vai trazer a memória do lugar a mente.

- Ambientes com odores fortes devem ter localizações que tenham uma boa ventilação e que não fiquem próximos de áreas de permanência;
- Cheiros podem ser incorporados como elementos que na composição da ambiência e memória do lugar, nos ambientes (na entrada dos centros por exemplo) podem ser incorporados cheiros de elementos naturais através de plantas, aromatizantes;
- Os cheiros nos CPICS podem ser explorados também no paisagismo das áreas externas e em pátios ou jardins internos.

A ARTE

expressão das sensações humanas

A arte é a representação das emoções, cultura, expressão e manifestação das pessoas. No ambiente pode causar identificação, reflexão. A arte é emoção. Elementos artísticos nos espaços são positivos, são distrações.

+
FORMAS
CORES
TEXTURAS

- Importante que as manifestações artísticas nesses espaços representem a cultura do lugar onde estão inseridas ou tenham relação com as práticas desenvolvidas, para causar identificação e afeto.
- Causem nos usuários sentimentos agradáveis e reflitam as atividades do lugar.
- Podem ser usadas manifestações artísticas que sejam interativas ou para contemplação (em áreas de espera ou descanso) e que estimulem sensorialmente os usuários.



Imagem: Centro Contemplativo de Windhover
Fonte: Archdaily / Matthew Millman Photograph, s/a
Com intervenção da autora.

O TRATAMENTO DAS ÁREAS EXTERNAS

Nas Práticas Integrativas e Complementares em Saúde o contato com a natureza é uma característica marcante dos espaços, pelas atividades desenvolvidas e pelo cuidado e sintonia com os elementos da natureza. Esse contato com a natureza é uma relação que trás benefícios para as pessoas como a sensação de bem-estar e relaxamento. Em espaços de saúde as áreas externas também podem servir como locais de espera, descanso, relaxamento (em pausas de serviço por parte dos profissionais) também são locais de encontro e socialização. A ambiência começa desde o exterior das edificações de forma que a implementação desses espaços na cidade e a percepção positiva desses locais é importante que gerem integração e acolhimento.

CONTATO DIRETO
COM AS ÁREAS
EXTERNAS



É IMPORTANTE ESSE CONTATO DO
EXTERIOR COM INTERIOR PARA AS
ATIVIDADES

Imagem: Espaço de Yoga Premavati
Fonte: Archdaily, Leonardo Finotti, s/a
Com intervenção da autora.



- Nos CPICS as áreas externas podem ser locais onde atividades sejam realizadas (prever mecanismos para que essas atividades aconteçam com conforto e integração, especificar no projetos essas áreas com acessibilidade, conforto ambiental e acústico);
- Arquitetura paisagística aliada para adequar programas de necessidades dessas áreas externas como, locais de espera, descanso, de apoio às atividades.
- Podem ser incorporados outros elementos a área externa já citados anteriormente como estímulos sensoriais (formas, cores, texturas, sons).

MOBILIÁRIO COM COR INTEGRADO A VEGETAÇÃO



Imagem: Mobiliário áreas externas
Fonte: CASACOR SP 2018, Renato Navarro
Com intervenção da autora.

*Mobiliário
para espera
ou descanso*

Imagem: Espaço de Yoga Premavati
Fonte: Archdaily, Leonardo Finotti s/a
Com intervenção da autora.



CONTATO COM A VEGETAÇÃO EXTERNA

O contato com a natureza pode ser explorado também com o “*design biofílico*” que é baseado na relação entre as pessoas e a natureza. **Como isso pode ser feito?** São aplicados aos espaços construídos elementos que remetem a natureza ou são naturais como: vegetação, água, iluminação natural, madeiras entre outros. O “*design biofílico*” busca resgatar o contato das pessoas com a natureza na vida cotidiana nos espaços.





Imagem: Spa Quêstora
Fonte: Fome. Archdaily/ Luis Gordoa, s/a
Com intervenção da autora



ILUMINAÇÃO
NATURAL

PÁTIO INTERNO

ÁGUA
(ESTÍMULO SONORO)



Imagem: Centro Contemplativo de Wiedhofer
fonte: Archdaily/ Matthew Millman Photograph, s/a
Com intervenção da autora.



ESPAÇO
INTEGRADO
ENTRE A ÁREA
INTERNA E
EXTERNA

Sempre que possível, trazer espaços de jardins internos ou pátios, para as edificações e aproximar a natureza para os ambientes internos.



A PRIVACIDADE & INDIVIDUALIDADE

Um ambiente que oferece privacidade através da arquitetura soma na construção de uma ambiência positiva e humanizada na saúde por contribuir no processo de trabalho e ajudar no atendimento personalizado de cada pessoa.

- Entendimento das atividades exercidas e comportamento das pessoas nos CPICs;
- Espaço individual para os espaços de escuta terapêutica, práticas individuais e triagem;
- Quando necessário utilizar no projeto barreiras visuais (como cortinas, divisórias, móveis);
- Prever banheiros próximos dos espaços onde acontecem as práticas;
- Privacidade dos profissionais envolvidos (áreas de descanso, alimentação, vestiários e espaço para guardar pertences pessoais).

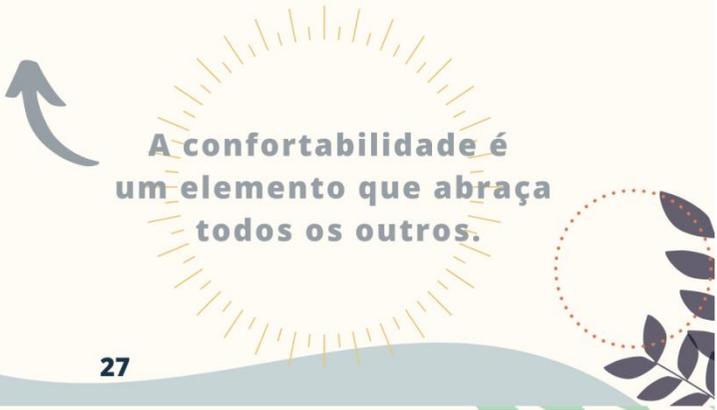
Quando as pessoas se sentem acolhidas e respeitadas em um espaço diante das suas individualidades e privacidade elas se sentem melhor e abertas as práticas e atividades e os profissionais se sentem melhor em desenvolver as ações e trabalho necessários.

26

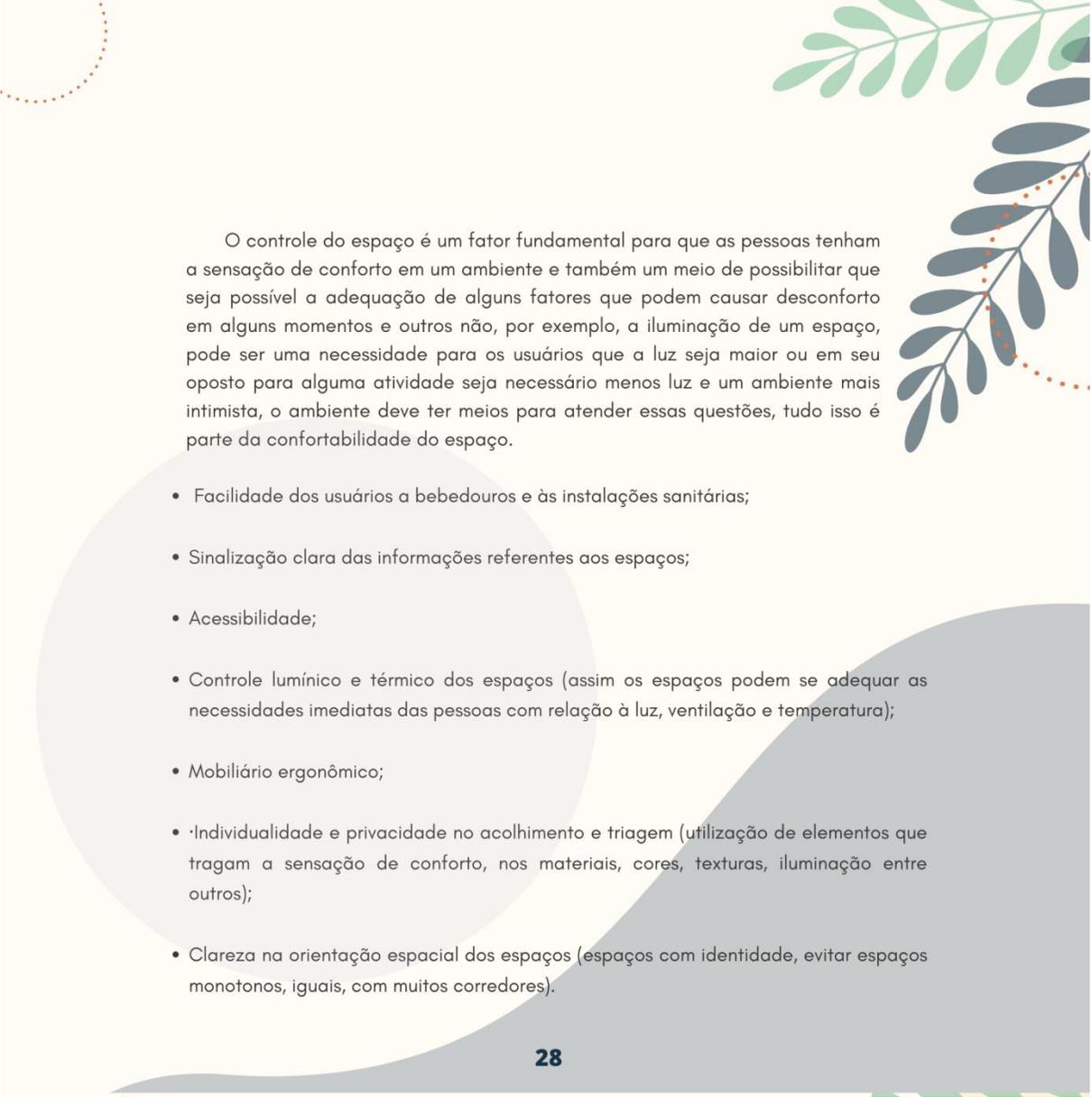
A CONFORTABILIDADE *e a sensação de bem-estar estão ligados*

Muito do que já foi citado anteriormente nessa cartilha tem relação com a sensação de conforto. A luz, cor, o som, cheiro, a privacidade e individualidade influenciam diretamente na sensação de conforto ou desconforto dentro de um ambiente. Os usuários de um mesmo espaço vão possuir necessidades relativas à sensação de bem-estar, por diversos meios essa sensação pode ser relacionada a questões físicas, psicológicas, controle do espaço entre outros.

Quando tratamos da confortabilidade que um espaço deve e pode proporcionar, lidamos diretamente com o conceito de ambiência como um todo e um dos seus pontos na saúde que é o bem-estar dos usuários. O ambiente deve atender as necessidades das pessoas que vão o utilizar, isso é um fundamento básico na arquitetura como um componente que busca atender essas necessidades.



**A confortabilidade é
um elemento que abraça
todos os outros.**



O controle do espaço é um fator fundamental para que as pessoas tenham a sensação de conforto em um ambiente e também um meio de possibilitar que seja possível a adequação de alguns fatores que podem causar desconforto em alguns momentos e outros não, por exemplo, a iluminação de um espaço, pode ser uma necessidade para os usuários que a luz seja maior ou em seu oposto para alguma atividade seja necessário menos luz e um ambiente mais intimista, o ambiente deve ter meios para atender essas questões, tudo isso é parte da confortabilidade do espaço.

- Facilidade dos usuários a bebedouros e às instalações sanitárias;
- Sinalização clara das informações referentes aos espaços;
- Acessibilidade;
- Controle lumínico e térmico dos espaços (assim os espaços podem se adequar as necessidades imediatas das pessoas com relação à luz, ventilação e temperatura);
- Mobiliário ergonômico;
- Individualidade e privacidade no acolhimento e triagem (utilização de elementos que tragam a sensação de conforto, nos materiais, cores, texturas, iluminação entre outros);
- Clareza na orientação espacial dos espaços (espaços com identidade, evitar espaços monotônicos, iguais, com muitos corredores).

DIRETRIZES PROJETUAIS COMPLEMENTARES



ACESSIBILIDADE E DESENHO UNIVERSAL



Reduzir barreiras arquitetônicas. Projetar os espaços para o maior número de pessoas e estabelecer acessibilidade integrada a todos, independente de questões físicas.

ERGONOMIA



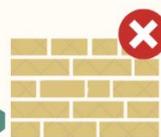
É pensada visando o bem-estar, conforto e a eficiência organizacional do espaço e mobiliário, é um meio de melhorar os trabalhos e ações dos indivíduos.

GABARITO DAS EDIFICAÇÕES

O gabarito dessas edificações deve sempre que possível ser edificações térreas, para maior segurança e acessibilidade das pessoas que vão frequentar os centros. As edificações ainda devem ainda quando viável ser localizadas próximas a praças, espaços verdes e acesso a pontos de transporte público.



EDIFICAÇÕES COM MUROS OU NÃO ?



Espaços públicos de saúde devem ser integrados aos espaços da cidade, de forma a gerar boas ambiências no meio urbano. Muros nesses espaços acabam segregando e criando espaços hostis, além disso, a ausência de muros ajudam na visibilidade desses espaços e reconhecimento dos centros dentro das comunidades. Os CPICS como espaços de troca, encontro e socialização devem ser assim além das atividades exercidas no interior da edificação, isso pode ir além dos muros. É interessante que quando necessárias barreiras entre o meio urbano e a edificação que elas permitam a visibilidade desses espaços.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização. *Ambiência* - 2. ed. - Brasília : Editora do Ministério da Saúde, 2010

Eduardo Souza. "Como as cores alteram a percepção dos espaços interiores" ArchDaily Brasil. 2020 Disponível em: <<https://www.archdaily.com.br/br/935034/como-as-cores-alteram-a-percepcao-dos-espacos-interiores>> Acesso em: 05 de maio de 2020

FARINA, Modesto; PEREZ, Clotilde; BASTOS, Dorinho. **Psicodinâmica das cores em comunicação**. 5ª Ed. São Paulo: Edgard Blücher, 2006

FRANCO, José. "Quais são as chaves de desenho arquitetônico de um espaço de yoga e meditação?" ArchDaily Brasil 2016. (Trad. Pedrotti, Gabriel) Disponível em: <<https://www.archdaily.com.br/br/799456/quais-sao-as-chaves-de-desenhoarquitetonicode-um-espaco-de-yoga-e-meditacao>> Acesso em: 04 de abril de 2020

Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). (S/A) Disponível em:<<http://www.saude.gov.br/acoes-e-programas/politica-nacional-de-praticas-integrativas-e-complementares-pnpic>> Acesso em: 19 de janeiro de 2020

