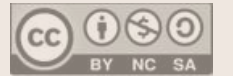


ambientes que curam | PICS

A ARQUITETURA NA RELAÇÃO ENTRE A MENTE E O CORPO

ESTA OBRA É DE ACESSO ABERTO. É PERMITIDA A REPRODUÇÃO TOTAL OU PARCIAL DESTA
TRABALHO, DESDE QUE CITADA A FONTE E RESPEITANDO A LICENÇA CREATIVE COMMONS
INDICADA



ATRIBUIÇÃO NÃO COMERCIAL - COMPARTILHA IGUAL - CC BY-NC-SA

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca do Instituto de Arquitetura e
Urbanismo com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

PP436a Pereira, Raíssa Romagnoli Facione
 Ambientes que curam: PICS | A arquitetura na
 relação entre mente e corpo / Raíssa Romagnoli Facione
 Pereira. -- São Carlos, 2023.
 145 p.

Trabalho de Graduação Integrado (Graduação em
Arquitetura e Urbanismo) -- Instituto de Arquitetura
e Urbanismo, Universidade de São Paulo, 2023.

1. Questão da saúde mental e física. 2. Bem-estar
mental e desenvolvimento do indivíduo. 3. Arquitetura
da cura. 4. Relação entre arquitetura e natureza,
biofilia. 5. Arquitetura da paisagem e do edifício na
promoção da saúde mental. I. Título.

Bibliotecária responsável pela estrutura de catalogação da publicação de
acordo com a AACR2:

Brianda de Oliveira Ordonho Sígolo - CRB - 8/8229

TRABALHO DE GRADUAÇÃO INTEGRADO (TGI)

DISCENTE

Raíssa Romagnoli Facione Pereira | N°USP 11368533

COMISSÃO DE ACOMPANHAMENTO PERMANENTE (CAP)

Aline Coelho Sanches

COORDENADOR DO GRUPO TEMÁTICO (GT)

Paulo Yassuhide Fujioka

INSTITUTO DE ARQUITETURA E URBANISMO | IAU USP

SÃO CARLOS

2023

AGRADECIMENTO

Agradeço imensamente, em primeiro lugar, à minha família, meu maior ponto de apoio e inspiração que eu poderia ter, em especial meus pais e meu irmão, que, acima de tudo, nunca deixaram de acreditar em mim e, pelo contrário, somente me incentivam a acreditar em mim mesma.

À todos os amigos próximos e pessoas queridas que me acompanharam até aqui, que me incentivaram e sempre me apoiaram, inclusive nos momentos mais desafiadores.

Aos meus amigos de São Carlos por todos esses anos de convivência, risadas, companheirismo, mesmo que nos momentos difíceis da pandemia, mas que sempre terão um espaço na minha memória e coração.

Aos meus orientadores queridos, Aline e Fujioka, que auxiliaram meu processo da melhor forma que eu poderia imaginar, com toda dedicação, paciência, consideração e inúmeros aprendizados que levarei sempre comigo.

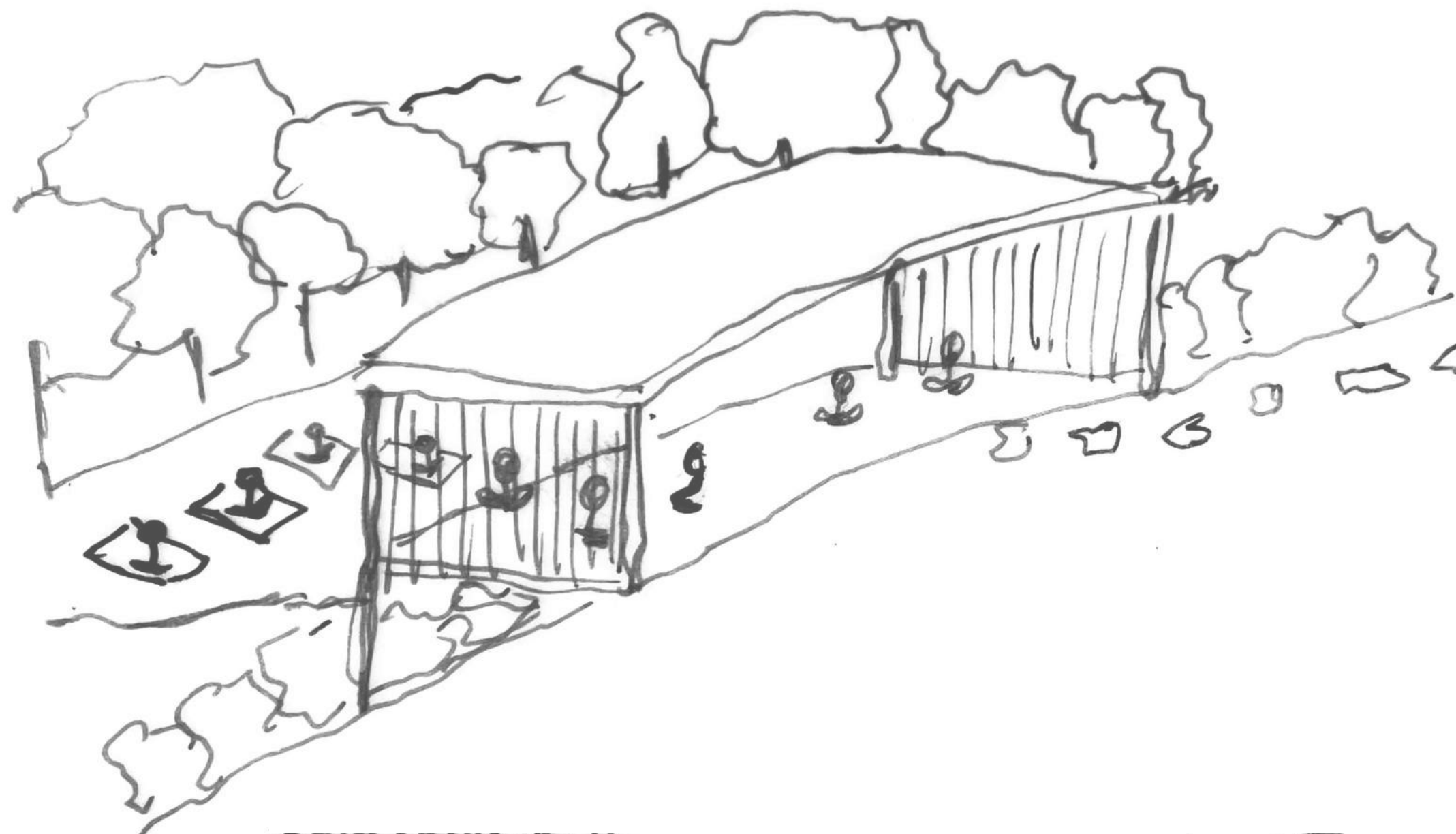
RESUMO

Ao pensarmos a arquitetura na relação entre mente e corpo, promovemos não somente a melhora da qualidade de vida e do bem-estar do cidadão, mas o reconectamos com aspectos que são fundamentais para uma vida plena. A apreciação da natureza combinada com espaços terapêuticos qualificados de autocuidado e, também, de sociabilidade é capaz de prevenir e até mesmo curar o indivíduo, tanto na questão mental como física.

Neste Trabalho de Graduação Integrado, portanto, se busca trazer reflexões sobre a questão terapêutica nos dias atuais, tal como as qualidades essenciais do espaço terapêutico, o mesmo em contato constante com a natureza.

A proposta projetual apresentada se tratará de um parque, na cidade de Bragança Paulista, como abrigo do Centro de Práticas Integrativas Complementares (PICS), ou seja, práticas terapêuticas alternativas à medicina convencional. Para isso, será trabalhada tanto a arquitetura da paisagem como a arquitetura do edifício com o aspecto sensorial com objetivo de cura.

INTRODUÇÃO	6
contextualização	7
questão da saúde mental	8
as práticas integrativas complementares (PICS SUS)	14
A CIDADE	22
a cidade de Bragança Paulista	23
leitura do território	25
O PROJETO	35
partido projetual	36
parque Frei Constâncio Nogara	40
centro de práticas integrativas complementares (PICS)	62
memorial de estrutura e materialidade	138
detalhes construtivos	139



INTRODUÇÃO

CONTEXTUALIZAÇÃO

Refletir sobre espaços saudáveis e de cura na contemporaneidade significa discorrer sobre autocuidado, equilíbrio e bem-estar a partir da integração entre indivíduo, mente, corpo, sociedade e espaço.

A sociabilização humana, no sentido de apoio e contato social, e o papel dos espaços, qualificados e adequados arquitetonicamente, interferem diretamente na saúde mental e no desenvolvimento do indivíduo, tanto em seu interior, de forma emocional e espiritual de busca a uma melhor qualidade de vida, como em seu exterior, de forma a se conviver em sociedade.

QUESTÃO DA SAÚDE MENTAL

Ao longo do tempo, é deixado de lado as questões realmente essenciais para o bem-estar mental e que se relacionam com a simplicidade da vida, como a presença da natureza e a percepção dos elementos naturais ao nosso redor, os quais sofreram uma desconexão com o indivíduo a partir do alastramento da materialização e tecnologias da cidade urbanizada e moderna, reduzindo a percepção das sensações presentes e a valorização do agora.

Isso causa uma problemática extremamente relevante a ser discutida e questionada, uma vez que a toxicidade da cidade e os anseios da sociedade moderna são capazes de convergir no desenvolvimento de diversos problemas relacionados à saúde mental, e conseqüentemente física, afetando o crescimento das crianças e jovens e a qualidade de vida dos adultos e idosos.

Apreciar e compreender a vida em cada instante é uma arte a ser praticada.
(COEN, Monja)

Com a chegada da pandemia de COVID-19, a sociabilização foi ainda mais prejudicada e sua dissolução foi intensamente agravada, assim como os problemas de saúde psico-mental. Segundo o pesquisador Pedro Starzysnki Bacchi, do Instituto de Psiquiatria (IPq) da Faculdade de Medicina da USP (FMUSP), “pesquisas mais recentes demonstraram que realmente houve um aumento de transtornos psiquiátricos durante a pandemia”, em que dentre os quais “foram avaliados, principalmente, transtornos depressivos e ansiosos que, somados, podem chegar a uma prevalência de até 30% na população”. Tratando-se assim, de um momento caracterizado por desequilíbrio, ansiedade, estresse, medo, solidão, depressão.

Nesse instante evidencia-se a necessidade e importância do indivíduo de se ressociabilizar e de buscar alternativas de lazer e terapêuticas de autocuidado. Reunir-se em sociedade, civilizar, estar em contato com o outro e com o próprio espaço, e se reconectar com a mente, se torna essencial.

Passa a ser, portanto, fundamental questionar se a cidade atual dispõe de espaços de autocuidado arquitetonicamente adequados, essenciais para o tratamento da saúde, integração social e desenvolvimento humano.

Esse questionamento é fundamental, uma vez que espaços de lazer e terapêuticos são essenciais para o bem-estar do ser humano e têm um enorme impacto em sua saúde mental, não podendo ser considerados como desperdício de tempo, mas sim como um investimento no autocuidado e equilíbrio interior do indivíduo. O lazer é um instrumento de controle e amortecimento do estresse capaz de promover a redução da ansiedade e de distúrbios psicológicos que afetam grande parte dos cidadãos, e, inclusive, capaz de auxiliar na recuperação e reabilitação de pessoas que sofrem de depressão, segundo o Dr. Arthur Guerra - professor da Faculdade de Medicina da USP, da Faculdade de Medicina do ABC e cofundador da Caliandra Saúde Mental.

Ou seja, o envolvimento com atividades voltadas ao bem-estar funciona como uma forma de proteção da saúde mental e, até mesmo, como forma de prevenção de sintomas e de doenças psicológicas, evidenciando-as como uma dimensão enriquecedora da qualidade de vida.

Para além da proteção mental, tais atividades, ou ainda, tais espaços, também se constituem como meios promotores de sociabilização, onde o contato e apoio social durante as práticas vêm sendo associados a um suporte emocional e a uma positiva readaptação das pessoas em se conviver socialmente.

Os efeitos das práticas e das experiências na vida das pessoas estão envolvidos numa ampla rede de significados coletivos e de valores.

(PONDÉ, Milena Pereira; CAROSO, Carlos. Lazer como fator de proteção da saúde mental. Revista de Ciências Médicas, Campinas, v. 12, n. 2, p.8, abr./jun. 2003.)

Nesse momento, a união entre a qualidade arquitetônica do espaço e a presença da natureza no espaço vivenciado se torna extremamente importante no estímulo das vivências, permanências e das experiências sensoriais/existenciais relacionadas à troca entre o indivíduo e o espaço envolvente. Ou seja, o espaço se comunica com os passantes e viventes, aqueles que o experimentam e experienciam-o, sendo uma forma de espaço que cuida do homem, como uma **arquitetura da cura**.

A paisagem natural, amplamente rica em estímulos e sensações de bem-estar, funciona como uma ferramenta capaz de intervir em nosso sistema nervoso e atividades cerebrais de forma a amplificar sentimentos positivos, diminuir o batimento cardíaco e melhorar a função perceptiva do cérebro, proporcionando equilíbrio mental e emocional e paz interior.

Como também, estratégias arquitetônicas que são capazes criar condições similares, como a biofilia, ou “amor às coisas vivas”, que estabelece a relação entre o indivíduo e a natureza ao incorporar as características do mundo natural aos espaços construídos. Ou até mesmo a questão da materialidade e do uso de aspectos como ventilação e iluminação natural são formas de aproximar o homem e a natureza a partir do espaço projetado.

Ser tocado por coisas, pessoas, ar, ruídos, sons,
cores, presenças materiais, texturas e formas; ser
tocado pelos nossos sentimentos e expectativas, o
que existe em nós.
(ZUMTHOR, Peter. Atmosferas, p.16|17)

A sombra fresca e revigorante de uma árvore ou o calor
de um lugar ao sol que nos acaricia se tornam
experiências de espaço e lugar.
(PALLASMAA, Juhani. Os olhos da pele: a arquitetura e os
sentidos, p.55.)

Olhe para uma árvore, uma flor, uma planta. Deixe sua
atenção repousar nelas. Note como estão
calmas, profundamente enraizadas no Ser. Deixe que a
natureza lhe ensine o que é a calma.
(TOLLE, Eckhart)

Dentro desse cenário arquitetônico, se encontram dois dos mais renomados arquitetos da contemporaneidade, Juhani Pallasmaa e Peter Zumthor os quais adentram-se de certa forma na neurociência, convergindo na análise da arquitetura como promotora de sensações no indivíduo e como uma proposta recíproca de troca entre a obra, o indivíduo e o espaço envolvente, assim como das qualidades do espaço em que ocorrem as vivências e permanências, estimulando de forma mais profunda o bem-estar. Suas concepções se baseiam, principalmente, na arquitetura multissensorial do espaço que, a partir de então, se comunica com as nossas percepções e memória da nossa experiência com o mundo e sua realidade.

Ou seja, acabam por culminar em um “apreciar o que vemos como uma sensação tátil aprimorada, de modo similar à maneira que um nadador sente a água fluindo sobre sua pele.” (PALLASMAA, Juhani. Os olhos da pele: a arquitetura e os sentidos, p.36.), relacionando-se com a perspectiva de tomada de consciência do presente e do observar as percepções momentâneas, como por exemplo sentir o vento nos tocando, sentir a nossa respiração sair de nosso corpo, ouvir os barulhos ao nosso redor como o canto dos pássaros, tomando consciência das sensações do agora, do instante presente.

Portanto, seguindo essa linha, é fundamental que a arquitetura sensorial com objetivo de cura atinja uma sensibilidade emocional do observador não pela estética, mas a partir das percepções multisensoriais criadas da combinação contexto, experiência pessoal, materialidade da obra. Assim, a linguagem acaba por ser caracterizada pela poesia arquitetônica, sensibilidade e minimalismo, além da relação entre o objeto edificado com a paisagem.

Viver no agora é o melhor caminho para a felicidade e a iluminação.
(TOLLE, Eckhart.O Poder do Agora.)

AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS COMPLEMENTARES (PICS)

As práticas integrativas complementares (PICS) são tratamentos terapêuticos baseados em 29 abordagens que buscam conhecimentos tradicionais e mecanismos naturais como forma preventiva e de recuperação da saúde mental e física, inclusive quando nos tratamos de depressão, ansiedade, hipertensão e dores crônicas.

Elas têm como focos principais a escuta acolhedora, a relação paciente/terapeuta, a integração entre paciente, meio ambiente e sociedade e o autocuidado.

São vinculadas ao Sistema Único de Saúde, sendo ofertadas principalmente na Atenção Básica (UBS, ESF, Nasf), com a perspectiva de cuidado próximo da população em seu contexto e situação familiar e social e condição de saúde.

São ofertadas, principalmente, a partir das demandas e necessidades da população dos bairros, da presença de profissionais qualificados e habilitados, da existência de espaços qualificados e de mecanismos de financiamento, sendo a falta de profissionais capacitados e a ausência de espaço apontados como as principais dificuldades para a implantação do programa nas cidades.

Apiterapia	Medicina Tradicional Chinesa (Acupuntura)
Aromaterapia	
Arteterapia	
Ayurveda	
Biodança	
Bioenergética	
Constelação familiar	
Cromoterapia	
Dança circular	
Fitoterapia	
Geoterapia	
Hipnoterapia	
Homeopatia	
Imposição de mãos	
Medicina antroposófica	
	Meditação
	Musicoterapia
	Naturopatia
	Osteopatia
	Ozonioterapia
	Quiropraxia
	Reflexoterapia
	Reiki
	Shantala
	Terapia Comunitária Integrativa
	Terapia de florais
	Termalismo social/crenoterapia
	Yoga

O debate sobre as práticas integrativas e complementares (PICS) inicia-se desde a década de 80 a partir do surgimento de novas demandas da população e recomendações abordadas em algumas Conferências Nacionais de Saúde.

A partir disso, reuniram-se grupos de profissionais da saúde para elaborar a PNPIC (Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares) a partir de diretrizes e recomendações da OMS, sendo aprovada pelo Conselho Nacional da Saúde e Ministério da Saúde em 2006, institucionalizando as PICS no Sistema Único de Saúde (SUS)

Atualmente, as Práticas Integrativas e Complementares estão presentes em 54% dos municípios brasileiros (3.173 municípios), abrangendo 100% das capitais do país.

O número de atendimentos das PICS nas UBS teve um alcance de 2 milhões, e entre as práticas mais procuradas estão a Medicina Tradicional Chinesa e acupuntura, fitoterapia e homeopatia, dentre as 29 abordagens.

Segundo o Ministério da Saúde, evidências científicas têm mostrado os benefícios da integração entre medicina convencional e práticas integrativas e complementares, além do

aumento do número de capacitação profissional em PICS da maior valorização dos conhecimentos tradicionais.



IMAGEM 1.

Para que haja a implantação das Práticas Integrativas Complementares (PICS) em uma cidade, é necessário um diagnóstico territorial e situacional da população do bairro. Isso pode ser feito mediante uma pesquisa das demandas e necessidades locais da população atendida pela UBS, por meio das condições de vida, saúde no território. É de extrema importância o envolvimento das equipes da atenção básica para coleta das informações para o sucesso dessa fase.

Um outro ponto a ser destacado é a busca de profissionais qualificados da saúde com formação em PICS no SUS, como médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, educadores físicos, psicólogos, farmacêuticos, homeopatas, entre outros.

Vale ressaltar, também, o incentivo constante à Educação Permanente e o estabelecimento de mecanismos de financiamento e estruturação para que haja a implantação das PICS e a população seja beneficiada com todas as atividades que visem o bem estar físico e mental das pessoas envolvidas.

AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS COMPLEMENTARES | PICS

referências

AS TERAPIAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES SÃO UMA REALIDADE NA SAÚDE MENTAL DE MAFRA-SC: AFETIVIDADE E EFETIVIDADE

Na cidade de Mafra, em Santa Catarina, as práticas são oferecidas desde fevereiro de 2017 no CAPS do município. São várias as atividades ofertadas à população, dentre as quais dança circular, arteterapia, acupuntura, Reik, relaxamento e alongamento. Segundo conversa com Adriana Moro, enfermeira, coordenadora do CAPS, acupunturista e uma das autoras do projeto, o programa se iniciou com cobertura da Estratégia da Saúde e da Família (ESF) e com a prática da auriculoterapia, se tornando o foco principal. De acordo com ela, é fundamental ter o apoio de ESF e outras organizações da saúde para o programa se efetivar segundo a vocação de cada ESF/UBS e segundo a demanda das pessoas do território.

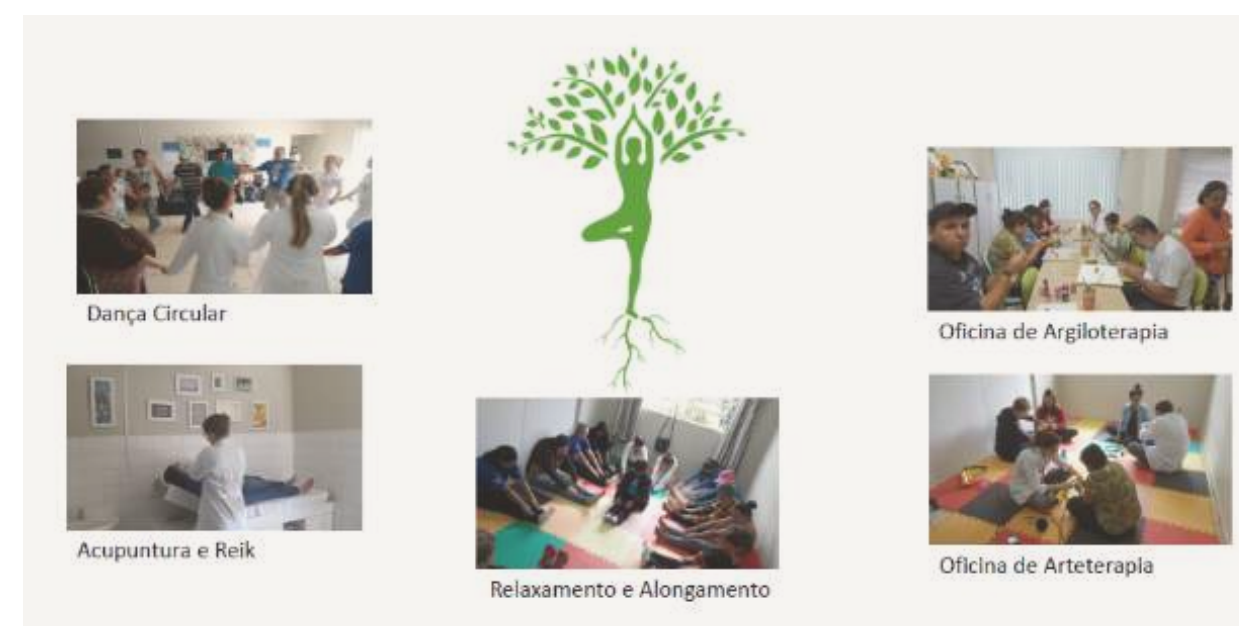


IMAGEM 2. AS TERAPIAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES SÃO UMA REALIDADE NA
SAÚDE MENTAL DE MAFRA-SC: AFETIVIDADE E EFETIVIDADE

CENTRO DE PICS

Em São Bento- SC, há um grupo condutor das PICS desde 2021. Há diversas atividades desenvolvidas, entre elas a auriculoterapia, meditação, fitoterapia e arteterapia. Também atuam no tratamento de síndrome pós-covid. Essas práticas estão vinculadas à Diretoria de Atenção Primária à Saúde (DAPS).



IMAGEM 3. CENTRO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS COMPLEMENTARES EM SÃO BENTO, SC

IOGA

Em Porto Alegre- RS, a ioga é uma das práticas muito procurada pela população. Há um vínculo entre a Unidade de Saúde e a comunidade que procura dar uma atenção primária voltada para a lógica de Estratégia Saúde da Família. Essa atividade busca a promoção da saúde física e psíquica da população. Com essa prática, as pessoas relatam que há a diminuição das dores, do estresse e da ansiedade. Há outras práticas oferecidas aos grupos de hipertensos e diabéticos, grupo de tabagismo, grupo de caminhada, grupos com orientações de atividades de fisioterapia. Existem desafios relacionados à ausência de uma política de incentivo que poderia auxiliar mais ainda a população gaúcha.



IMAGEM 4. A IOGA COMO ATIVIDADE ALTERNATIVA PARA PROMOÇÃO DE SAÚDE, PORTO ALEGRE,

TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA

Um outro exemplo efetivo dessas PICS é a Terapia Comunitária Integrativa de Cuiabá - MT. Lá, a escuta qualificada é uma prática muito funcional. A Secretaria Municipal de Saúde (SMS) de Cuiabá e Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT) promovem Rodas de TCI localizadas na URPICS, no Horto Florestal Tote Garcia, espaço público vinculado à Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Desenvolvimento Urbano da cidade. O foco é o autocuidado, diálogo e apoio à população.



IMAGEM 5. TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA COMO PRÁTICA DE CUIDADO NO SUS EM CUIABÁ, MATO GROSSO

HORTAS COMUNITÁRIAS

No Rio de Janeiro, um outro exemplo das PICS que busca a promoção da saúde é a criação das hortas comunitárias. Nelas, busca-se produzir alimentos por meio do trabalho voluntário. O afeto e cuidado é trabalhado com os grupos da dor, tabagismo, crianças e de saúde mental. A equipe responsável é do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF).



IMAGEM 6. HORTAS COMUNITÁRIAS NA AMPLIAÇÃO DO CUIDADO EM SAÚDE, RIO DE JANEIRO

AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS COMPLEMENTARES (PICS)

na cidade de bragança paulista

Segundo conversa com a Secretaria Municipal da Saúde e com enfermeira responsável pela UBS Águas Claras, foi repassado que ainda não existe no município o programa das PICS institucionalizado. Existem somente profissionais que realizam em alguns grupos não são oficiais e há a Academia da Saúde, com propostas de práticas de atividades físicas, culturais, integrativas para a população local.

Porém, na cidade, há uma alta na procura de, por exemplo, homeopatia, fitoterapia, medicina tradicional chinesa, e na procura de cursos profissionalizantes como Reik e aromaterapia. Mas, ainda há dificuldades relacionadas à ausência de espaços físicos adequados, de recursos e de profissionais para essas práticas.

Diante dessa ausência de espaços adequados e acolhedores com práticas alternativas como forma de sociabilização e instrumento para a melhora da qualidade de vida e da saúde mental e física dos indivíduos, busca-se trabalhar, ao longo desse trabalho de graduação integrado, um espaço terapêutico na cidade de Bragança Paulista.

E, assim, representar um novo ambiente de acolhimento de práticas integrativas alternativas à medicina convencional que proporcionem o autocuidado a partir do trabalho prazeroso do indivíduo com a própria saúde, tanto do corpo como, e principalmente, da mente. Ou seja, um ambiente de cura, vivências e experiências.

A CIDADE

A CIDADE DE BRAGANÇA PAULISTA

Bragança Paulista, localizada no interior do estado de São Paulo, se apresenta como uma cidade média, com densidade demográfica de 286,26 hab/km², ou população de 172.346 habitantes (estimado pelo IBGE 2021).

É uma cidade que se encontra em crescimento urbano, com expansão anual de 1 a 2%, com seu grau de urbanização já atingindo mais de 95%.

Nesse cenário de expansão urbana das cidades, incluindo o município de Bragança, também se amplificam as problemáticas moldadas pelo novo modo de vida de agitação e pelo ritmo acelerado do cotidiano, alguns dos fatores responsáveis pelo aumento da ansiedade e outros transtornos de saúde mental.

Fato que é constatado pelo Sistema de Informação de Atenção Básica (SIAB) no DataSUS, do Ministério da Saúde, quando em 2004 no município havia um total de 13 cadastros de distúrbios mentais em maiores de 15 anos de idade, enquanto que em 2015 o número de cadastros se ampliou a 400.

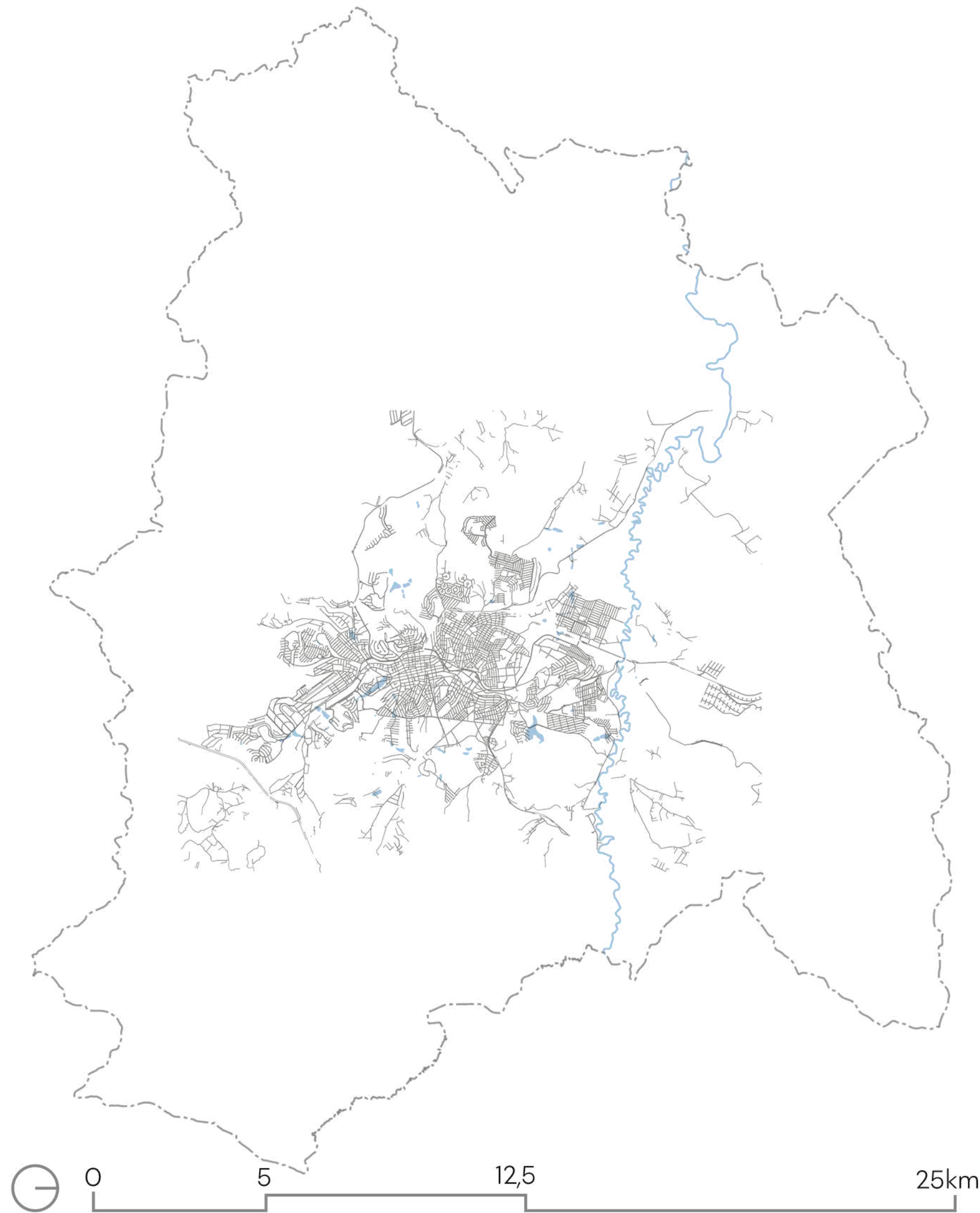
DENSIDADE DEMOGRÁFICA
286,26 HAB/KM²

POPULAÇÃO ESTIMADA 2021
172.346

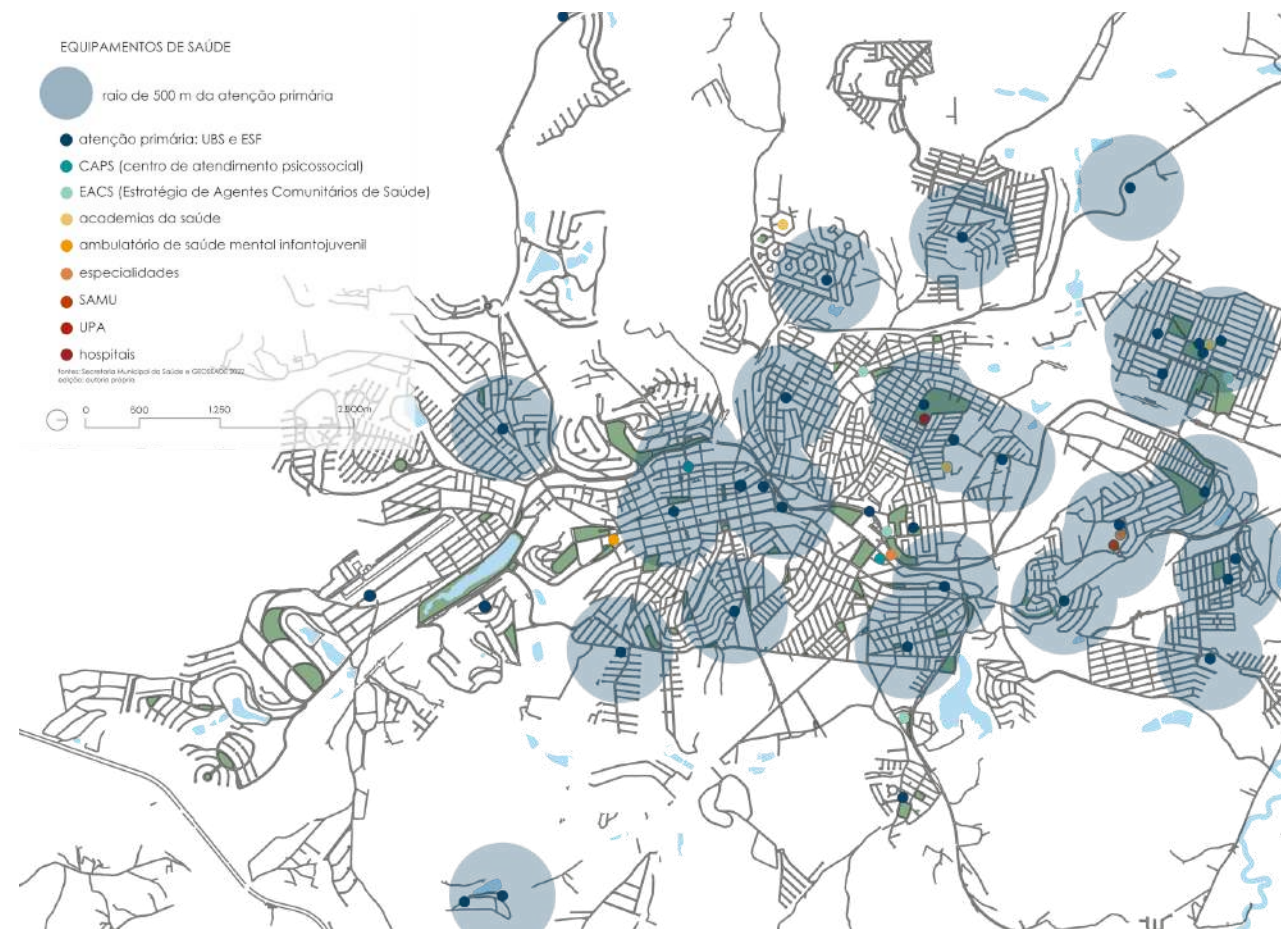
GRAU DE URBANIZAÇÃO
95% E MAIS

TAXA DE CRESCIMENTO ANUAL
1 A 2%

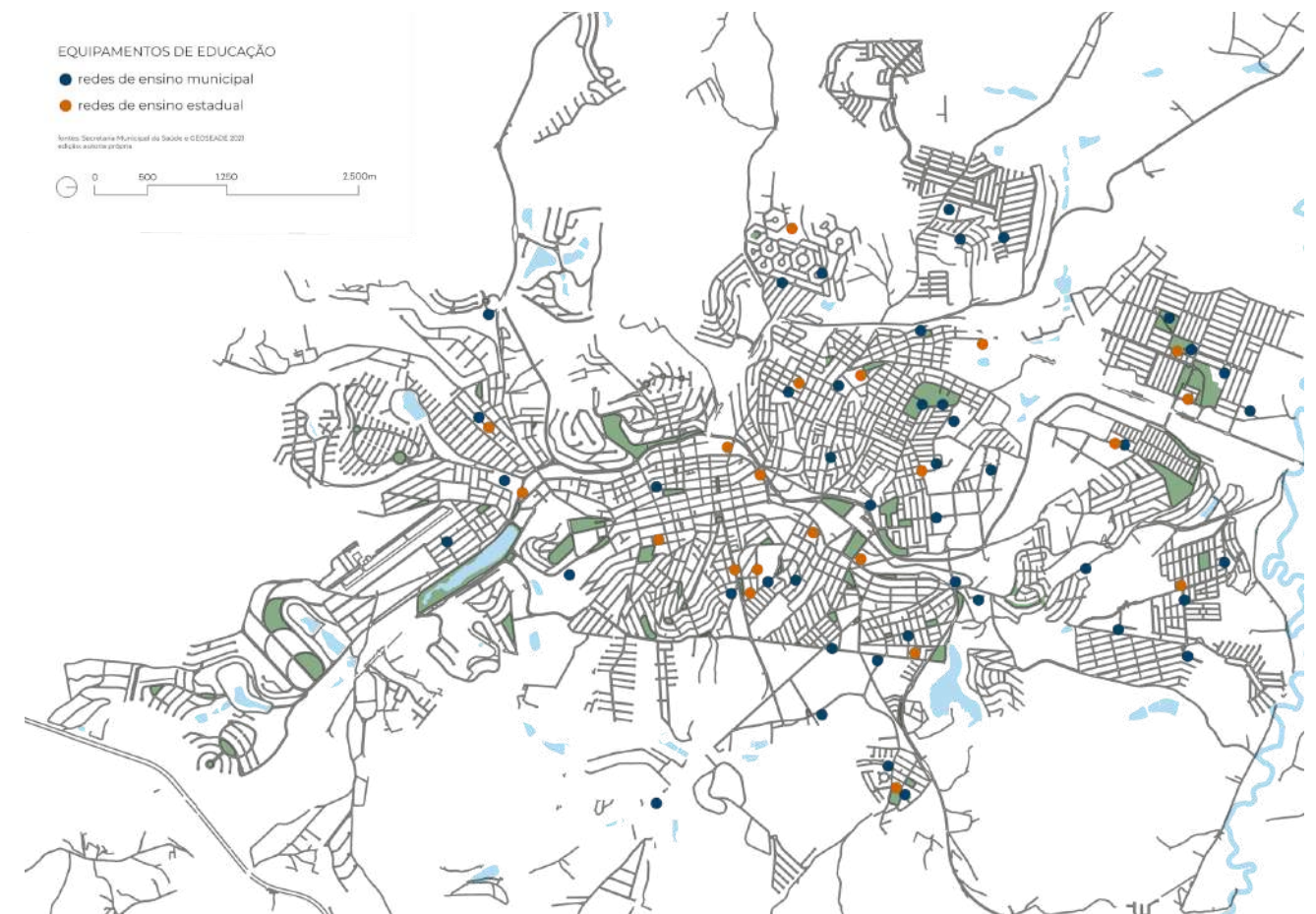
FONTES: IBGE E GEOSEADE



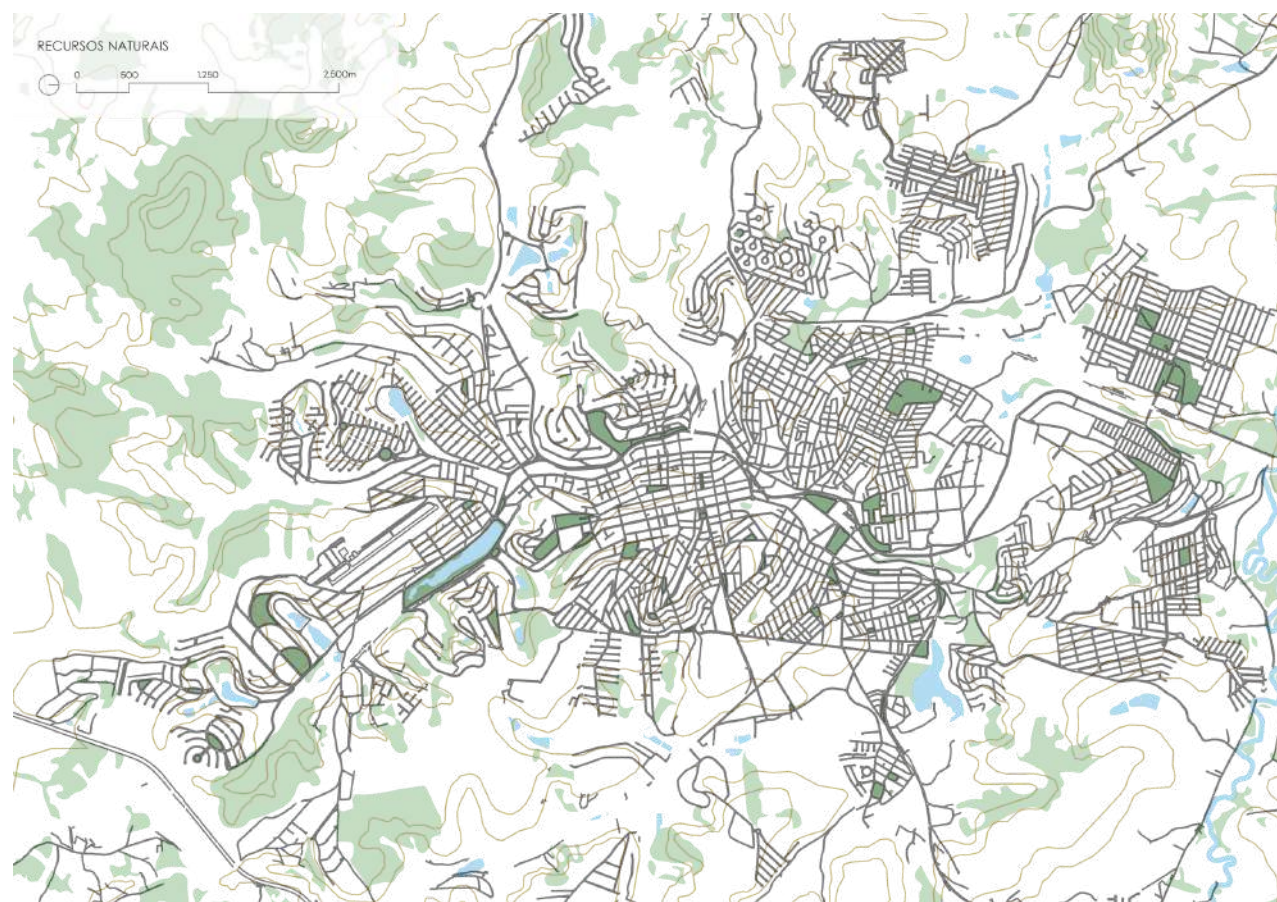
LEITURA DO TERRITÓRIO



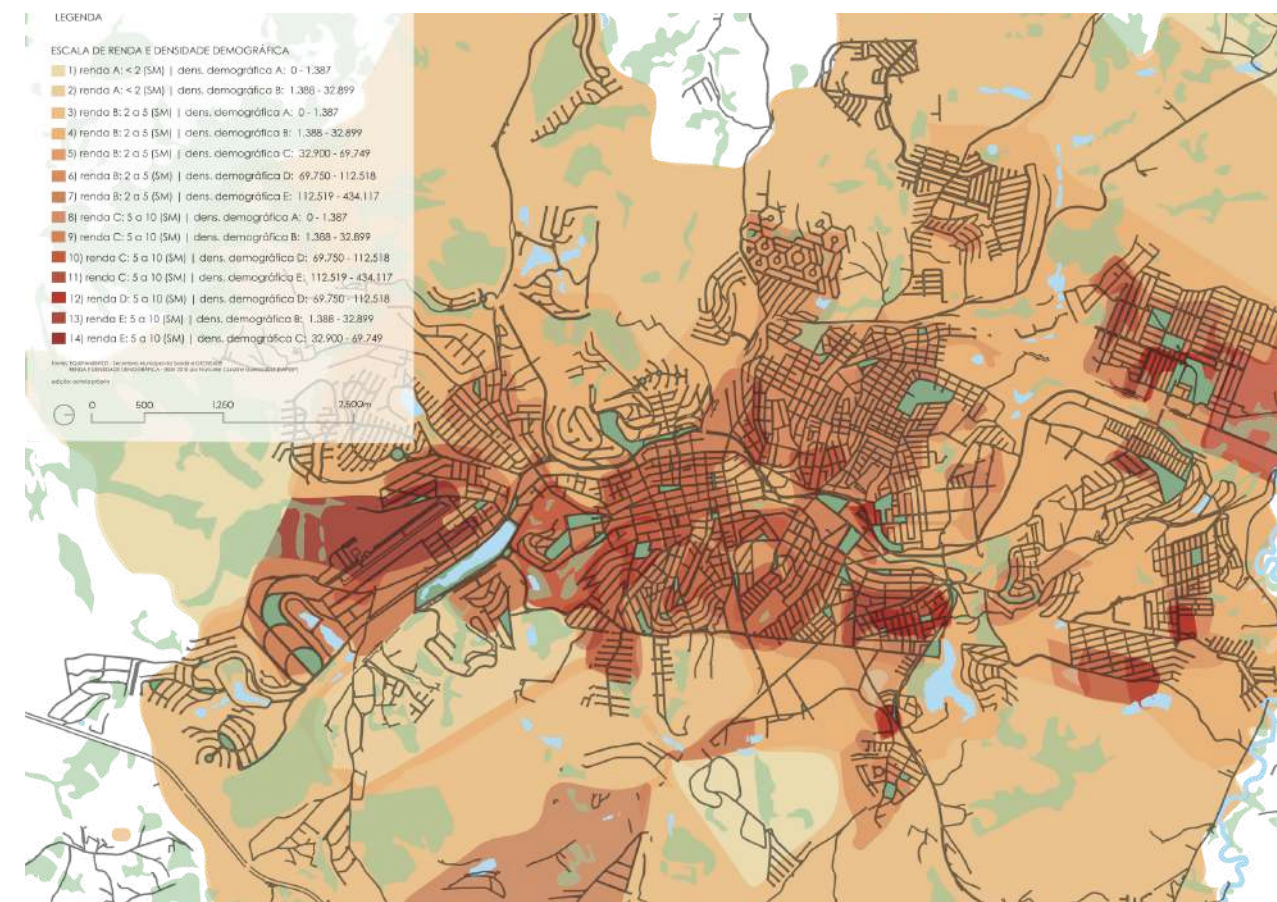
A partir do mapeamento dos equipamentos de saúde da cidade, foi dado enfoque à atenção básica, onde se enquadram as UBS e ESF que representam, segundo o Ministério da Saúde, as unidades mais procuradas pela população, ou seja, denotam as principais portas de entrada do SUS. Em união à isso, o estabelecimento de um raio de 500 metros a partir desses equipamentos permite a leitura da proximidade ideal de acesso ao pedestre.



Tendo relação direta com os equipamentos de saúde, foi essencial também o mapeamento dos equipamentos de educação, de modo que estabelecem uma importante conexão e proximidade das UBS com as crianças e com os jovens.



Outro fator extremamente relevante para com o ambiente de saúde é a presença de elementos naturais ou futuros potenciais, os quais proporcionam maior bem-estar e melhorias na saúde mental e, consequentemente física. Sendo assim, com o mapeamento das áreas verdes, dos espaços livres, da hidrografia e da topografia, é possível analisar um local ideal que implemente essas características ao projeto arquitetônico.



Como se trata de um projeto destinado ao SUS, é essencial considerar o perfil das pessoas que mais fazem uso desse sistema, incluindo a cartografia de renda em conjunto com a de densidade demográfica afim de atingir o público ideal (perfil de baixa/média renda) e um número relevante de pessoas (densidade mais elevada)

LEGENDA

EQUIPAMENTOS

raio de 500 m da atenção primária

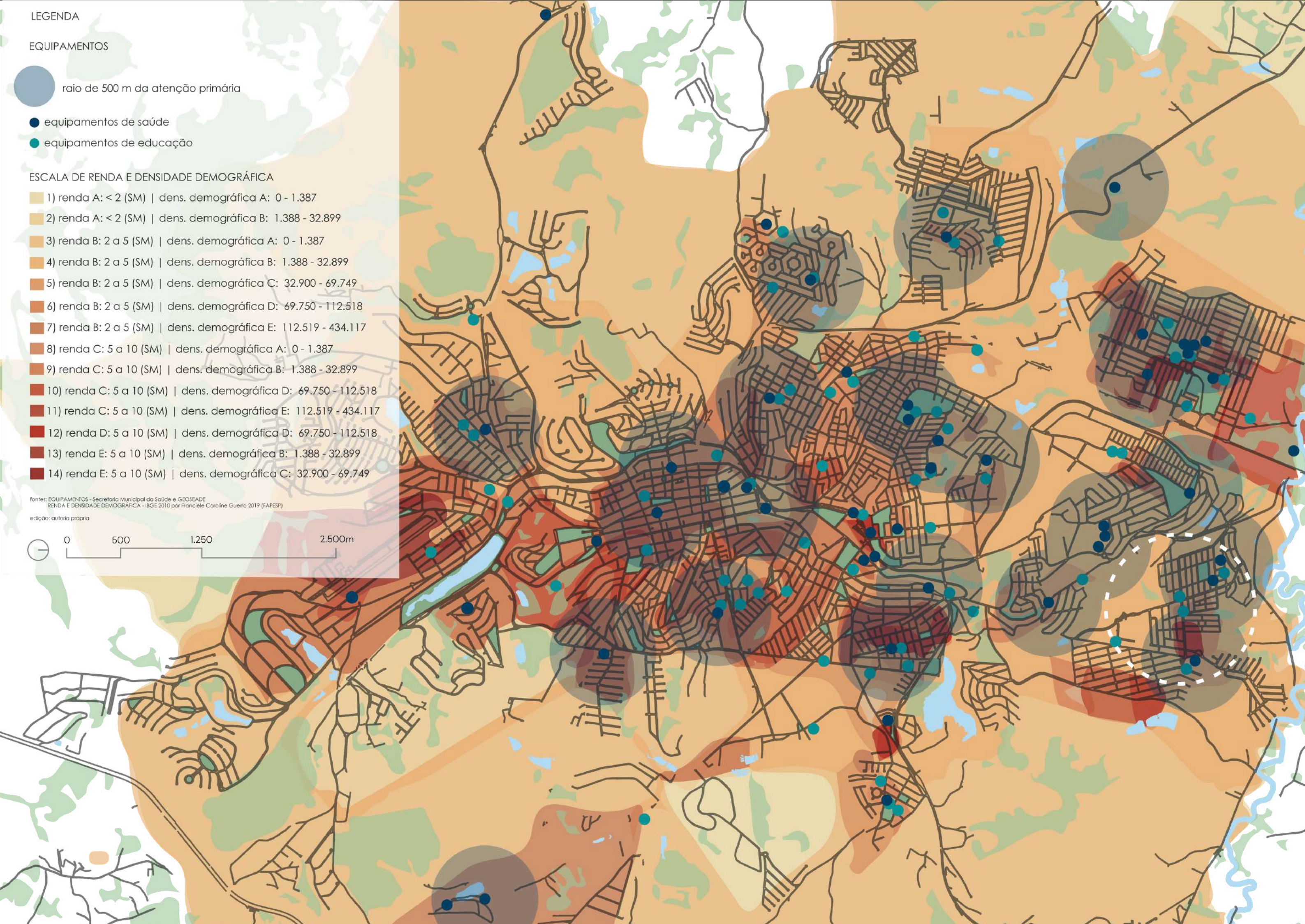
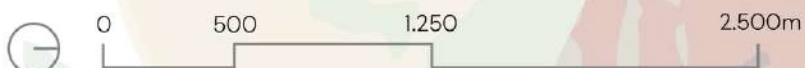
- equipamentos de saúde
- equipamentos de educação

ESCALA DE RENDA E DENSIDADE DEMOGRÁFICA

- 1) renda A: < 2 (SM) | dens. demográfica A: 0 - 1.387
- 2) renda A: < 2 (SM) | dens. demográfica B: 1.388 - 32.899
- 3) renda B: 2 a 5 (SM) | dens. demográfica A: 0 - 1.387
- 4) renda B: 2 a 5 (SM) | dens. demográfica B: 1.388 - 32.899
- 5) renda B: 2 a 5 (SM) | dens. demográfica C: 32.900 - 69.749
- 6) renda B: 2 a 5 (SM) | dens. demográfica D: 69.750 - 112.518
- 7) renda B: 2 a 5 (SM) | dens. demográfica E: 112.519 - 434.117
- 8) renda C: 5 a 10 (SM) | dens. demográfica A: 0 - 1.387
- 9) renda C: 5 a 10 (SM) | dens. demográfica B: 1.388 - 32.899
- 10) renda C: 5 a 10 (SM) | dens. demográfica D: 69.750 - 112.518
- 11) renda C: 5 a 10 (SM) | dens. demográfica E: 112.519 - 434.117
- 12) renda D: 5 a 10 (SM) | dens. demográfica D: 69.750 - 112.518
- 13) renda E: 5 a 10 (SM) | dens. demográfica B: 1.388 - 32.899
- 14) renda E: 5 a 10 (SM) | dens. demográfica C: 32.900 - 69.749

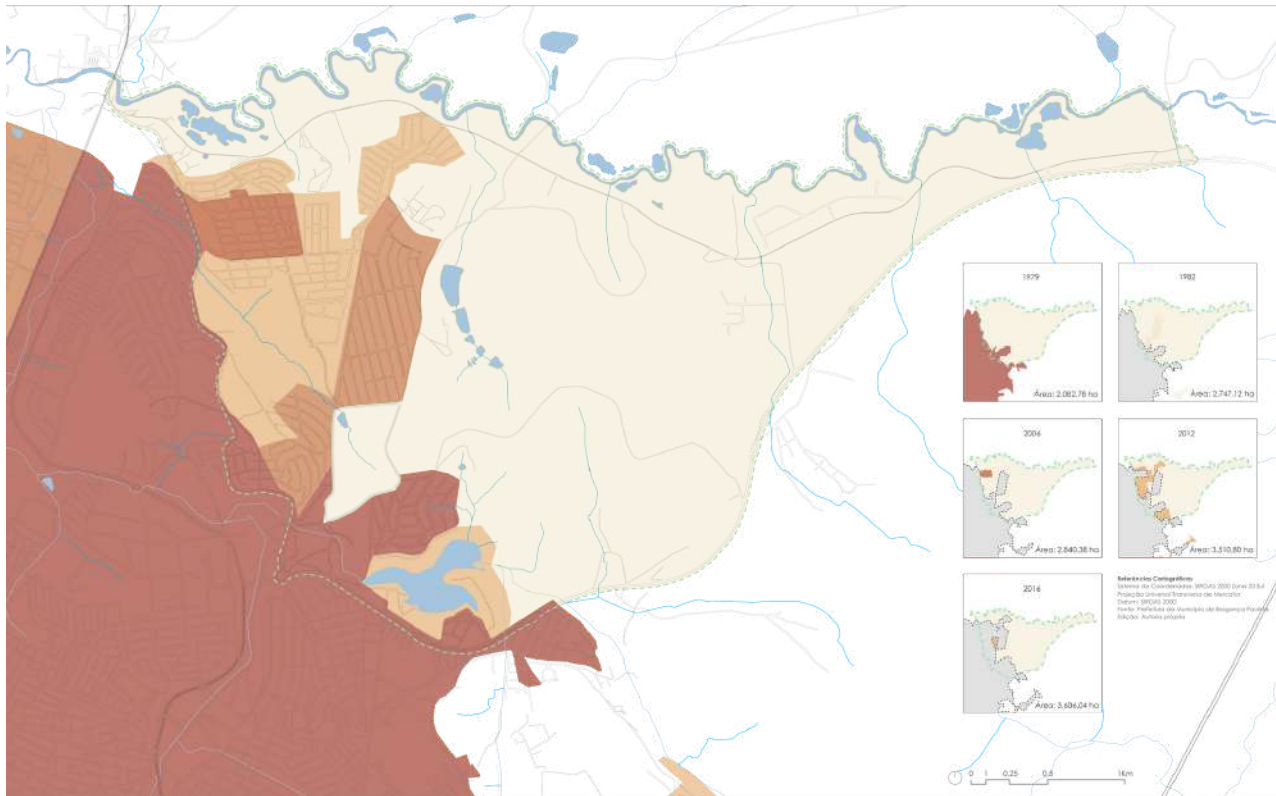
fontes: EQUIPAMENTOS - Secretaria Municipal da Saúde e GEOSIADE
RENDAS E DENSIDADE DEMOGRÁFICA - IBGE 2010 por Franciele Caroline Guerra 2019 (FAPESP)

edição: autoria própria

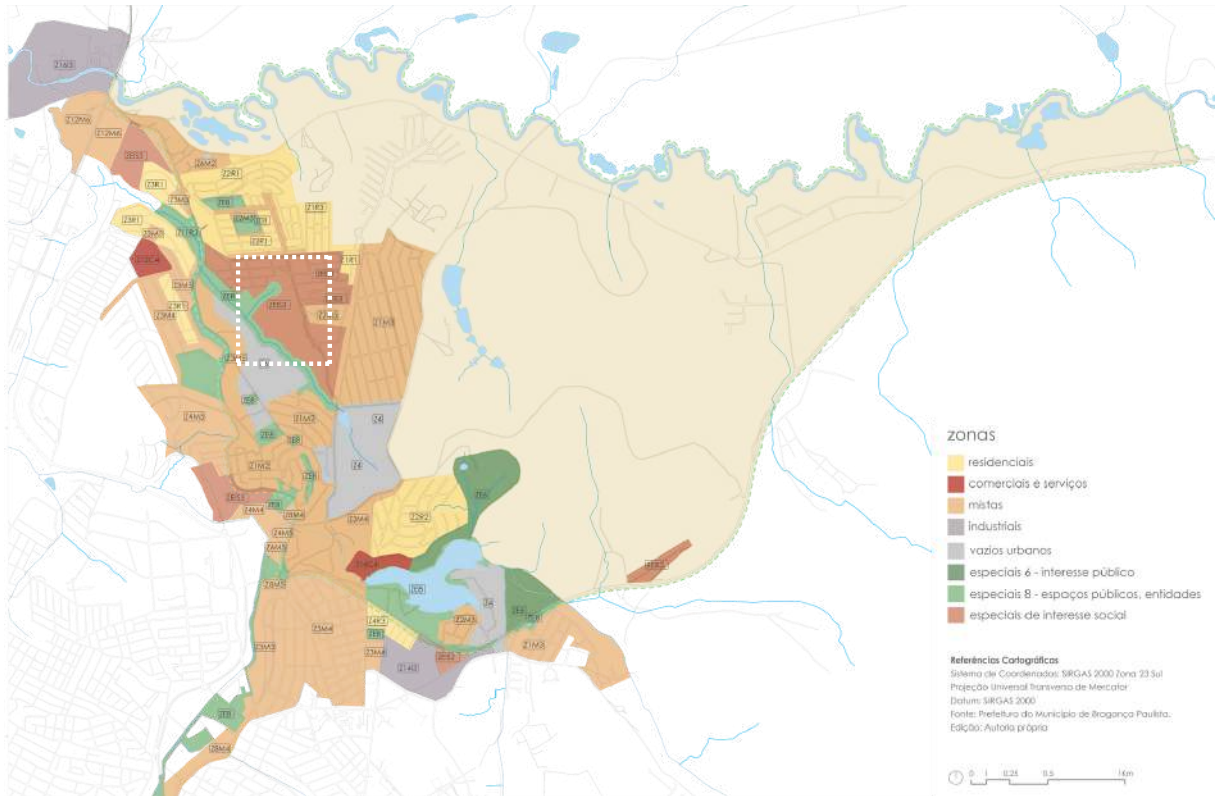


ZONA NORTE E RECORTE

EXPANSÃO URBANA



ZONEAMENTO



PLANO DIRETOR: PARQUE FREI CONSTÂNCIO NOGARA

O Parque Frei Constâncio Nogara, localizado na Zona Norte da cidade, em particular nos bairros Henedina Cortez e Águas Claras, corresponde à área ZEIS3 da cartografia de zoneamento, uma área de interesse socioambiental destinada a espaços públicos.

Está no Plano Diretor da cidade como projeto de restauração da área ao redor do Córrego das Águas Claras, visando sua preservação e preservação de sua APP. Nesse projeto, inclui-se o plano de requalificação do Parque Frei Constâncio Nogara, como, segundo o Plano Diretor do município, um parque público destinado a espaço de lazer, de recreação, de manifestação cultural, de convivência, de práticas esportivas, etc, como referência para toda a região.

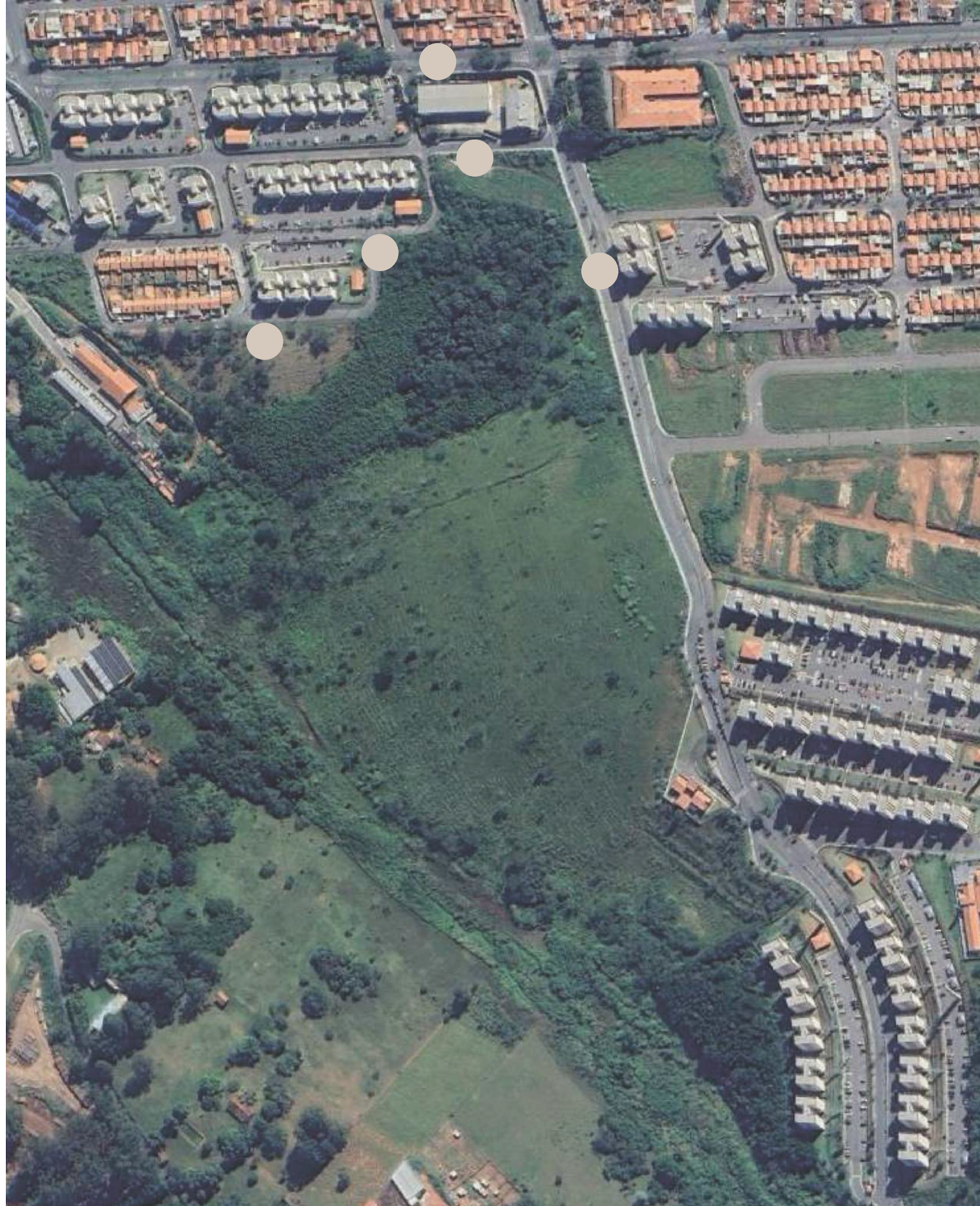
Dessa forma, pensa-se na associação do parque e seus recursos naturais com um espaço de uso público, vinculado ao SUS, voltado a atividades terapêuticas alternativas (PICS) de sociabilização e de trabalho com a saúde mental e física dos indivíduos, a fim de proporcionar a relação indivíduo-mente-corpo, além da sua relação com o espaço e sociedade.

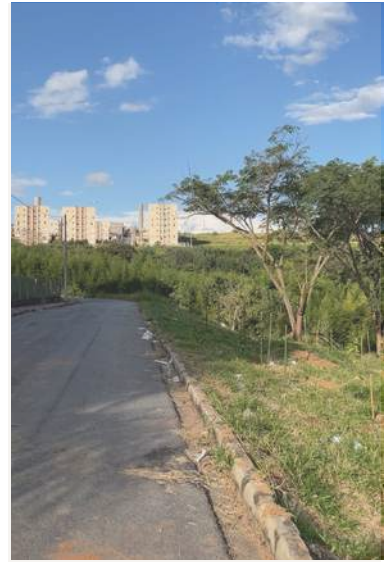


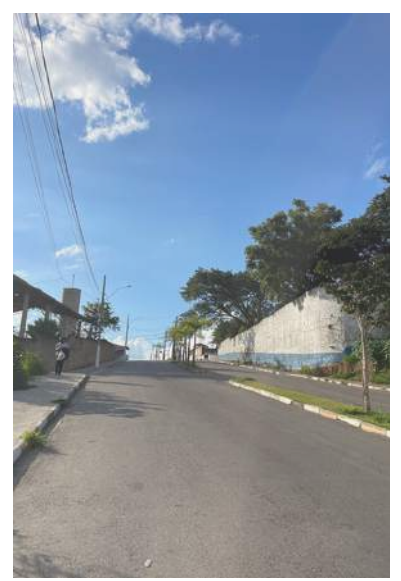
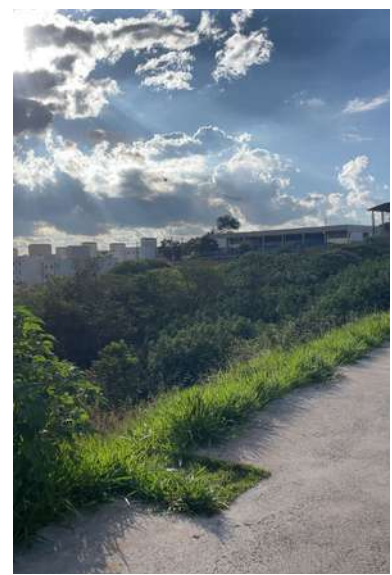
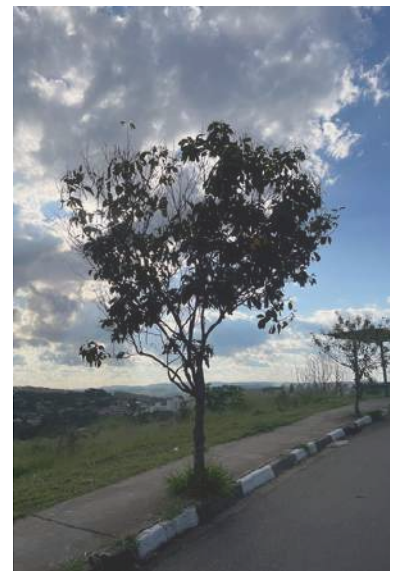




FOTOGRAFIAS
SERIADAS







O PROJETO

PARTIDO PROJETUAL

Centro de Práticas Integrativas Complementares no Parque Frei Constâncio Nogara para abrigar o programa PICS SUS, se tornando parte do contexto do lugar e criando relações do seu espaço com o entorno, a partir da associação com o parque, com as UBS dos bairros Águas Claras e Henedina Cortez, com as escolas existentes e com as habitações sociais ao seu redor, caracterizando, assim, o bairro.

A proposta de trazer o Centro para dentro do parque estabelece uma ideia terapêutica e de bem-estar relacionada, principalmente, ao contato com a natureza, de forma que tanto a arquitetura do edifício como a arquitetura da paisagem se tornam essenciais na promoção da multissensorialidade e na compreensão de todo o conjunto como arte terapêutica. É, essencial, portanto, a busca de uma arquitetura qualificada com características multissensoriais que incentive o autocuidado do indivíduo e a sociabilização, uma vez que a mente e corpo são diretamente afetadas pelo espaço em que se vive ou se passa.

Para tal finalidade, serão trabalhadas duas escalas distintas de projeto, a do Parque e do Centro de PICS.

Adentrando-se na escala do Parque Frei Constâncio Nogara, seu desenho passa a se caracterizar a partir do percurso suave e orgânico que visa proporcionar distintas sensações e cenários em meio à natureza e aos espaços de sociabilização, sendo propostas ambientações naturais variadas, porém com a predominância da concepção de bosque.

Já se aprofundando na escala do Centro de Práticas Integrativas Complementares, são propostos três blocos que concentram as PICS, sendo eles um central de acolhimento, um de práticas orientais voltadas ao aspecto zen, e um voltado às artes. Unidos à esses blocos, são propostos, também, espaços complementares que enriquecem a proposta terapêutica do bem-estar, como um centro de convivência e piquenique, um pavilhão de leitura infantil e mirantes.

Relação do espaço com o entorno, caracterizando, assim,
o bairro.



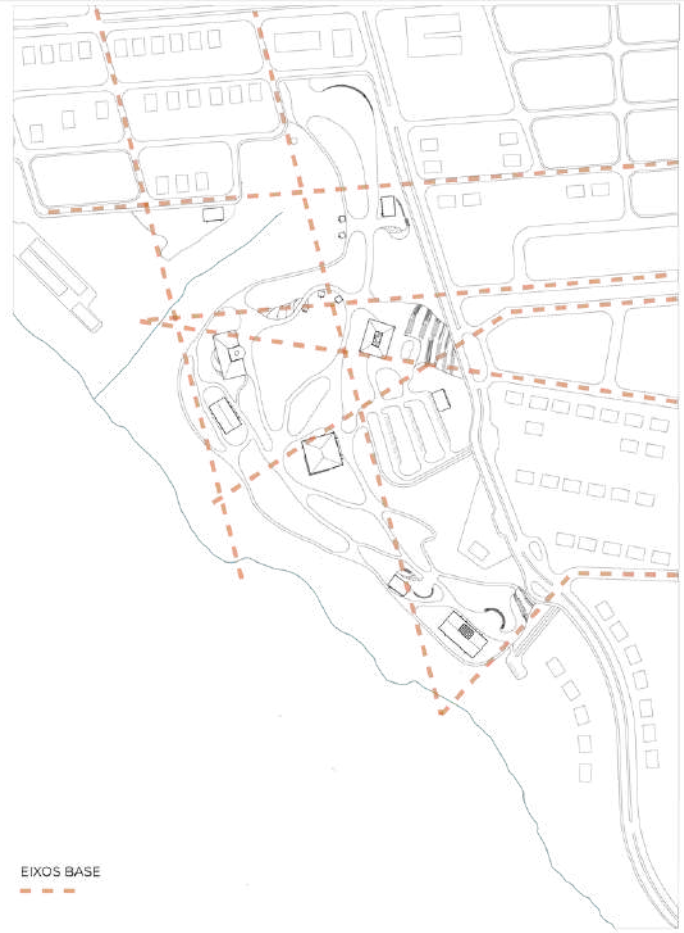
© 2022 Google



PARQUE FREI CONSTÂNCIO NOGARA

como espaço terapêutico

PROCESSO



0 35 87,5 175m

AMBIENTAÇÕES NATURAIS PROPOSTAS



POENTE

CAMINHO DO SOL



NASCENTE

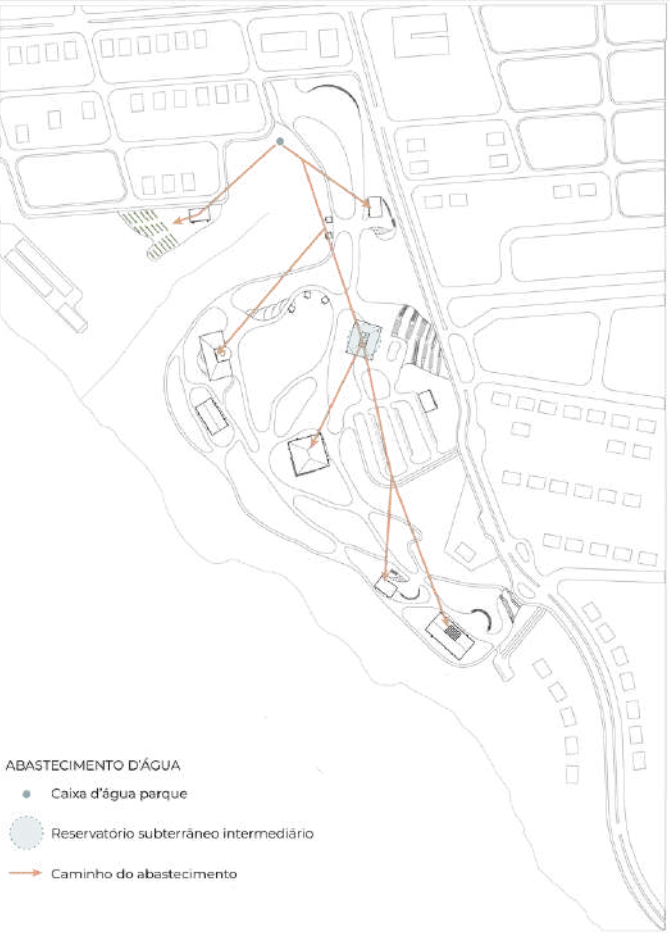
SISTEMA DE DRENAGEM E ESCOAMENTO D'ÁGUA

- Cárregas metálicas para escoamento da água dos telhados e máximo reuso possível da mesma
- Canaletas em formato V desenhadas no próprio gramado, a partir das curvas de nível, para escoamento suave da água da chuva



ABASTECIMENTO D'ÁGUA

- Caixa d'água parque
- Reservatório subterrâneo intermediário
- Caminho do abastecimento



0 35 87,5 175m

A análise processual inicia-se partir da consideração das condições naturais existentes, a vegetação, a APP do Córrego Águas Claras e a topografia. O relevo, por sua vez, que se demonstra um dos maiores desafios a ser enfrentado no projeto, é ao mesmo tempo um dos maiores potenciais, uma vez que suas curvas de nível se tornam importantes estruturantes do traçado dos caminhos principais do parque, caracterizando a suavidade e experiência do percurso.

Como complemento, os eixos provenientes do traçado do bairro servem como linhas de orientação que ao serem reformuladas criam o desenho de caminhos secundários que interligam os espaços de permanência e proporcionam percursos orgânicos prazerosos de se caminhar.

Unidos à concepção do percurso prazeroso, pensa-se em diferentes ambientações e experiências de sensibilidade a partir da proposta de uma biodiversidade natural e diferentes espaços ao longo do trajeto, sem contar os próprios acolhimentos do parque e os blocos das PICS, cada qual com sua proposta terapêutica. Bosques mais adensados, clareiras com jardins de flores, clareira com gramados para prática de atividades, descanso e sol, mirantes de contemplação e lagos ornamentais. Como intuito de se preservar o caráter do existente, busca-se, predominantemente, a implantação de espécies arbóreas da Mata Atlântica para composição do bosque, em conjunto com bosques de araucárias, espécie presente na história da cidade de Bragança Paulista.

Outro ponto de partida fundamental foi o posicionamento dos blocos e edifícios de forma que estabelecesse um sentido, justificando a implantação por meio de relações com o entorno próximo dos edifícios, e de modo que os espaços de acolhimento e sociabilização fossem abraçados pelos caminhos do parque e estivessem em constante contato com a natureza. Ao mesmo tempo, os edifícios são posicionados com relação à topografia e ao caminho do sol, sendo, assim, voltados para a APP e para o poente.

Como aspectos relevantes a se considerar, foi proposto um sistema de abastecimento de água em comum para todo o parque, sendo calculada a capacidade da caixa d'água a partir de uma média de uso diário de água pelo parque e pelos edifícios que farão seu uso. A caixa d'água foi, portanto, posicionada em um nível mais elevado de forma que alcance a vegetação que deve ser cultivada e cada edificação.

Já com relação ao escoamento das águas pluviais, foram propostas canaletas nas beiras dos próprios gramados do parque, cuja depressão no formato em V, suaviza a drenagem, além de acompanharem as curvas de nível a fim de proporcionar um escoamento difuso e de forma mais natural. Nas edificações, para escoamento da água das chuvas, foram propostas gárgulas metálicas que funcionam como uma espécie de “cascata” que deságua em caixas de brita ou espelho d'água, visando um máximo de reuso possível da água da chuva.



Trabalho de arquitetura da paisagem
auxiliado e orientado pelo próprio Raul
Pereira, paisagista das Moradias Tocantins.

Croqui de estudo da implantação do parque.

ARAUCARIA



CANAFISTULA



CAPIXINGUI



CAROBÃO



CASTANHA DO MARANHÃO



CEDRO ROSA



EMBIRA DE SAPO



FEDEGOSO



GRUMIXAMA



GUAÇATUNGA



GUAJUVIRA



GUARITA



IPE AMARELO



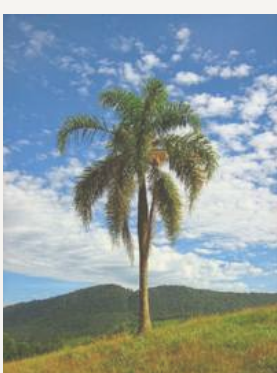
IPE ROSA



JABOTICABA SABARÁ



JERIVÁ



JUQUIRI



MARICÁ



MONJOLEIRO



MOROTOTO



PALMITO JUSSARA



PAU BRASIL ORNAMENTAL



PAU CIGARRA



PAU D'ALHO



PAU FERRO



PAU JACARÉ



TUCANEIRO

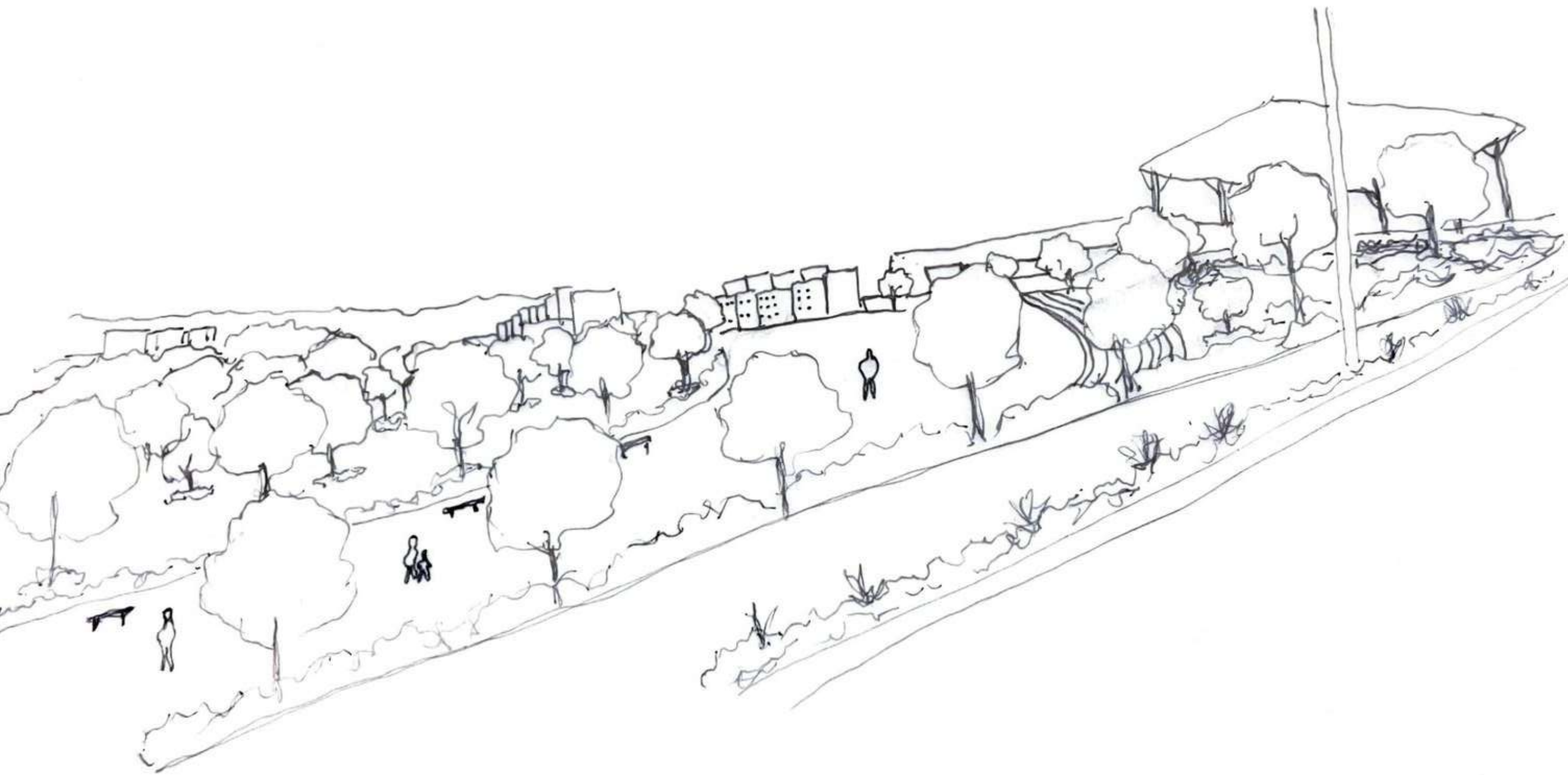




massas vegetativas existentes



caminhos existentes que já indicam a concepção do aproveitamento da topografia pelos pedestres





Implantação final





DIRETRIZES PARA O
PARQUE FREI
CONSTÂNCIO NOGARA



Acolhimento com arquibancada de sociabilização

Espaço infantil com playground e pavilhão de leitura

Acolhimento de hortas terapêuticas e bloco de apoio

Mirantes/Recantos de bem-estar e descanso

Espaço das águas

Acolhimento PICS

Apoio para manutenção do parque

Estacionamento

Centro de alimentação e piquenique

Espaço infantil com playground e pavilhão de leitura

Acolhimento

Estacionamento

O parque é, portanto, estruturado a partir das percepção das condições naturais presentes e da criação de espaços convidativos em relação ao existente, resultando em intervenções que buscam valorizar o potencial da APP e promover sua conservação. Além de proporcionar ao visitante a experiência do vivenciar o percurso, e principalmente, do vivenciar a permanência e convivência, sempre em meio à natureza condicionante do espaço.

Para isso cria-se diferentes ambientações em torno e relacionadas aos espaços das PICS, de forma que tanto o visitante do centro, como também seus familiares - a população do bairro e da cidade - possam desfrutá-las.

Os parques Parque do Mirante de Piracicaba e Parque Alberto Simões de São José dos Campos são ótimas referências de projeto paisagístico que estimam justamente a percepção das condições naturais presentes e criação de espaços convidativos em relação ao existente. A associação da vegetação e topografia com os espaços de acolhimento e de parada valorizam a contemplação do trajeto e os momentos de encontro e convivência.

Referências Projetuais:

Parque Alberto Simões, Idom, São José dos Campos, 2016.

Menção Honrosa no Concurso Nacional Parque do Mirante de Piracicaba, Apiacás Arquitetos, Piracicaba, 2015.



IMAGENS 7 E 8. PARQUE ALBERTO SIMÕES, IDOM, SÃO JOSÉ DOS CAMPOS



IMAGENS 9, 10 E 11. PARQUE DO MIRANTE DE PIRACICABA, APIACÁS ARQUITETOS, PIRACICABA

Outra referência deslumbrante, e que traz justamente a questão terapêutica, se trata da Vila Imperial de Katsura, em Kyoto, no Japão. Um parque arquitetado com jardins japoneses e lagos que abraçam os edifícios e palácios, usados como ambiente de refúgio e meditação. Um exemplo extraordinário de arquitetura da paisagem imposta ao natural.

Referências Projetuais:
Vila Imperial de Katsura, Kyoto, Japão.



IMAGENS 12 E 13. VILA IMPERIAL DE KATSURA, KYOTO, JAPÃO.

DIRETRIZES GERAIS

- Nos acessos do parque, nas vias faixas de pedestre elevadas e bem demarcadas para redução da velocidade e semáforos para garantir a segurança do visitante
- Sombreamento para maior conforto ambiental e bem-estar a partir da vegetação
- Bancos para estar e descanso
- Mirantes/Recantos de estar, descanso e contemplação
- Instalações distribuídas ao longo do parque com bebedouros e sanitários
- Lixeiras distribuídas ao longo dos percursos
- Espaços, equipamentos e equipe de apoio para limpeza e manutenção
- Um estacionamento localizado próximo ao bloco central das PICS, com acesso à carga e descarga de lixo e de alimentos para o centro de alimentação, e um localizado no bloco das artes para mais acessibilidade, ambos com vagas de deficientes e idosos mais próximas ao caminho de acesso ao edifício
- No estacionamento, espaço reservado para carros de apoio à acessibilidade, para utilização em caminhos mais íngrimes e menos acessíveis

ACOLHIMENTOS DE ACESSO

- Entradas do parque como praças desenhadas pela combinação de degraus, rampas e platôs, associados à vegetação, que acompanham o relevo a fim de permitir maior acessibilidade para se chegar nos caminhos, espaços de convivência e blocos das PICS, permitindo diferentes usos de forma que atuam tanto como espaços de passagem como de encontro e descanso.
- Como referência, por exemplo, do parque Lakeside Garden, na China, que cria uma narrativa de passeio baseada em diferentes cenários naturais ao longo dos diferentes níveis do terreno. Como também, a Entrada de Chatenay Malabry, na França, que trabalha justamente essa concepção da acessibilidade na associação da escadaria com as rampas.

Referências Projetuais:

Lakeside Garden, China, TOPOS Landscape Architects, 2018.

Entrada de Chatenay Malabry, França, Ateliers 2/3/4/, 2016.



IMAGENS 14 E 15. PARQUE LAKESIDE GARDEN, TOPOS LANDSCAPE ARCHITECTS, CHINA



IMAGEM 16. ENTRADA DE CHATENAY MALABRY, FRANÇA, ATELIERS 2/3/4/, 2016.

RECANTOS

- Ao longo do trajeto, são propostos pequenos estares acolhedores que funcionam como um respiro, descanso e contemplação da paisagem local. Podem ser caracterizados por marquises, mirantes, ou até mesmo a presença de um simples banco de estar para se apreciar o instante. O Mirante Sobre a Pedreira e as instalações do Parque Schelokovsky Hutor Forest representam essa apreciação pela contemplação a partir de estratégias simples, mas que complementam o espaço, trazendo um caráter enriquecedor
- Instalações de bebedouros e banheiros de forma que a infraestrutura faça parte do cenário paisagístico e linguagem arquitetônica do conjunto, como proposto no Parque Schelokovsky Hutor Forest, os quais foram pensados a partir da preservação da natureza, sendo definidos pela materialidade natural da madeira

Referências Projetuais:

Mirante Sobre a Pedreira, República Tcheca, Henkai Architekti + Zahrada-Park-Krajina, 2021

Parque Schelokovsky Hutor Forest, Rússia, OGOROD | Three Seasons LLC, 2018.



IMAGENS 17 E 18. MIRANTE SOBRE A PEDREIRA, HENKAI ARCHITEKTI + ZAHRADA-PARK-KRAJINA, REPÚBLICA TCHeca



IMAGENS 19 E 20. PARQUE SCHELOKOVSKY HUTOR FOREST, OGOROD, RÚSSIA

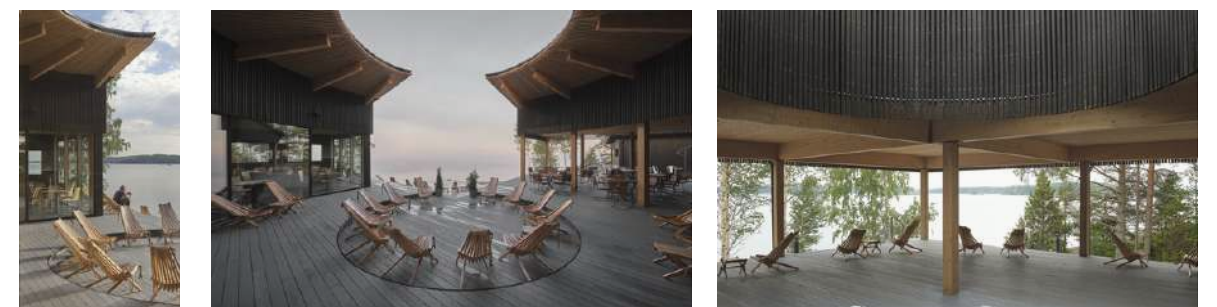
ESPAÇO DE ALIMENTAÇÃO E PIQUENIQUE

- Espaço central de convivência e piquenique ao ar livre que se integra com os espaços do seu entorno e se abre para a paisagem natural. Essa estética que relaciona a centralidade com a natureza é demonstrada nos projetos Pistohiekka Resort, na Finlândia, e no Restaurante Selvagem do Parque Ibirapuera.
- Proximidade com o estacionamento para carga e descarga de alimentos
- Quiosques de alimentação mais natural, saudável e variada, relacionando-se com a influência da alimentação no bem-estar físico e mental
- Decks e mesas de piquenique para encontro e convivência

Referências Projetuais:

Pistohiekka Resort, Finlândia, Studio Puisto, 2022

Restaurante Selvagem, Parque Ibirapuera, São Paulo, Luciana Pitombo e Felipe Stracci | Plantar Ideias, 2022



IMAGENS 21, 22 E 23. PISTOHIEKKA RESORT, STUDIO PUISTO, FINLÂNDIA



IMAGENS 24 E 25. RESTAURANTE SELVAGEM, LUCIANA PITOMBO E FELIPE STRACCI (PLANTAR IDEIAS), PARQUE IBIRAPUERA

ESPAÇOS INFANTIS

- Espaços localizados próximos aos acessos para maior acessibilidade e facilidade dos cuidadores levarem as crianças
- No espaço infantil localizado no acesso norte do parque contar com a presença de um pavilhão de leitura relacionado à forma terapêutica de bem-estar, lazer e aprendizado da criança. Pensado na presença da materialidade de madeira, com ampla iluminação e contato com a natureza, com espaços lúdicos e aconchegantes para leitura, os projetos do Centro Infantil Honai no Japão e da Escola Waldorf Ecoara em Valinhos retratam justamente essas características que tornam o espaço infantil em um espaço saudável que estimula o desenvolvimento da criança, inclusive mental.
- Playground trabalhado a partir do desenho da topografia, com escorregadores e escaladas que acompanham o relevo, casinhas na árvore que servem como mirantes nas partes mais elevadas, para que assim haja um maior aproveitamento topográfico e ao mesmo tempo lúdico, concepção trabalhada no parque infantil do Bicentenário
- Delimitação com fronteiras permeáveis e convidativas para segurança das crianças - vegetação
- Lugares sombreados de sentar para os cuidadores
- Sanitários e bebedouros

Referências Projetuais:

Parque Bicentenário, Santiago, Chile, Elemental, 2012.

Centro Infantil Honai, Japão, UmbreArchitects, 2019.

Escola Waldorf Ecoara de Valinhos, Shieh Arquitetos, 2019.

ESPAÇO DAS ÁGUAS

- Espaço que faz homenagem à Nascente do Córrego Águas Claras, com lagos ornamentais e leves cascatas desenhadas por pedras que descem o relevo acompanhando a topografia e trazendo uma proximidade com a natureza, proporcionando mais bem-estar e um visual natural e harmonioso.
- Integra-se ao bloco zen das PICS, uma vez que a proximidade entre os espaços permite que o contato com a água transcenda à tranquilidade
- Auxilia no refrescamento e umidificação do ar, permitindo maior conforto térmico

Referências projetuais:

Santpar, Ecosys

Lago Oriental, Ecosys



IMAGEM 26. ESCOLA WALDORF ECOARA, VALINHOS, SHIEH ARQUITETOS



IMAGEM 27. CENTRO INFANTIL HONAI, JAPÃO, UMBREARCHITECTS



IMAGENS 28, 29 E 30. PARQUE BICENTENÁRIO, CHILE, ELEMENTAL



IMAGENS 31 E 32. SANTPAR, ECOSYS



IMAGEM 33. LAGO ORIENTAL, ECOSYS

HORTAS

- Hortas terapêuticas voltadas ao cultivo de plantas fitoterápicas e aromáticas para uso das PICS, associada a pomares e ao cultivo de hortaliças voltados à comunidade como forma de sociabilização e contato com a natureza. Além de incentivar uma alimentação mais saudável e melhorias na saúde física e mental. As hortas urbanas tem crescido constantemente nas cidades, por conta de seus benefícios de coletividade e saúde, e como exemplos práticos dessa questão se enquadram o Projeto de Hortas Urbanas de Roraima, e a Horta como Terapia Ocupacional para os Usuários do CAPS de Quissamã, RJ.
- Espaço, equipamentos e equipe de apoio para cuidado e manutenção dos canteiros

Referências Projetuais:

Projeto transforma espaços ociosos em hortas urbanas em Roraima, iniciado em 2018.

Trabalho desenvolvido em horta é terapia ocupacional para os usuários do CAPS, Quissamã



IMAGENS 34 E 35. PROJETO TRANSFORMA ESPAÇOS OCIOSOS EM HORTAS URBANAS EM RORAIMA



IMAGEM 36. TRABALHO DESENVOLVIDO EM HORTA É TERAPIA OCUPACIONAL PARA OS USUÁRIOS DO CAPS, QUISSAMÃ





+853.0

+844.0

+823.0

Corte DD | Transversal

0 5 12,5 25m



CENTRO DE PICS
(PRÁCTICAS INTEGRATIVAS
COMPLEMENTARES)

DIRETRIZES DE IMPLANTAÇÃO DO PROGRAMA

A proposta de implantação do Centro de PICS como parte do Parque Frei Constâncio Nogara se trata de um programa de dimensão municipal, administrado pela Secretaria Municipal da Saúde da cidade de Bragança Paulista, contando com todo seu apoio organizacional e estabelecimento de mecanismos de financiamento e estruturação do programa.

Nesse sentido, é fundamental a busca de profissionais qualificados da saúde com formação em PICS no SUS, e inclusive, a proposição pela Secretaria de incentivos e estratégias para a possível capacitação profissional das práticas.

Além disso, seria de ampla relevância e benefício uma parceria de Educação Permanente com os cursos da área da saúde da Universidade São Francisco do município, em que os estudantes e profissionais poderiam participar de estágios, atividades e voluntariados como forma de aprendizado, enquanto que o centro receberia a atuação e apoio de profissionais qualificados e em aprendizado e à caminho da formação.

Tendo como público alvo a população dos bairros Henedina Cortez e Águas Claras, localizados na zona norte do município, como visto anteriormente, foi

essencial fazer um diagnóstico territorial e situacional da população dos bairros.

Para isso, buscou-se o envolvimento das equipes da atenção básica para informações do alcance e das demandas e necessidades locais da população atendida pelas UBS, por meio das condições de vida e saúde no território. Em particular em específico, as demandas da UBS Águas Claras se colocam relacionadas a **dores crônicas e práticas coletivas**.

POSTO DE SAÚDE ÁGUAS CLARAS

- pessoas cadastradas: 10.702
- pacientes/dia: 200 a 250

POSTO DE SAÚDE HENEDINA CORTEZ:

- pessoas cadastradas: 5.000
- pacientes/dia: 70

A partir da média de 160 pacientes por dia de ambos os equipamentos de saúde, foi possível estipular um alcance diário do centro de PICS tomando como base esses dados, e considerando, também, a elevada densidade dos bairros e as habitações sociais existentes e futuras ao redor do parque.

PRÁTICAS ABORDADAS

Pensadas com base nas demandas da população da área de recorte por tratamentos alternativos voltados às dores crônicas e atividades de convivência coletiva são propostas para o centro práticas terapêuticas que trabalham a questão tanto corporal como mental, dentre as quais:

DORES CRÔNICAS

- Acupuntura
- Fitoterapia
- Aromaterapia
- Homeopatia

CONVIVÊNCIA COLETIVA

- Arteterapia
- Yoga
- Meditação
- Práticas corporais chinesas
(lian gong, chi gong, tuina, tai chi chuan)
- Biodança
- Dança circular
- Musicoterapia
- Terapia comunitária integrativa

ATIVIDADES TERAPÊUTICAS PARA ALÉM DAS PICS

- Ballet
- Teatro
- Horta aromática e fitoterápica
(voltada para a produção dos
fitoterápicos e óleos essenciais e
incentivando a participação da
comunidade)

PRÁTICAS ABORDADAS

Para dar início ao estudo arquitetônico e volumétrico, foi necessário analisar a capacidade de pessoas por atividade, para que fosse possível se pensar as áreas e quantitativos ideais, sendo proposto, portanto, um cronograma semanal das práticas como base.

horários	segunda-feira (20 pessoas)	terça-feira (16 pessoas)	quarta-feira (20 pessoas)	quinta-feira (16 pessoas)	sexta-feira (20 pessoas)
7h - 8h		Acupuntura		Acupuntura	
8h - 9h	Acupuntura	Aromaterapia	Acupuntura	Aromaterapia	Acupuntura
9h - 10h	Acupuntura	Homeopatia	Acupuntura	Homeopatia	Acupuntura
10h - 11h	Fitoterapia	Homeopatia	Fitoterapia	Homeopatia	Fitoterapia
11h - 12h	Fitoterapia	Homeopatia	Fitoterapia	Homeopatia	Fitoterapia
12h - 14h					
14h - 15h	Fitoterapia	Homeopatia	Fitoterapia	Homeopatia	Fitoterapia
15h - 16h	Fitoterapia	Homeopatia	Fitoterapia	Homeopatia	Fitoterapia
16h - 17h	Acupuntura	Homeopatia	Acupuntura	Homeopatia	Acupuntura
17h - 18h	Acupuntura	Aromaterapia	Acupuntura	Aromaterapia	Acupuntura

DORES CRÔNICAS

- Acupuntura (4 pessoas)
- Fitoterapia (1 pessoa)
- Aromaterapia (1 pessoa)
- Homeopatia (1 pessoa)

CONVIVÊNCIA COLETIVA

- Arteterapia (20 pessoas)
- Yoga (20 pessoas)
- Meditação (20 pessoas)
- Práticas corporais chinesas (20 pessoas)
- Biodança (20 pessoas)
- Dança circular (20 pessoas)
- Musicoterapia (5 pessoas)
- Terapia comunitária integrativa (5 pessoas)
- Ballet (20 pessoas)
- Teatro(10 pessoas)

horários	segunda-feira (240 pessoas)	terça-feira (150 pessoas)	quarta-feira (240 pessoas)	quinta-feira (150 pessoas)	sexta-feira (160 pessoas)	sábado (270 pessoas)
7h - 8h	Meditação	Terapia Coletiva	Meditação	Terapia coletiva		Yoga/Práticas c. chinesas
8h - 9h	Yoga/ Práticas c. chinesas	Arteterapia	Yoga/ Práticas c. chinesas	Arteterapia	Práticas c. chinesas	Meditação
9h - 10h	Ballet infantil/ Teatro adulto	Musicoterapia	Ballet infantil/ Teatro adulto	Musicoterapia	Yoga	Yoga
10h - 11h	Ballet adulto/ Teatro infantil	Dança circular	Ballet adulto/ Teatro infantil	Dança circular	Yoga	Biodança
11h - 12h		Biodança		Biodança	Meditação	Arteterapia/ Ballet infantil
14h - 15h		Dança circular		Dança circular		Arterapia/ Teatro infantil
15h - 16h	Meditação	Biodança	Meditação	Biodança	Yoga	Biodança
16h - 17h	Yoga/ Práticas c. chinesas	Terapia coletiva	Yoga/ Práticas c. chinesas	Terapia circular	Yoga/Práticas c. chinesas	Yoga/ Práticas c. chinesas
17h - 18h	Ballet infantil/ Teatro adulto	Arteterapia	Ballet infantil/ Teatro adulto	Arteterapia	Meditação	Dança circular/ meditação
18h - 19h	Ballet adulto/ Teatro infantil	Musicoterapia	Ballet adulto/ Teatro infantil	Musicoterapia		

ESPAÇOS ESSENCIAS

ESPAÇO	QUANTIDADE	ÁREAS MÍNIMAS
recepção	1	
acolhimento estimado para 30 pessoas	1	
sala de reuniões e educação em saúde para no mínimo 15 pessoas (12 profissionais das práticas)	1	2,5m ² /pessoa = 37,5m ²
almoxarifado	1	7,2m ²
consultórios (homeopatia e fitoterapia/aromaterapia)	2	9m ² com dimensão mínima de 2,50m
consultório para acupuntura com 4 boxes	1	27,3m ²
farmácia/laboratório de homeopáticos, fitoterápicos e óleos essenciais	1	25,92m ² com dimensões de 3,6x7,2
sala de curativos e primeiros socorros	1	9 m ² com dimensão mínima de 2,50m
sanitários femininos e masculinos para usuários	mín 2	dimensões mínimas de 2,4x2,4 unitário
sanitário acessível	mín 1	2,55m ² com dimensões mínimas de 1,50x1,70m
sanheiro e vestiário para funcionários (1 por sexo)	mín 1	12,96m ² com dimensões mínimas de 3,6x3,6m
copa/cozinha	1	4,50 m ² com dimensão mínima de 1,50m
área de serviço e depósito de materiais de limpeza	1	3 m ² com dimensão mínima de 1,50m
abrigo de resíduos sólidos	1	4m ² com dimensão mínima de 1,50m
depósito de lixo	1	4m ² com dimensão mínima de 1,50m
salões para práticas integrativas coletivas para 20 pessoas (yoga, práticas corporais chinesas, biodança e dança circular, ballet)	2	150m ²
salão para musicoterapia e teatro para 10 pessoas	1	75m ²
sala para terapia coletiva para 10 pessoas	1	20m ²
ateliê para arteterapia para 20 pessoas	1	75m ²
pátios ao ar livre para práticas		
espaço de horta comunitária de plantas medicinais fitoterápicas e para óleos essenciais aromáticos		

referências:
 DE CÔES, Ronald. Manual Prático de Arquitetura Hospitalar.
 Manual de Estrutura Física das Unidades Básicas de Saúde. Saúde da Família. Ministério da Saúde
 Manual de Padrões de Ocupação das Áreas de Escritório. Controladoria Geral da União
 Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA)
 Archdaily
 FDE
 CRFSP (Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paulo)

DISTRIBUIÇÃO



BLOCOS PICS

BLOCO CENTRAL

Recepção e acolhimento

Administração/curadoria

Sala de reuniões e educação em saúde

Consultórios
(homeopatia/fitoterapia/aromaterapia/
acupuntura)

Farmácia/laboratório de manipulação
de homeopáticos, fitoterápicos e óleos
essenciais

Sala de curativos e primeiros socorros

Sanitários para visitantes (incluindo
acessíveis)

Sanitário e vestiário para funcionários
(incluindo acessíveis)

Copa/cozinha

Almoxarifado

Área de serviço e depósito de
materiais de limpeza

Abrigo de resíduos sólidos/Depósito de
lixo

BLOCO ZEN

Administração/curadoria

Salão de práticas zen
(yoga, práticas corporais chinesas,
meditação)

Sanitários para visitantes (incluindo
acessíveis)

Sanitário e vestiário para funcionários
(incluindo acessíveis)

Copa/cozinha

Almoxarifado/ Área de serviço e
depósito de materiais de limpeza

Pavilhão

Gramado

BLOCO ARTES

Administração/curadoria

Salão de práticas artísticas
(dança circular, biodança, ballet)

Sala de musicoterapia/teatro

Ateliê de arteterapia

Sanitários e vestiários
(incluindo acessíveis)

Copa/cozinha para funcionários

Almoxarifado/ Área de serviço e
depósito de materiais de limpeza

Arena

ESPAÇOS COMPLEMENTARES

PAVILHÃO DE LEITURA INFANTIL

Salão com mesas coletivas como
espaço para leitura e atividades
lúdicas

Sanitários

Playground arborizado associado ao
pavilhão com escorregadores, areia,
espaço lúdico de água para
desenvolvimento multissensorial da
criança

Espaço de sentar para os cuidadores

CENTRO DE CONVIVÊNCIA E PIQUENIQUE

Salão com stands de alimentação

Sanitários

Despensa e depósito de lixo

MIRANTES

Mirantes para contemplação e
descanso

BLOCOS DE APOIO

Vestiários para funcionários

Espaço para armazenamento de
equipamentos de jardinagem e
manutenção do parque

PROJETO ARQUITETÔNICO

Adentrando-se na questão arquitetônica dos espaços das Práticas Integrativas Complementares, busca-se características que envolvam a natureza, como o uso da **biofilia** e de **materialidade natural**, como a madeira, e a presença do vidro como forma de ampla **iluminação natural**.

Pensa-se em edifícios de apenas um pavimento, de pé direito elevado, de quatro metros de altura a fim de proporcionar espaços mais agradáveis, com ampla iluminação natural e uma maior permeabilidade de forma a se preservar a paisagem natural ao redor e o contato constante com a mesma. Os edifícios, portanto, harmonizam-se com a paisagem.

Além disso, serão essenciais espaços de convivência como pátios centrais, pavilhões e arenas.

Dessa maneira, abandona-se a estética hospitalar convencional, mais fria, a fim de criar uma atmosfera harmoniosa que estimule a vinda do visitante.

A partir dessas características, algumas referências projetuais são trazidas para compreender a concepção arquitetônica das PICS.



IMAGENS 37, 38 E 39. CENTRO SOCIOSSANITARIO GERIÁTRICO SANTA RITA, CIUTADELLA DE MENORCA, ESPANHA - MANUEL OCAÑA, 2009



IMAGENS 40 E 41. CENTRO DE DIABETES EM COPENHAGUE CONECTA OS PACIENTES À NATUREZA, COPENHAGUE, COWI A/S, VILHELM LAURITZEN ARCHITECTS, MIKKELSEN ARCHITECTS, E STED LANDSCAPE, 2016



IMAGENS 42 E 43. MORADIAS INFANTIS, FORMOSO DO ARAGUAIA, ROSENBAUM® + ALEPH ZERO, 2017



IMAGENS 44 E 45. NYT HOSPITAL NORDSJAELLAND, DINAMARCA, HERZOG & DEMEUREN / VILHELM LAURITZEN ARCHITECTS, 2014



IMAGENS 46 E 47. PAVILHÃO UNA, SÃO SEBASTIÃO, APIACÁS ARQUITETOS, 2013



IMAGENS 48 E 49. WOLF TRAP NATIONAL PARK FOR THE PERFORMING ARTS FILENE CENTER, VIENNA, VIRGINIA, ALFREDO DE VIDO E EQUIPE, 1984



IMAGEM 50. PAVILHÃO E JARDIM DE MEDITAÇÃO, SUIÇA, GMAA, 2013



IMAGENS 51 E 52. RESIDÊNCIA SM, GUARUJÁ, JACOBSEN ARQUITETURA, 2014.



IMAGEM 53. RESIDENCIAL UBÁ, SÃO PAULO, JACOBSEN ARQUITETURA.



IMAGEM 54. RESIDÊNCIA RFD, SÃO PAULO, 2021, JACOBSEN ARQUITETURA.

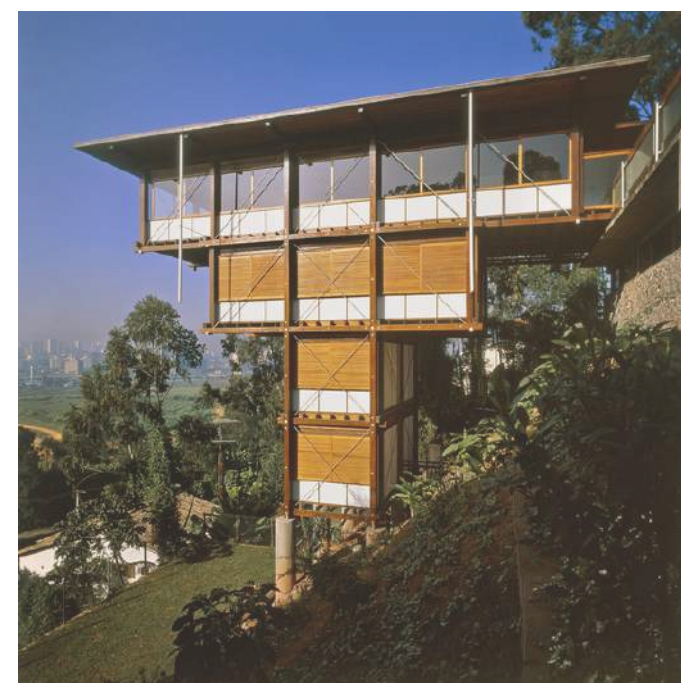


IMAGEM 55. CASA HÉLIO OLGA, SÃO PAULO, 1990, MARCOS ACAYABA.



IMAGEM 56. RESIDÊNCIA EM TIJUCOPAVA, GUARUJÁ, 1997, MARCOS ACAYABA.

MÉTODO CONSTRUTIVO

O método construtivo utilizado no projeto é o de Madeira Laminada Colada (MLC), que conversa com a questão natureza e sustentabilidade uma vez que é composto por lâminas distintas de madeiras de reflorestamento, principalmente pinus ou eucalipto, permitindo, assim, uma reutilização material. Além disso, possui excelente resistência e flexibilidade.

Para a modulação estrutural, foram utilizadas duas modulações, uma malha retangular com vão de 10 por 15 metros, aplicada no Bloco Zen e Bloco das Artes, e outra malha quadriculada com vão de 8 por 8 metros utilizada no Bloco Central, Centro de Convivência e Piquenique, Pavilhão de Leitura Infantil e Apoio.

Em ambas, com base no Manual de Rewood, a dimensão dos pilares foi de 18 por 18 centímetros, de acordo com o pé direito padrão de 4 metros de altura. Para a malha retangular de vãos 10x15, as vigas possuem dimensão de 58 centímetros de altura e 12 centímetros de largura, com espaçamento de 2 metros entre elas. Já na modulação quadriculada de vão 8x8, as vigas se encontram com 47 centímetros de altura e 12 centímetros de largura, também com espaçamento de 2 em 2 metros.

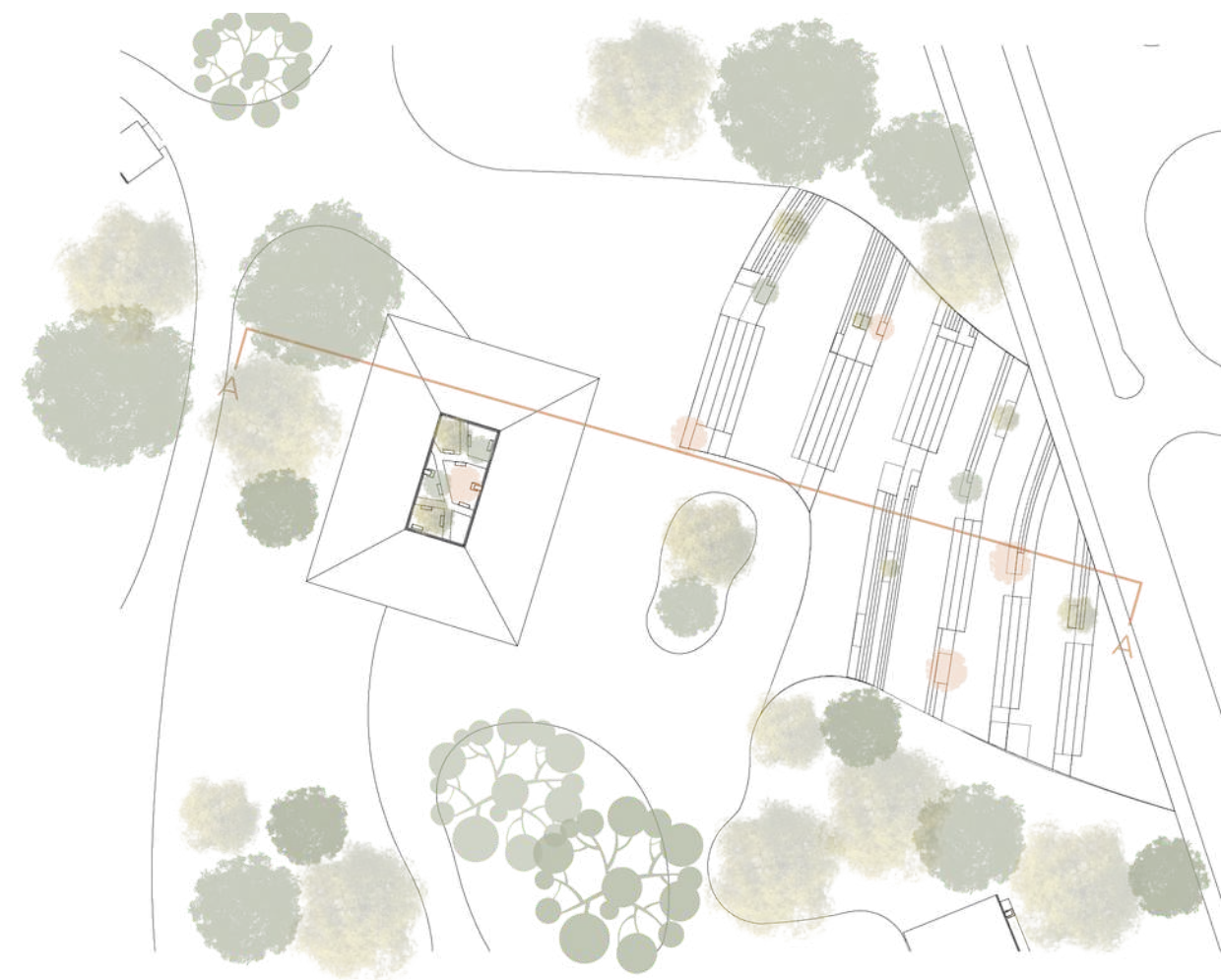
Para a composição da cobertura buscou-se uma concepção de horizontalidade, e a partir disso foi escolhida a cobertura composta por placa OSB e manta TPO, que permitem uma boa permeabilidade em um mínimo de inclinação. Dessa forma, foram utilizados barrotes de 8 centímetros de largura por 15 centímetros de altura, espaçados de 60 centímetros, para compor a estrutura da cobertura.

BLOCO
CENTRAL

O Bloco Central das PICS, se estabelece como a porta de entrada do programa, se caracterizando como centro administrativo associado às práticas individuais destinadas às dores crônicas, e coletiva de terapia.

Nesse sentido, a implantação do bloco parte da proximidade do espaço com a via e, assim, facilidade de acesso.

O Bloco Central é acompanhado pelo acolhimento de acesso, espaço livre que liga o bloco e a rua por meio de uma praça composta por patamares e rampas associados à vegetação, de forma que a passagem se torne agradável e que estimule, também, a permanência e o convívio social. Já, à oeste, o bloco é acompanhado por vegetação e um talude de gramado sombreado que permite um momento de descanso e contemplação.



Bloco Central | Situação







Corte AA | Bloco Central





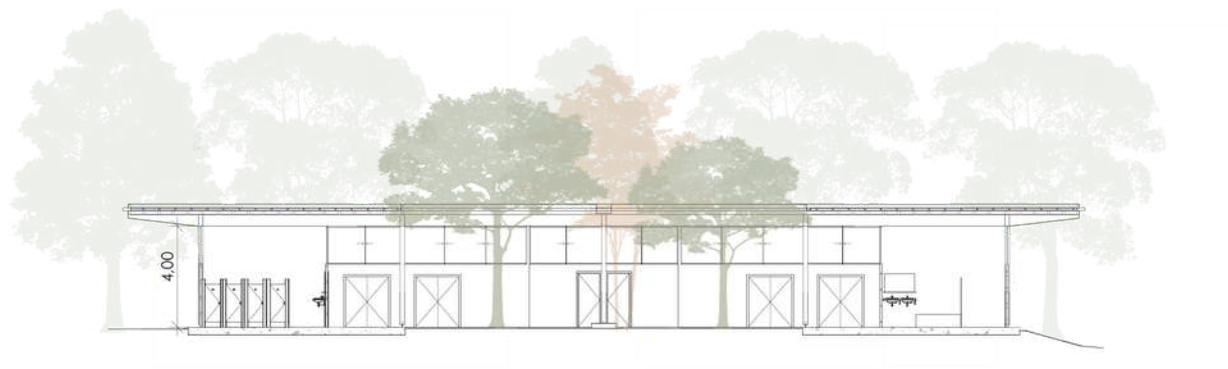
Térreo Bloco Central



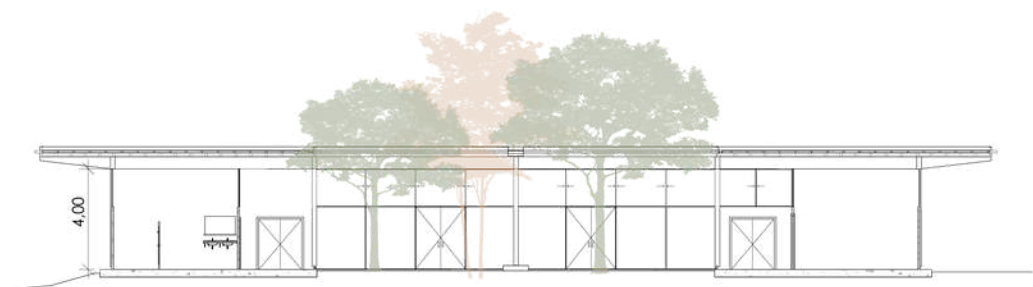
LEGENDA

- 01 Recepção/Acolhimento
- 02 Sala de reuniões e educação coletiva
- 03 Sala de administração
- 04 Sanitários e vestiários funcionários
- 05 Depósito de lixo e resíduos
- 06 Copa e espaço de convivência funcionários
- 07 Enfermaria
- 08 Consultórios para homeopatia/fitoterapia/aromaterapia
- 09 Sala de terapia coletiva
- 10 Sala de acupuntura
- 11 Sanitários/vestiários acessíveis
- 12 Sanitários visitantes
- 13 Almojarifado
- 14 Farmácia de manipulação de homeopatia, fitoterapia e aromaterapia
- 15 Pátio central de convivência





Bloco Central | Corte Longitudinal AA

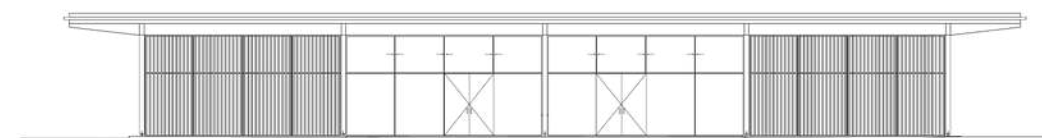


Bloco Central | Corte Longitudinal BB

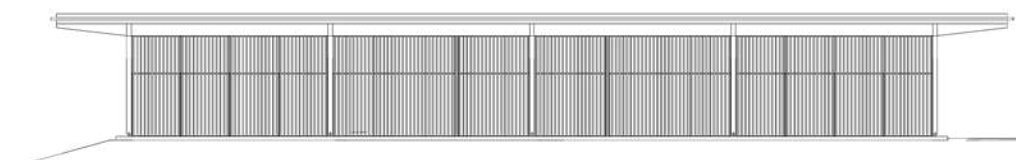


Bloco Central | Corte Transversal CC

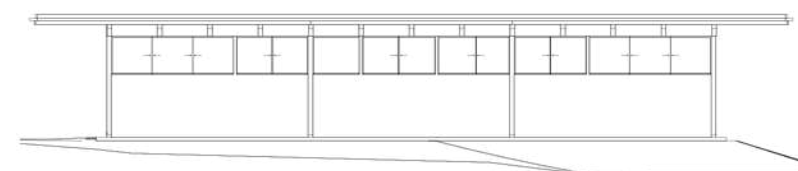
0 2 4 8 20



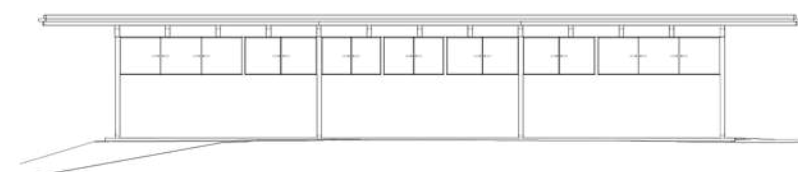
Bloco Central | Elevação Frontal



Bloco Central | Elevação Posterior



Bloco Central | Elevação Lateral A



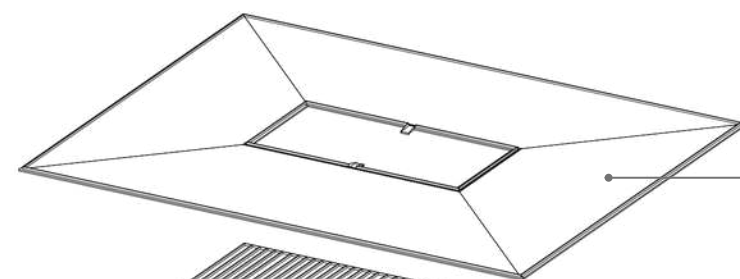
Bloco Central | Elevação Lateral B

0 2 4 8 20

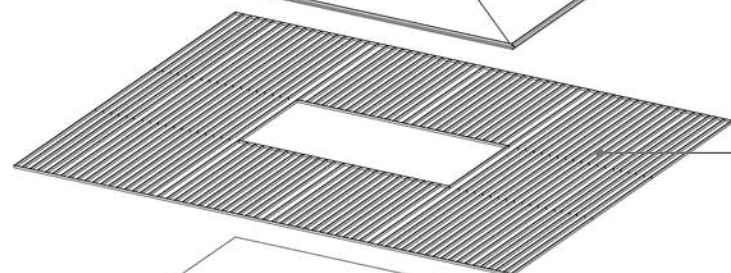




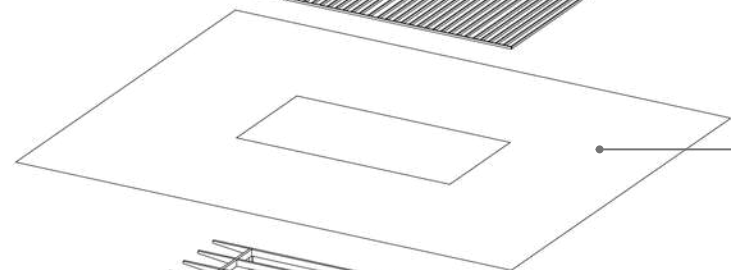




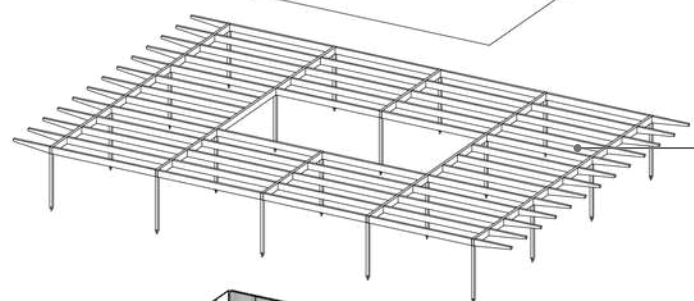
Cobertura de manta TPO, isolamento termoacústico e placa OSB (com inclinação mínima $i=0,5\%$), envoltas por estrutura de tableiras de MLC
(referência projetual: Caderno de Detalhes Construtivos em MLC - Rewood)



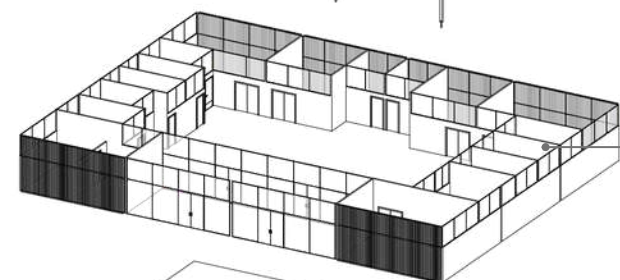
Barrotes de MLC (8x15cm; espaçamento de 60cm)
(referência projetual: Caderno de Detalhes Construtivos em MLC - Rewood)



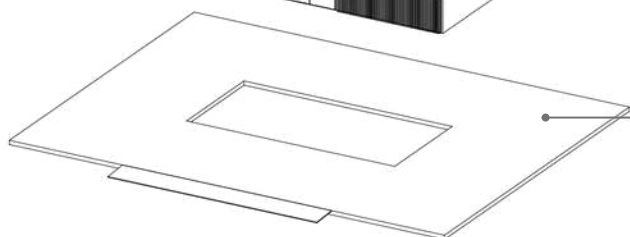
Forro de madeira
(referências projetuais: Marcos Acayaba, Jacobsen Arquitetura)



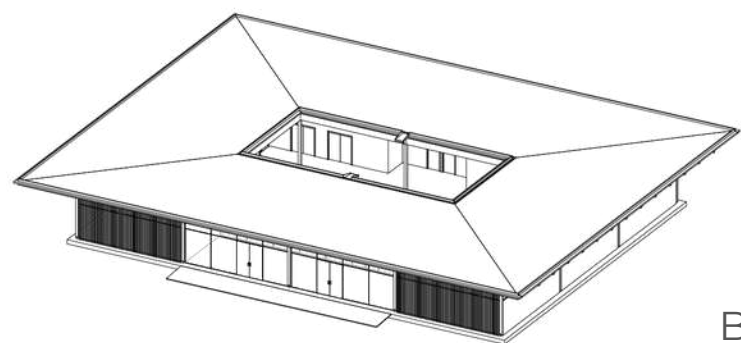
Estrutura de MLC modular de 8x8m, composta por pilares (18x18cm) e vigas (18x47cm; espaçamento de 2m)
(referências projetuais: Marcos Acayaba, ITA Construtora, Moradias Tocantins, Caderno de Detalhes Construtivos em MLC - Rewood, orientação de profissionais acadêmicos da área)



Sistema de vedação composto por painéis wood frame (estrutura de madeira, isolamento termoacústico e placa cimentícia), esquadrias de vidro e ripas de madeira que funcionam como brise e para privacidade em determinados ambientes
(referência projetual brises, ripas e madeira: Jacobsen Arquitetura)



Laje e piso de concreto



Bloco Central

BLOCO ZEN

A implantação do Bloco Zen, destinado à práticas corporais e mentais coletivas orientais, apresenta proximidade com a APP, com o córrego e com o espaço das águas, a fim de proporcionar uma imersão do espaço terapêutico com a natureza e quietude, favorecendo o trabalho com a saúde mental.

Conta com um edifício principal posicionado na saída do espaço das águas, marcado pelo lago ornamental que discorre sob o pátio do edifício e cai em três leves cascatas ao fundo, tornando o pátio um próprio mirante e espaço de contemplação. De forma a buscar uma maior naturalidade, o espelho d'água foi pensado em manta impermeável recoberta de areia e pedras, um habitat perfeito para carpas e peixes dentro da atmosfera zen, e com uma árvore central a ser admirada pelo pátio e pelos corredores.

Para complementar a ideia marcante da água, ao chover, a água do telhado discorre sobre as gárgulas metálicas e desembocam no espelho d'água, funcionando como uma própria cascata.

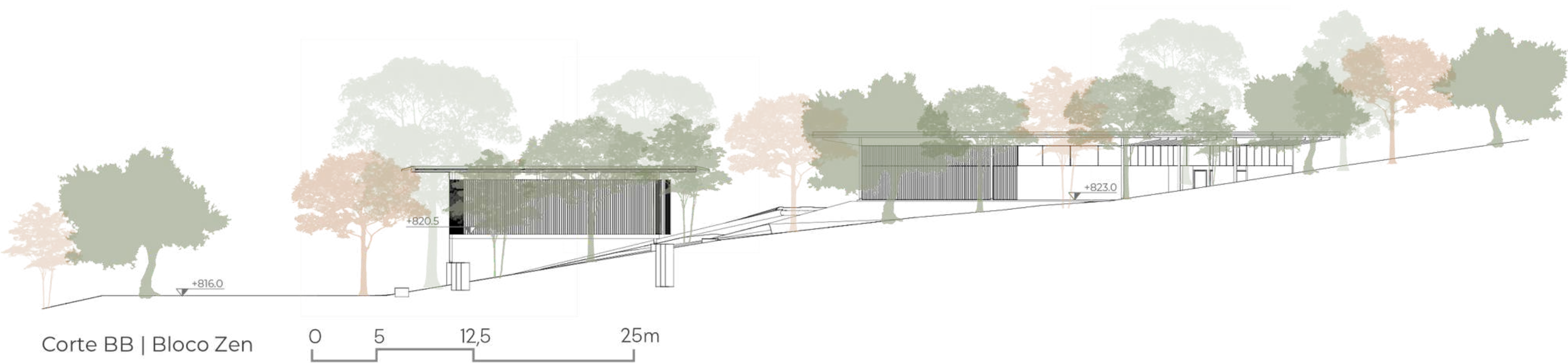
O Bloco também conta com o pavilhão livre próximo ao edifício principal, que se volta para o gramado e APP. O gramado foi pensado com a finalidade dessas práticas também serem ofertadas ao ar livre, sob o sol e a vegetação.

Dessa forma, cria-se esse espaço que é capaz de auxiliar na retomada da consciência da pessoa, que se torna observadora dos estímulos e experiências presentes ao seu redor.



Bloco Zen | Situação







LEGENDA

- 01 Sala de administração e curadoria
- 02 Copa e espaço de convivência funcionários
- 03 Almojarifado
- 04 Sanitários e vestiários
- 05 Sanitários e vestiários acessíveis
- 06 Salas de práticas
- 07 Pátio de contemplação e convivência

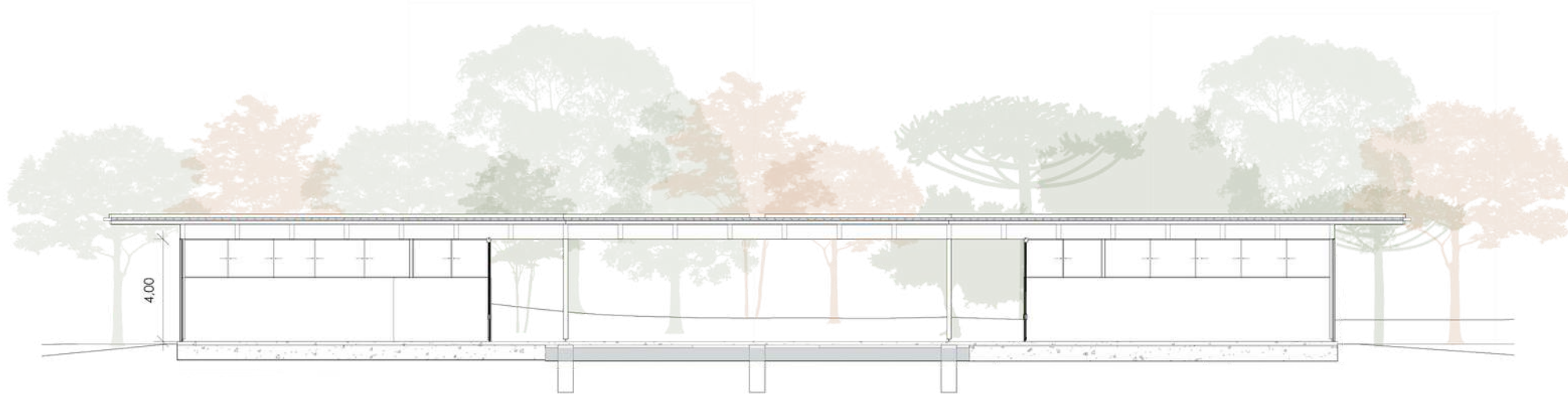
Térreo Bloco Zen Edifício



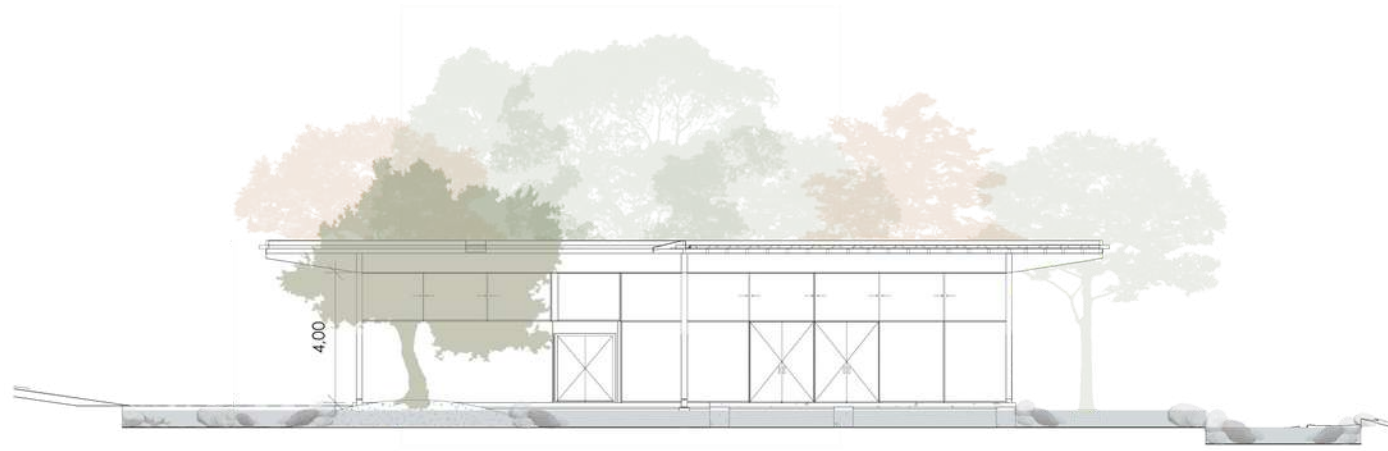






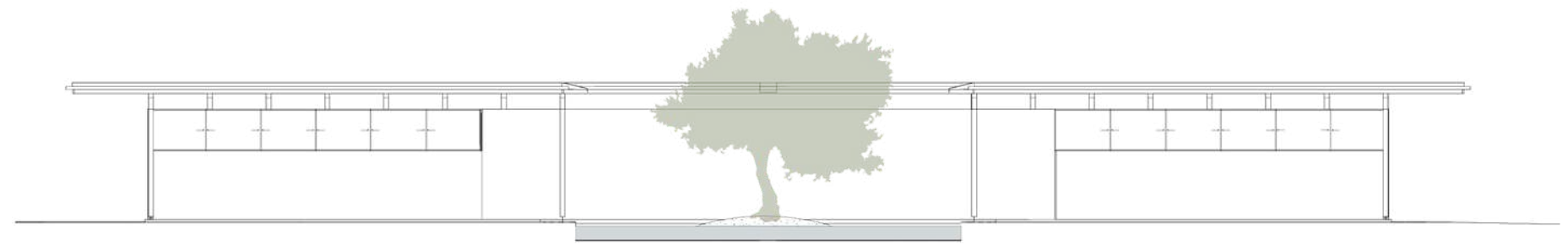


Bloco Zen | Corte Longitudinal

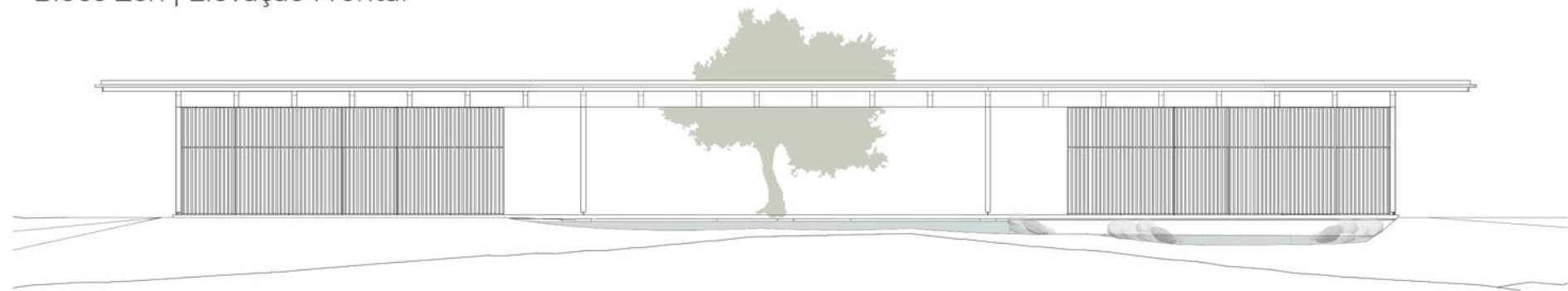


Bloco Zen | Corte Transversal

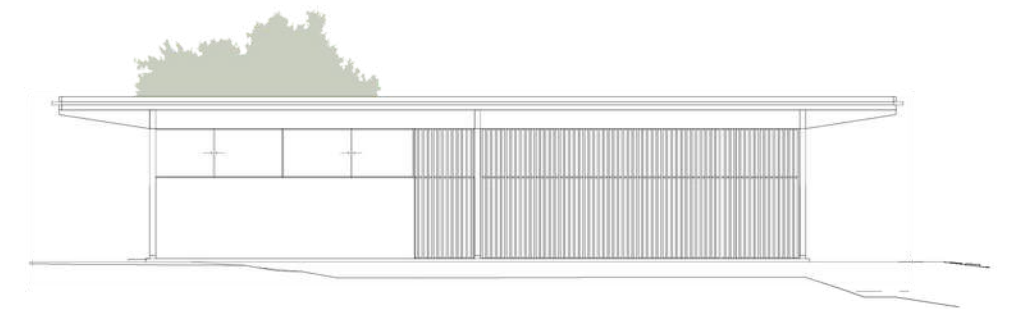
0 2 4 8 20



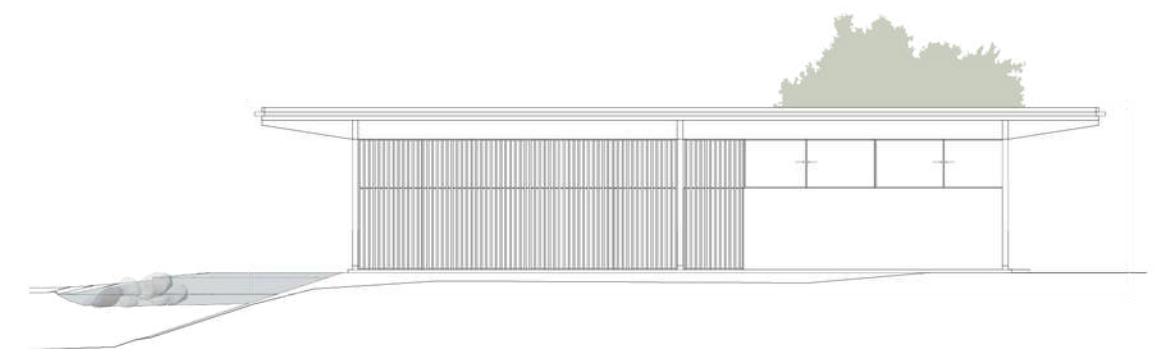
Bloco Zen | Elevação Frontal



Bloco Zen | Elevação Posterior



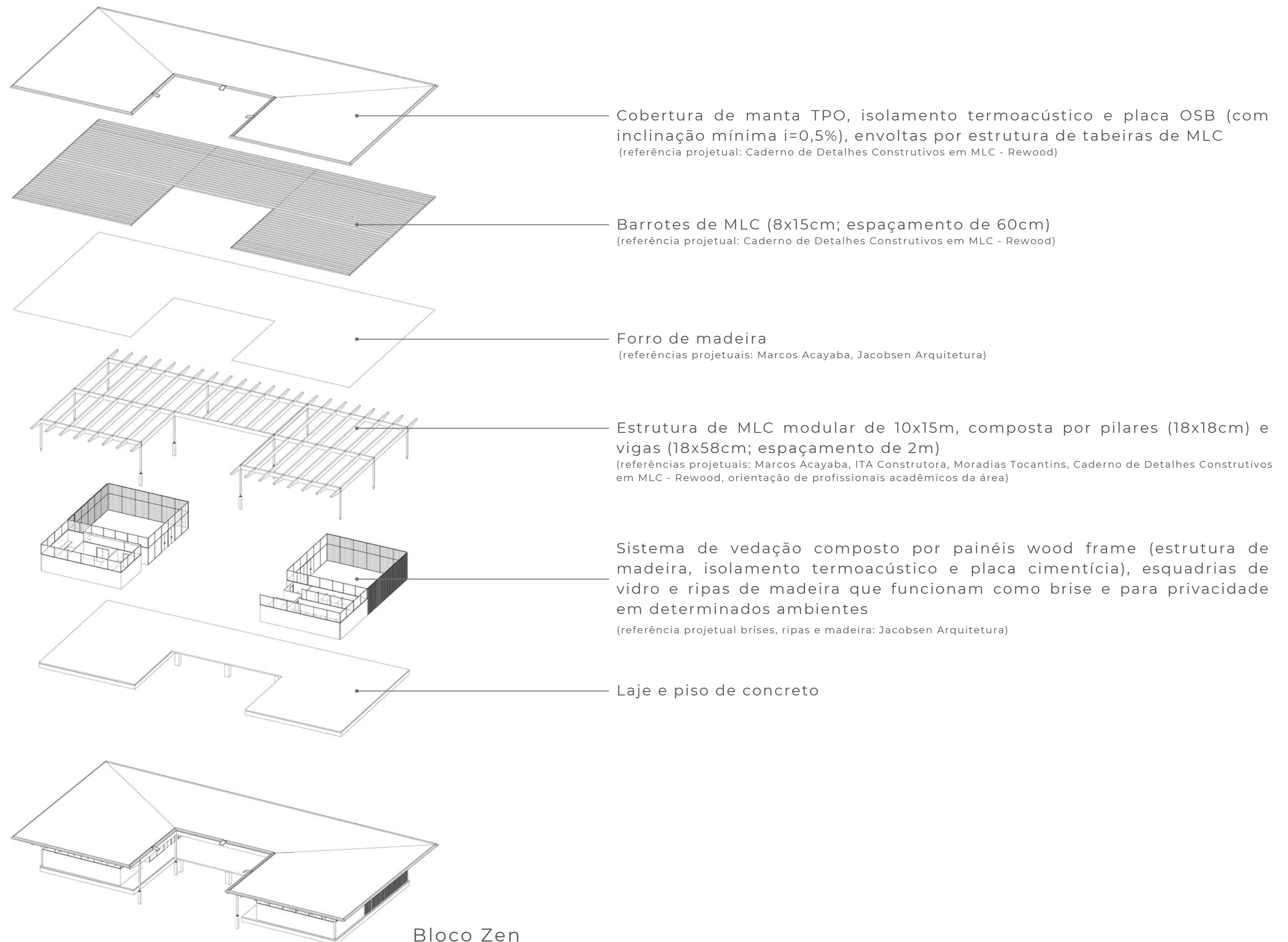
Bloco Zen | Elevação Lateral A



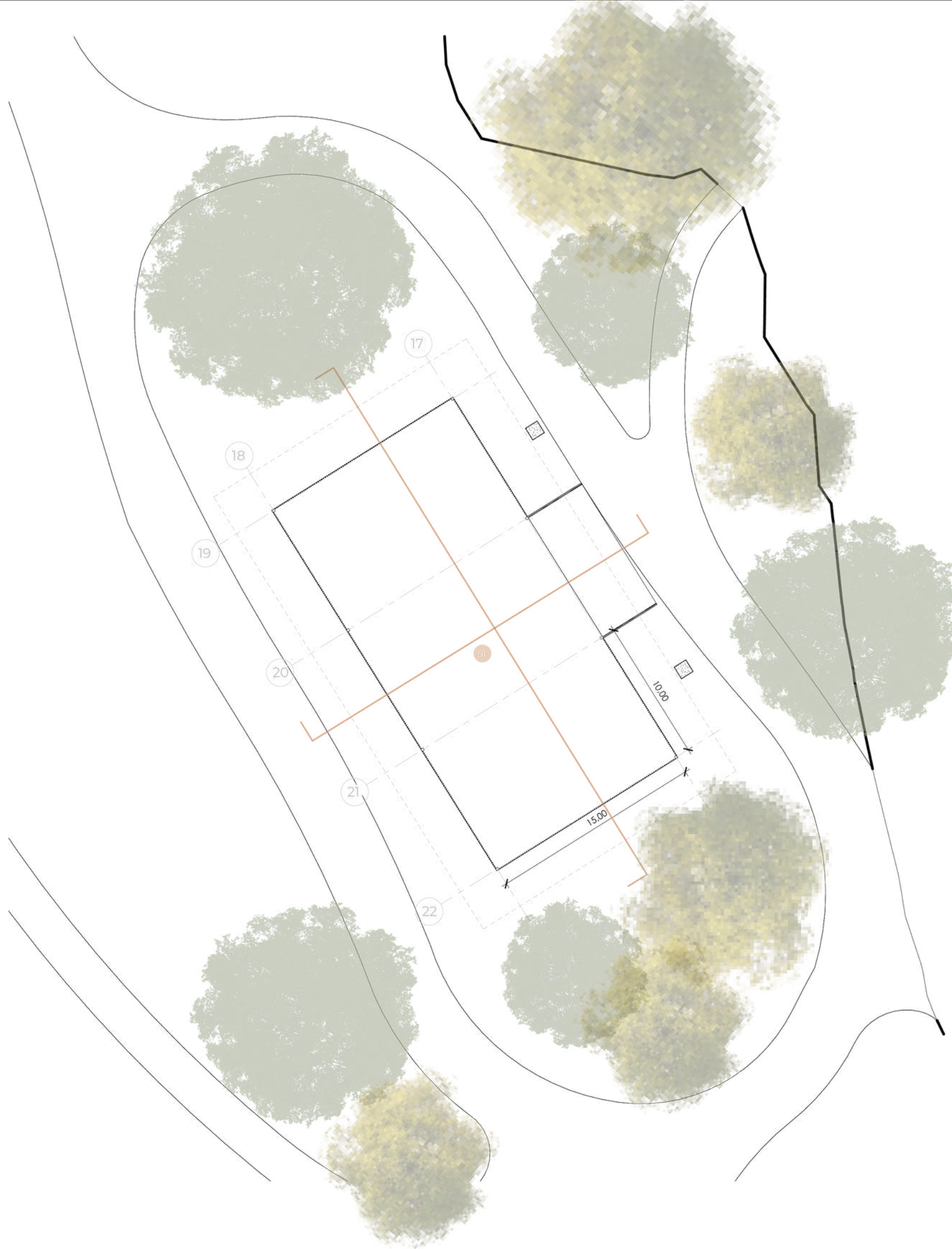
Bloco Zen | Elevação Lateral B

0 2 4 8 20





PAVILHÃO ZEN



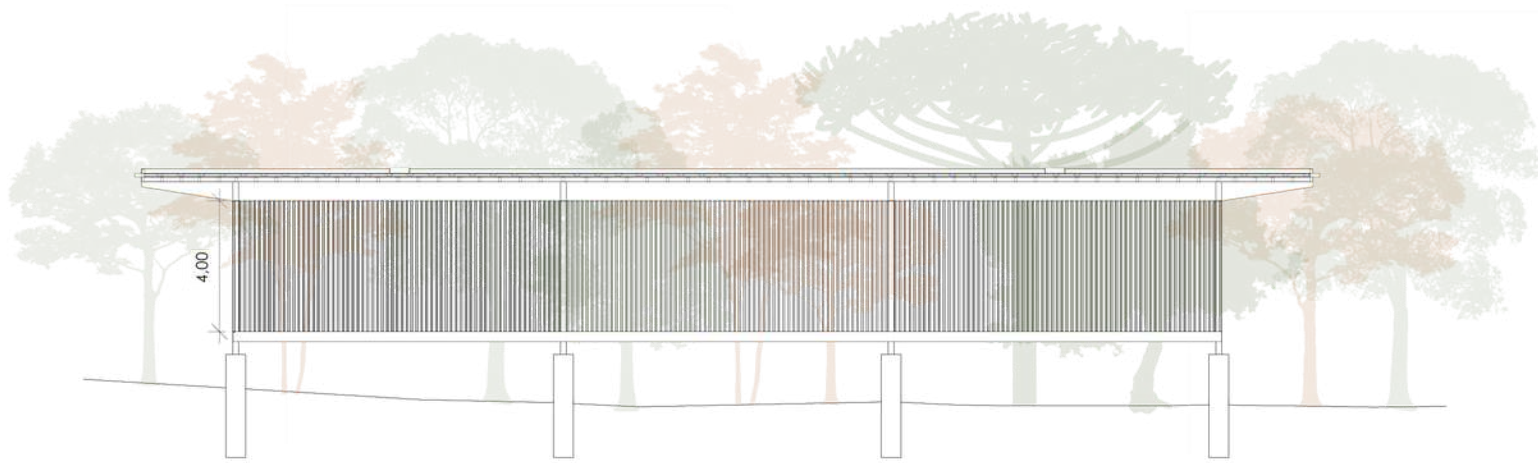
LEGENDA

01 Pavilhão livre para práticas

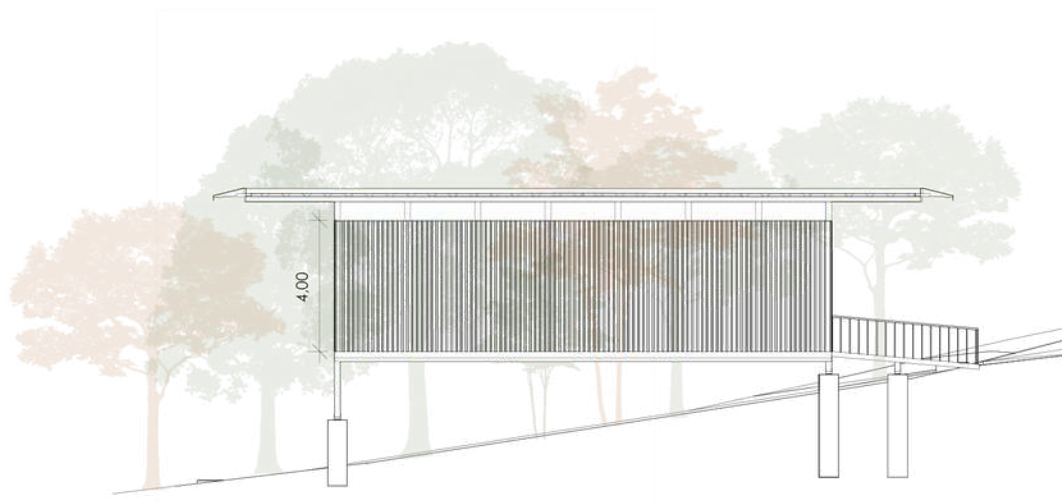
Térreo Bloco Zen Pavilhão



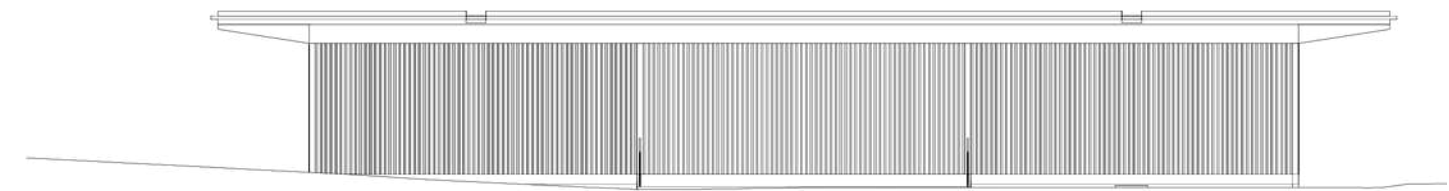




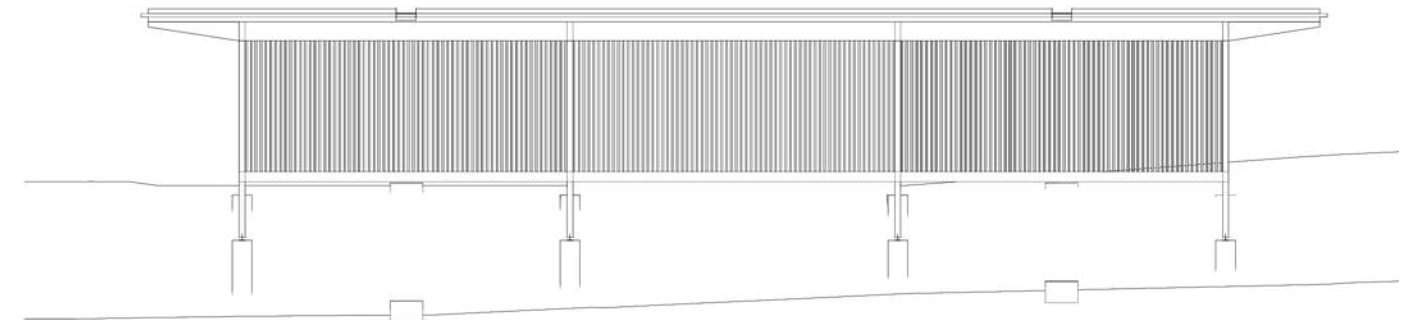
Pavilhão Zen | Corte Longitudinal



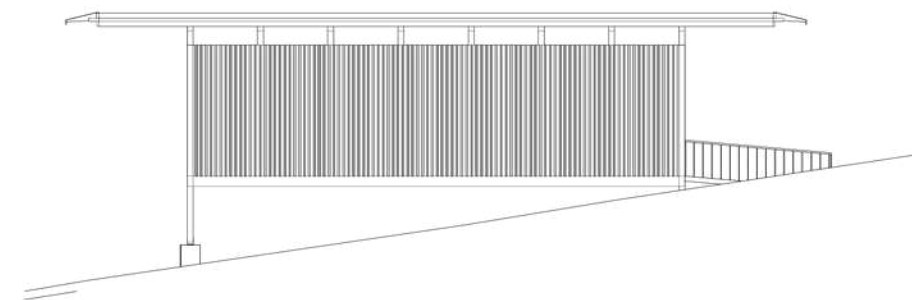
Pavilhão Zen | Corte Transversal



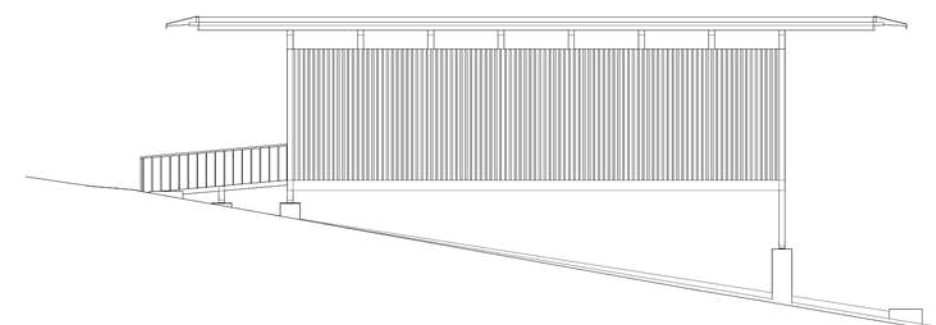
Pavilhão Zen | Elevação Frontal



Pavilhão Zen | Elevação Posterior

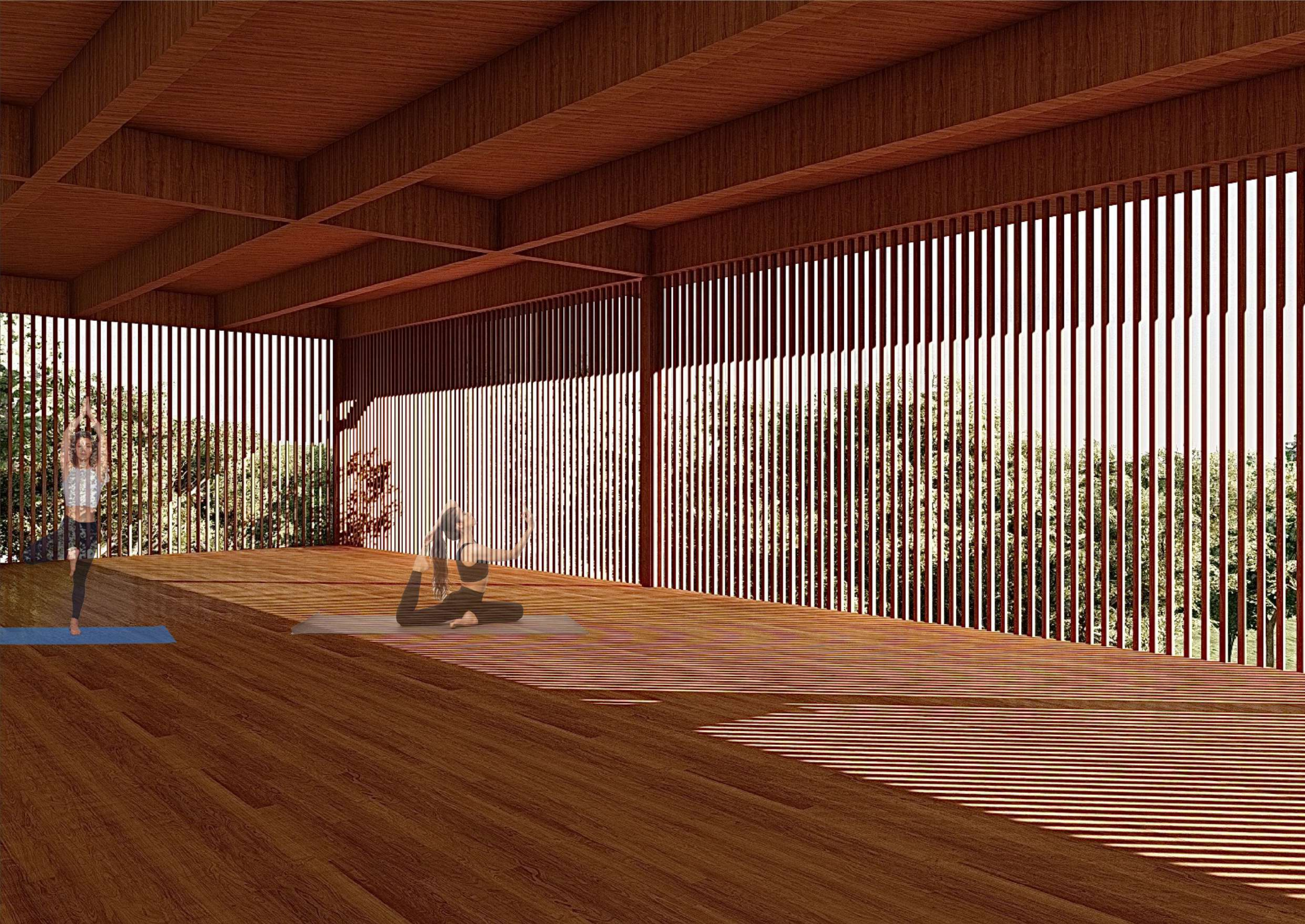


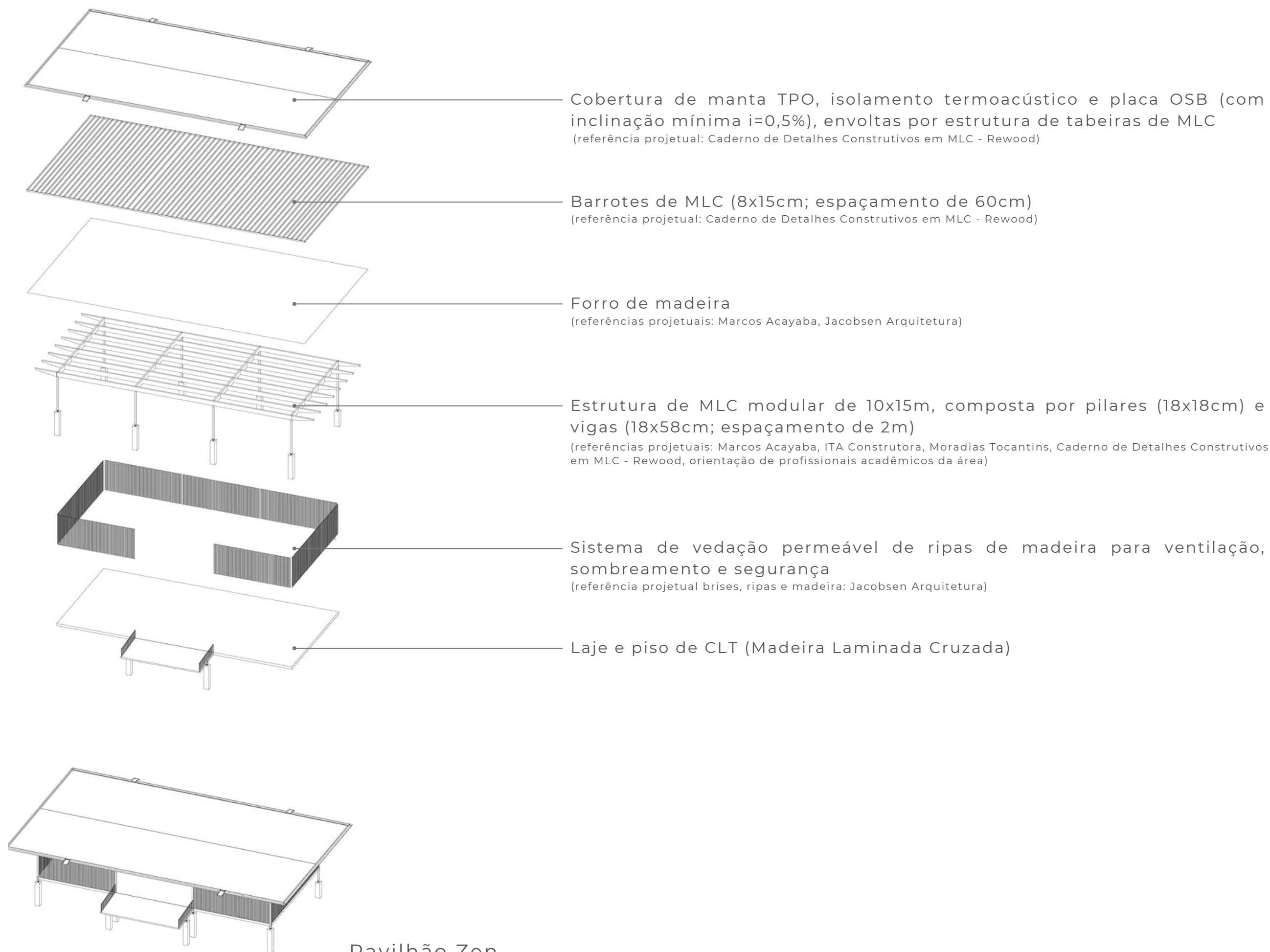
Pavilhão Zen | Elevação Lateral B



Pavilhão Zen | Elevação Lateral A





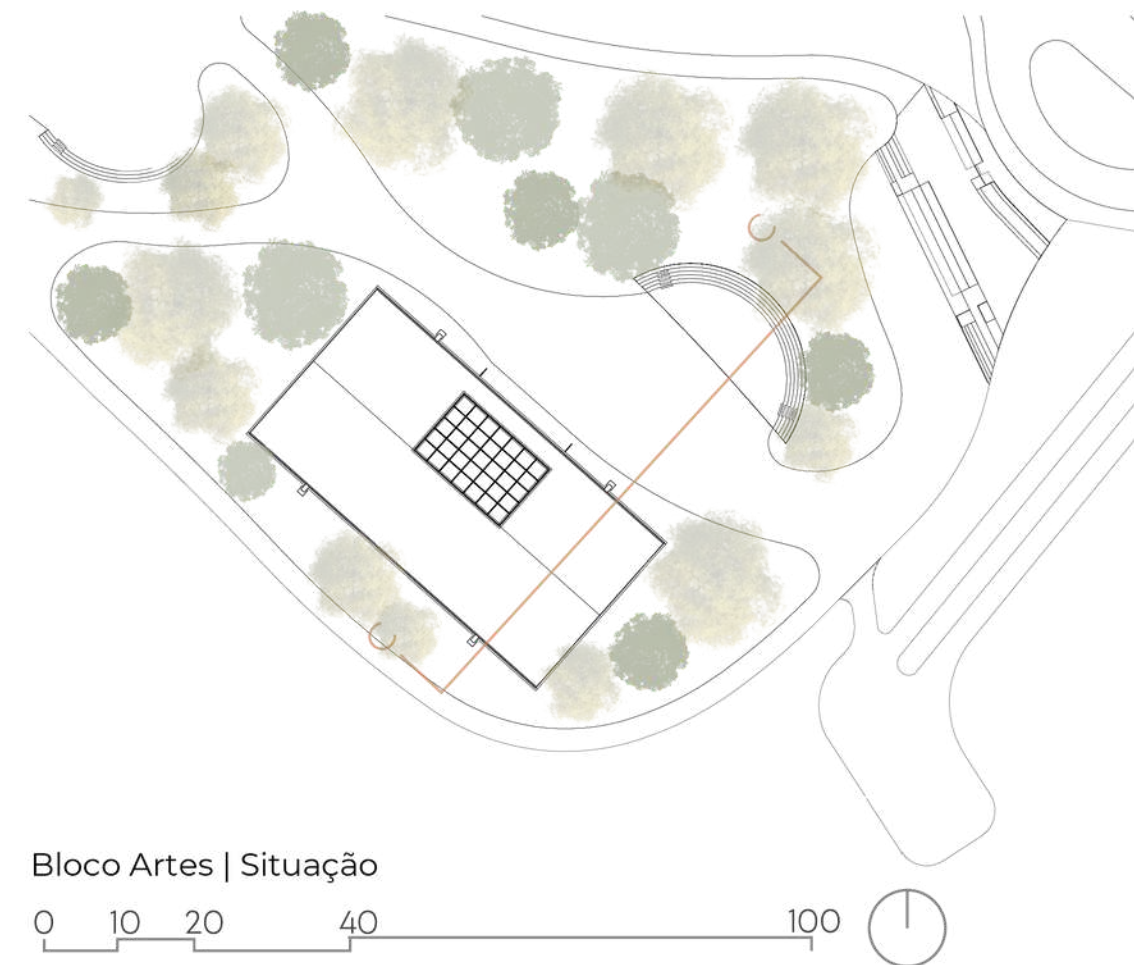


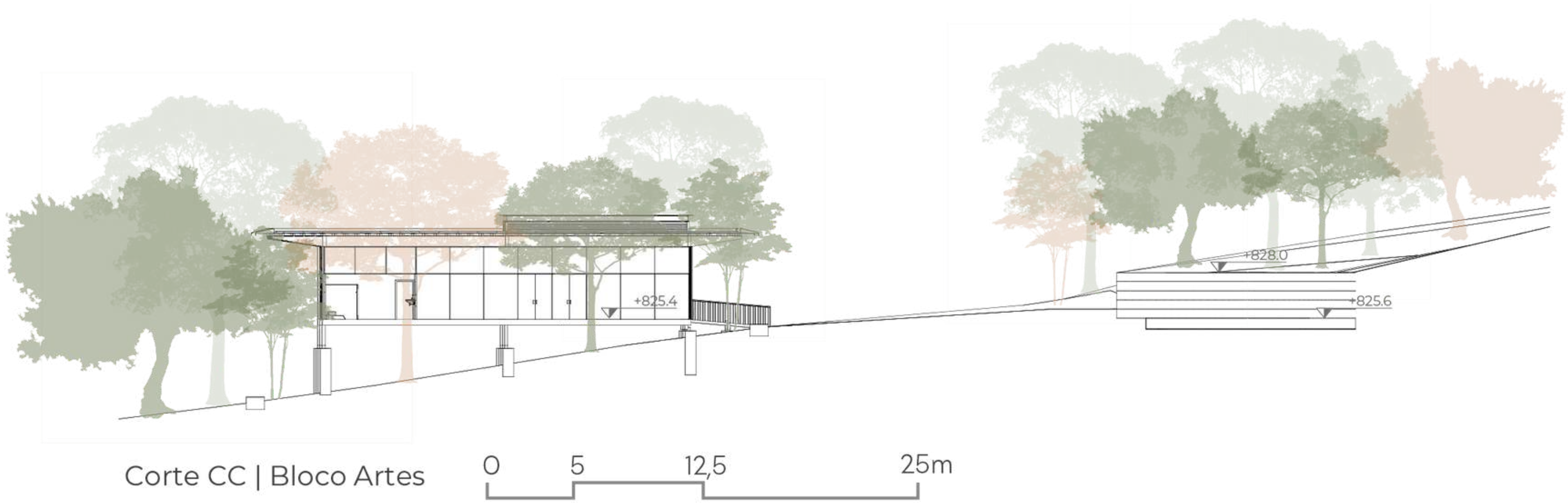
BLOCO ARTES

A intenção de se pensar o Bloco das Artes, foi de reunir atividades terapêuticas lúdicas que exerçam coletividade e sociabilidade, permitindo formas de expressão, criação e satisfação de necessidades individuais e sociais.

Para isso, inclui-se um edifício principal associado à um pavilhão arena que possa servir tanto para as práticas das PICS, como também ser aberto para a cidade.

Nesse sentido, o Bloco foi pensado como um espaço mais urbano, próximo ao acolhimento de acesso e ao bairro e cidade.





LEGENDA

- 01 Pátio de convivência
- 02 Sala de teatro e música
- 03 Ateliê de arteterapia
- 04 Sala de ballet e de danças
- 05 Sanitários e vestiários
- 06 Sanitários e vestiários acessíveis
- 07 Almoxarifado
- 08 Copa e espaço de convivência funcionários
- 09 Sala de administração e curadoria
- 10 Arena de apresentações, práticas e convivência

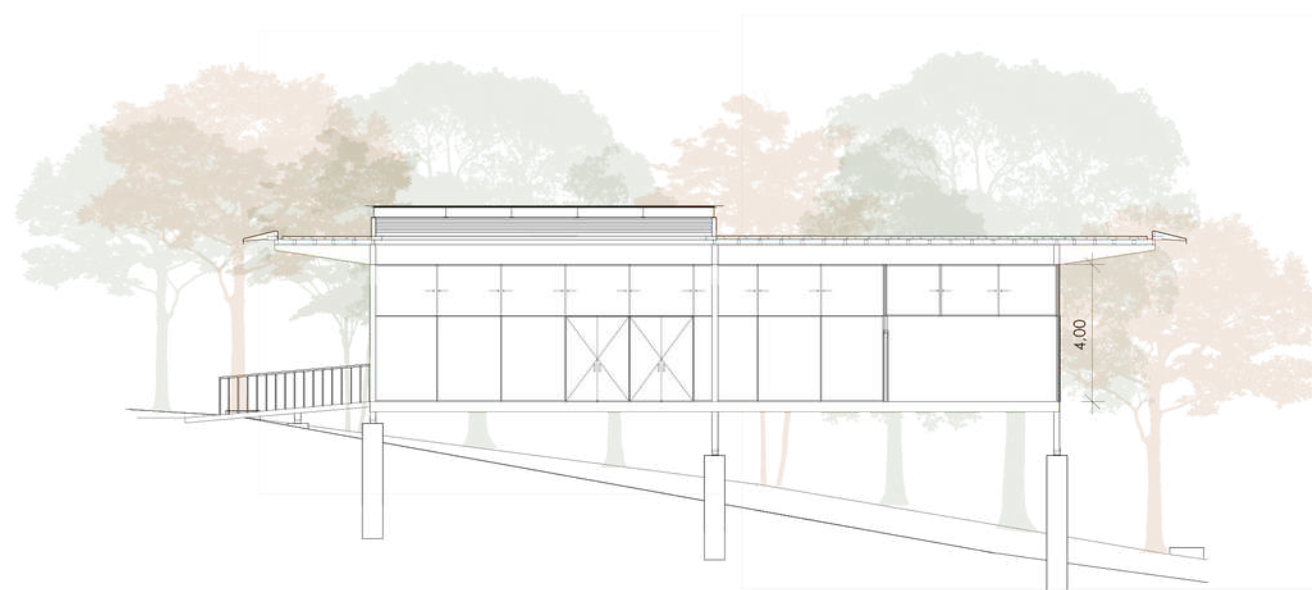
Térreo Bloco Artes





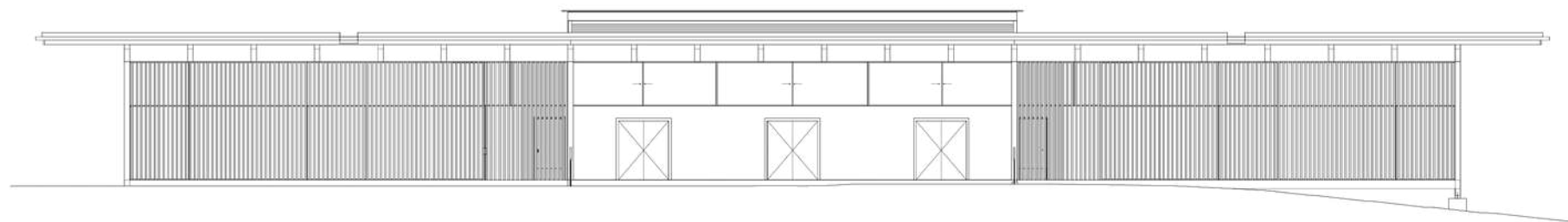


Bloco Artes | Corte Longitudinal

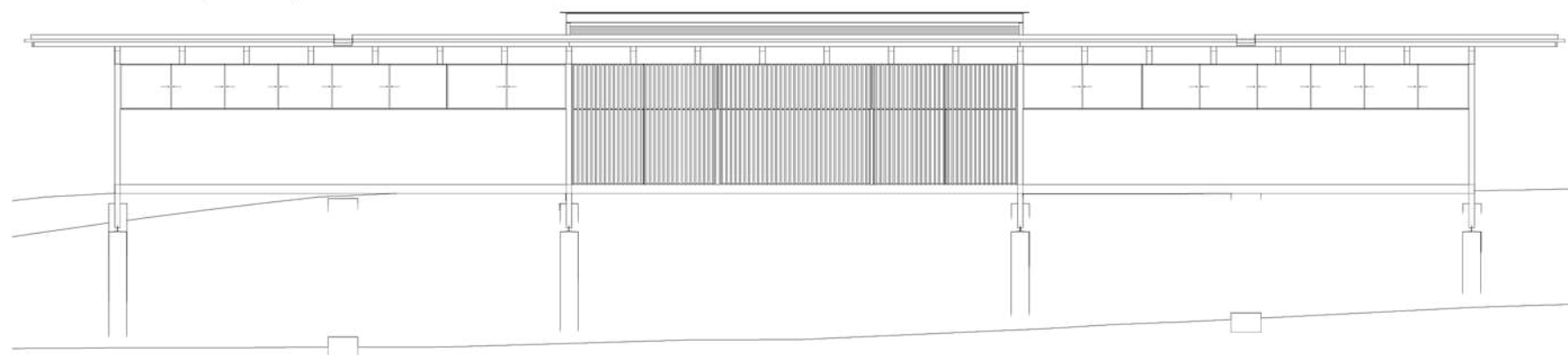


Bloco Artes | Corte Transversal

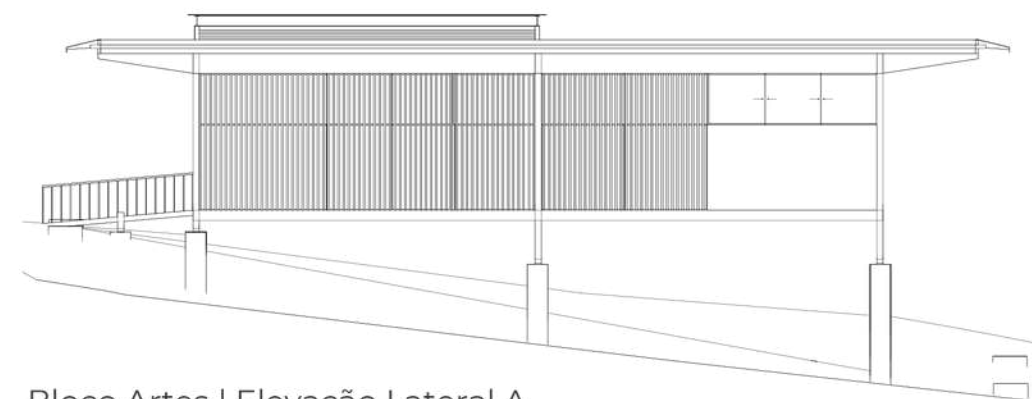
0 2 4 8 20



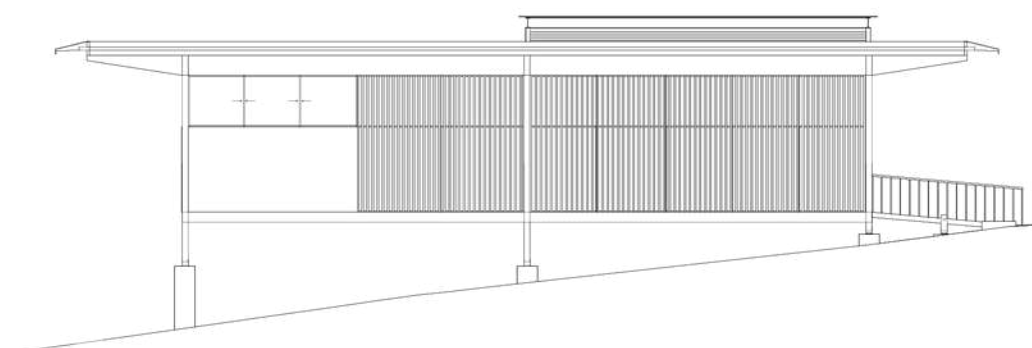
Bloco Artes | Elevação Frontal



Bloco Artes | Elevação Posterior

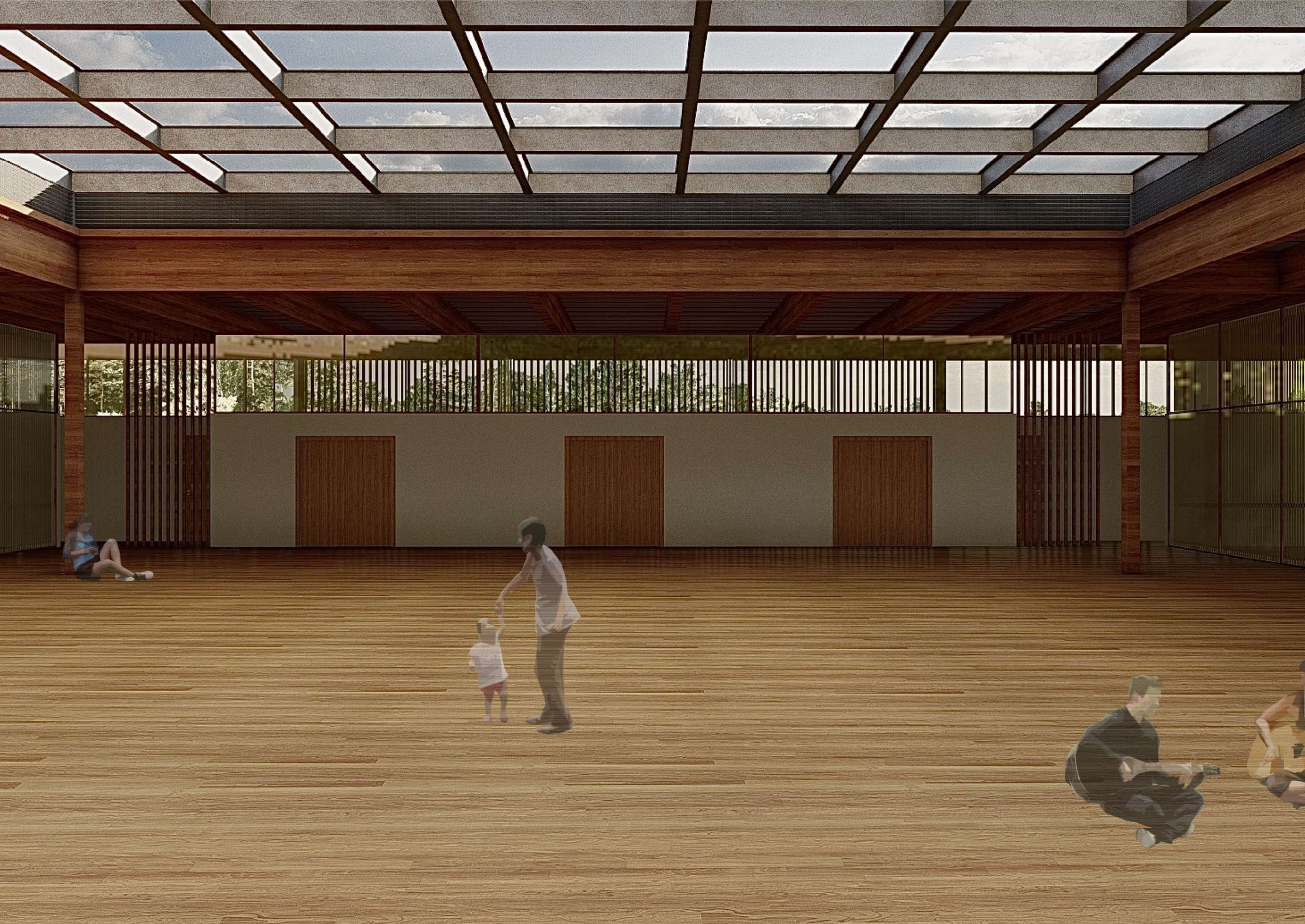


Bloco Artes | Elevação Lateral A

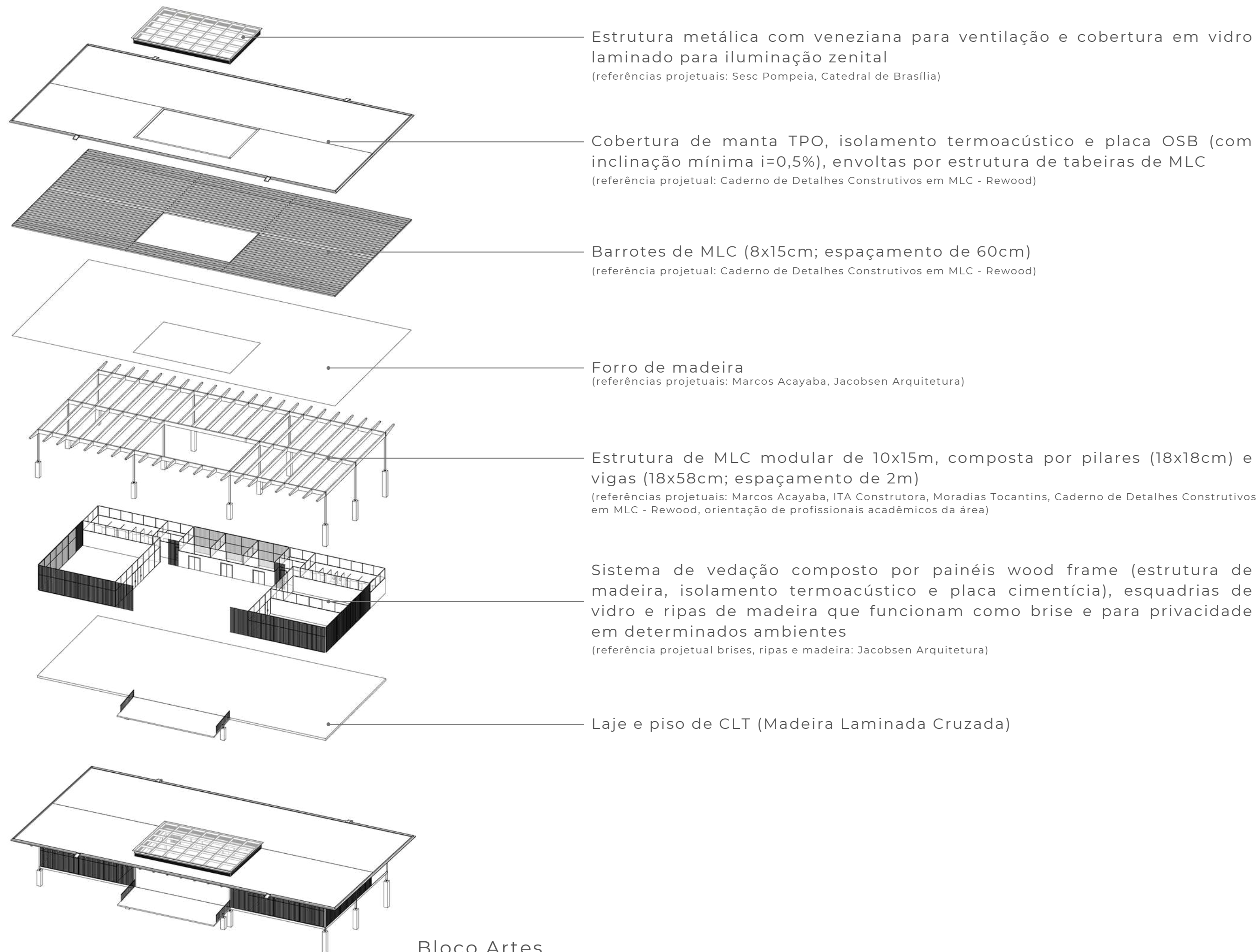


Bloco Artes | Elevação Lateral B

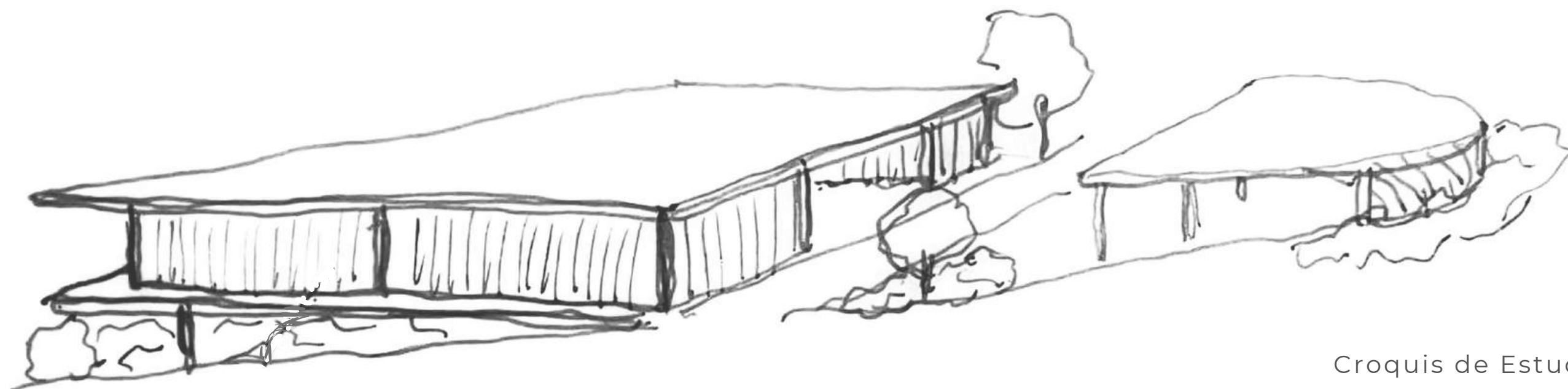
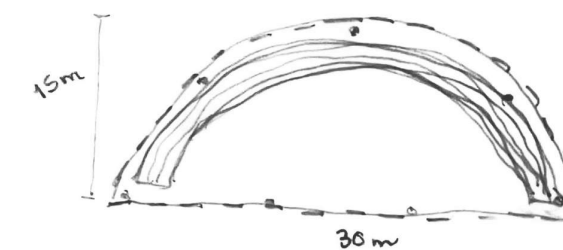
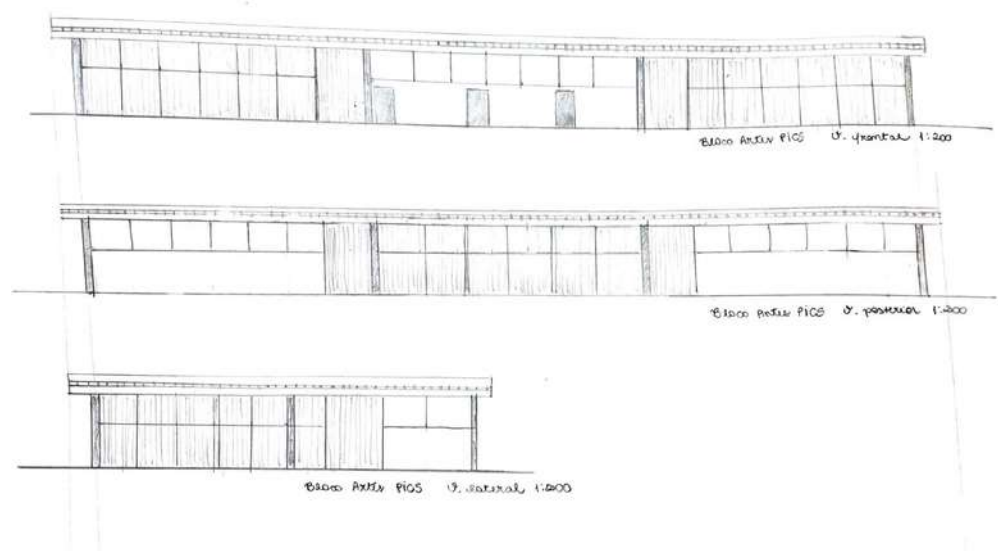
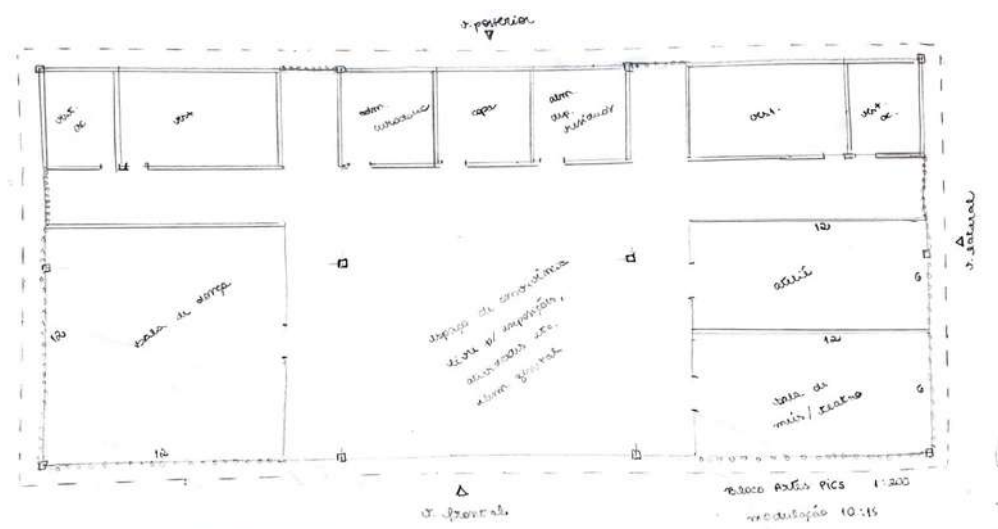








Bloco Artes



CENTRO DE CONVIVÊNCIA E PIQUENIQUE

Se conecta com os blocos das PICS, de forma que o espaço de alimentação e piquenique se torna um centro de convivência entre eles.

Pensado em um espaço principal coberto, que centraliza os stands de alimentação e dispõe as mesas e sofás ao redor, e um terraço em formato de L, parte descoberto, voltado para a APP e pôr-do-sol, de forma a se contemplar a paisagem.

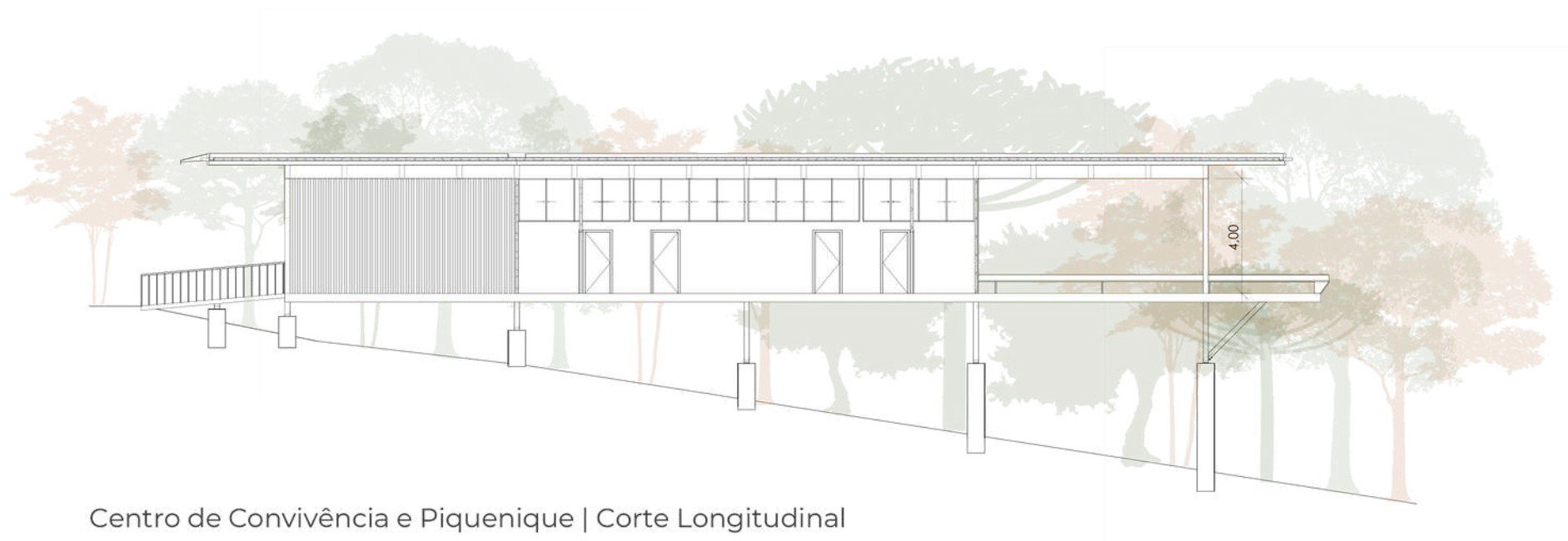


LEGENDA

- 01 Acolhimento
- 02 Sanitários acessíveis
- 03 Sanitários
- 04 Stands de alimentação com cozinha industrial própria
- 05 Despensa/Depósito
- 06 Espaço de piquenique
- 07 Varanda

Térreo Centro de Convivência e Piquenique

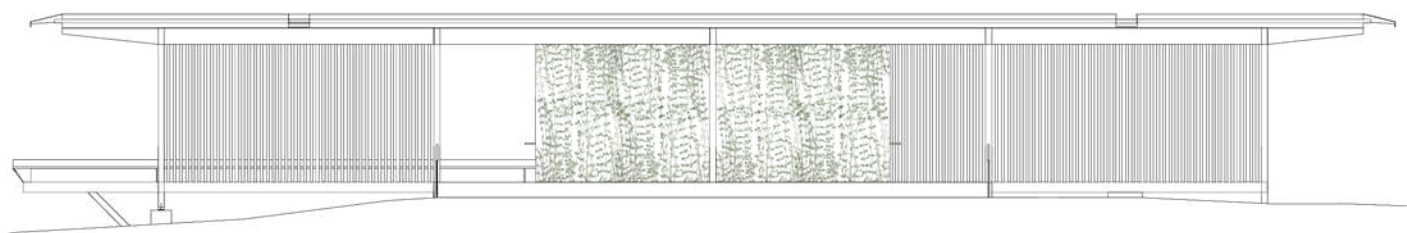




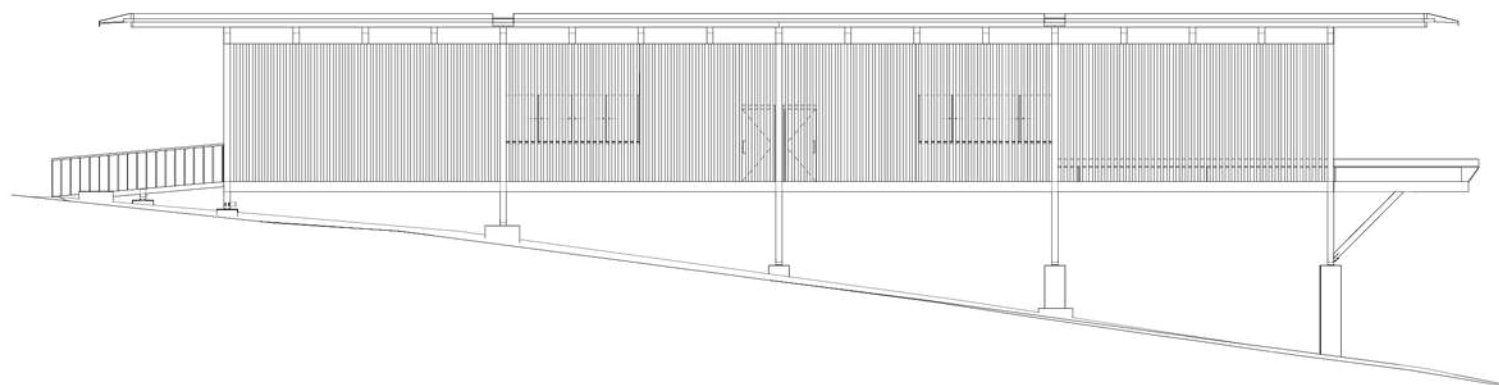
Centro de Convivência e Piquenique | Corte Longitudinal

0 2 4 8 20

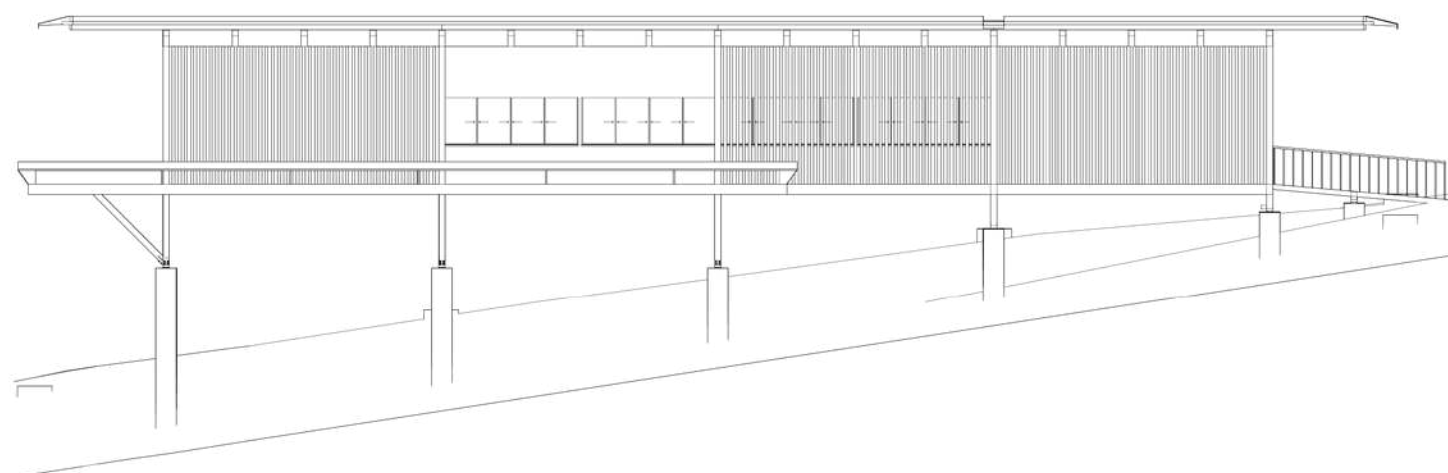




Centro de Convivência e Piquenique | Elevação Frontal



Centro de Convivência e Piquenique | Elevação Lateral A

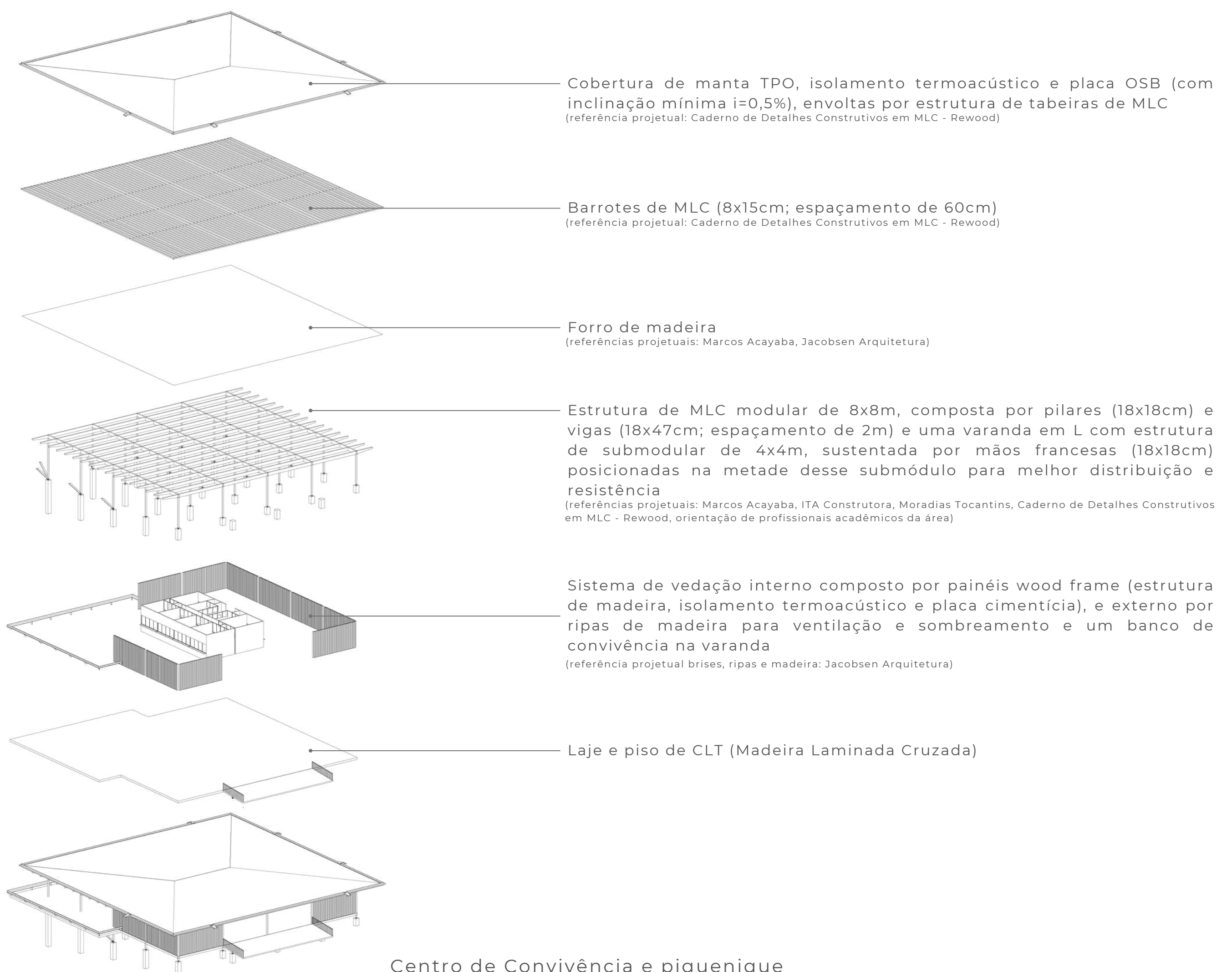


Centro de Convivência e Piquenique | Elevação Lateral B



Centro de Convivência e Piquenique | Elevação Posterior

0 2 4 8 20



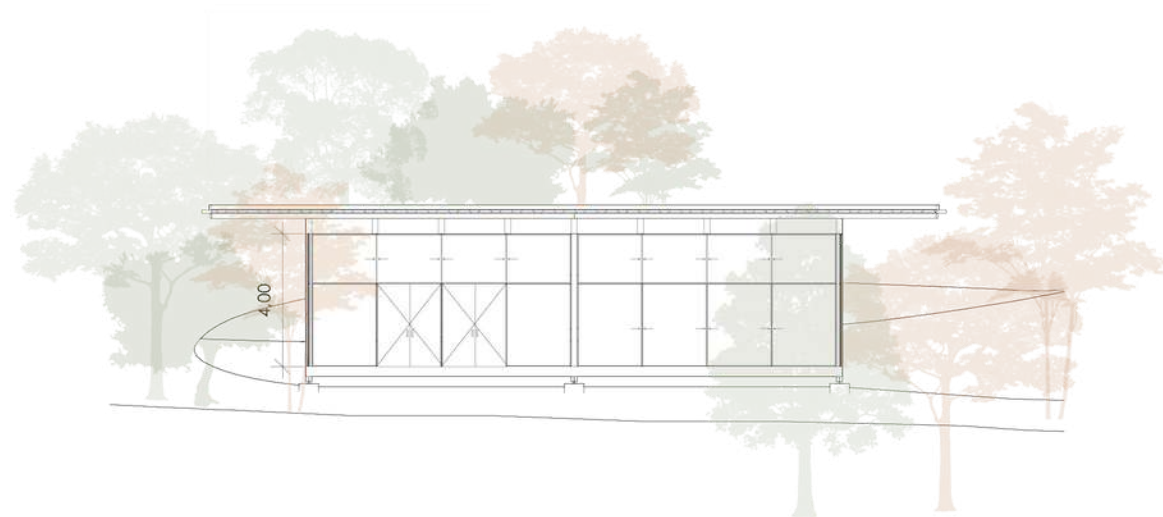
PAVILHÃO DE LEITURA INFANTIL

Localiza-se nos espaços infantis do parque, nas proximidades dos jardins de flores, e em combinação com um espaço lúdico de esferas de cimento que jorram água e com um espaço de areia e escorregadores de madeira. O conjunto, dessa forma, acaba de tornando uma ótima ferramenta de explorar a multissensorialidade das crianças, bem como tato, olfato, visão.

Relacionado à forma terapêutica de bem-estar, lazer e aprendizado da criança, o pavilhão é pensado na presença da materialidade de madeira, com ampla iluminação e contato com a natureza, e que apresenta espaços lúdicos e aconchegantes para leitura.





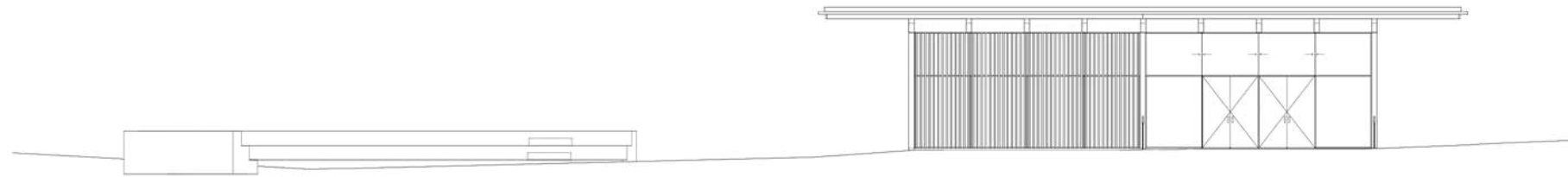


Pavilhão de Leitura Infantil | Corte Longitudinal

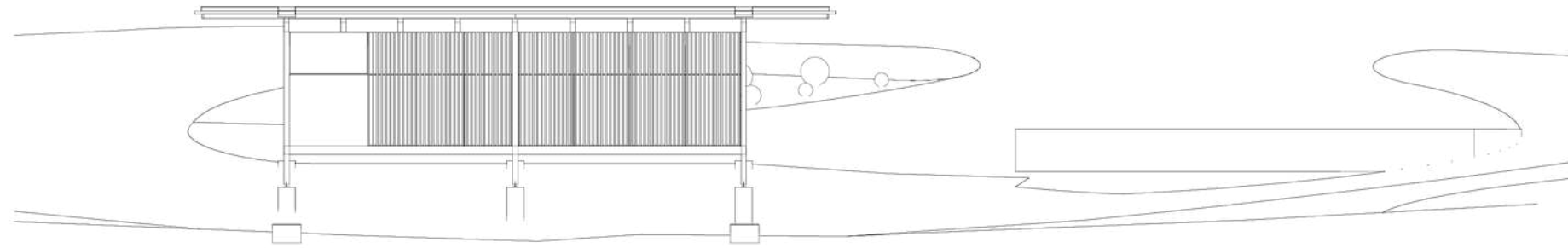


Pavilhão de Leitura Infantil | Corte Transversal

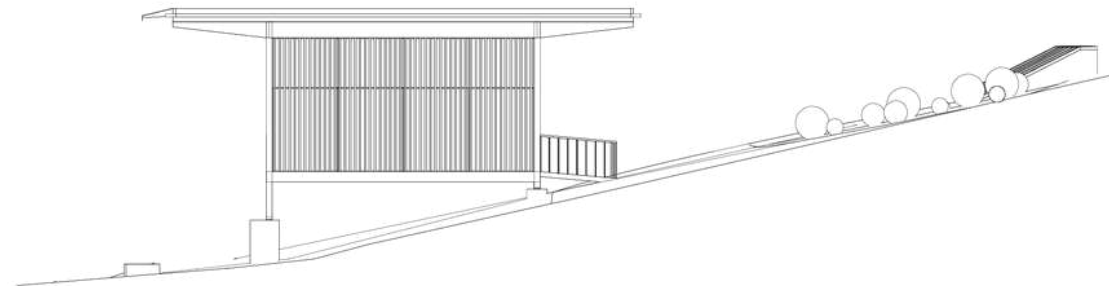
0 2 4 8 20



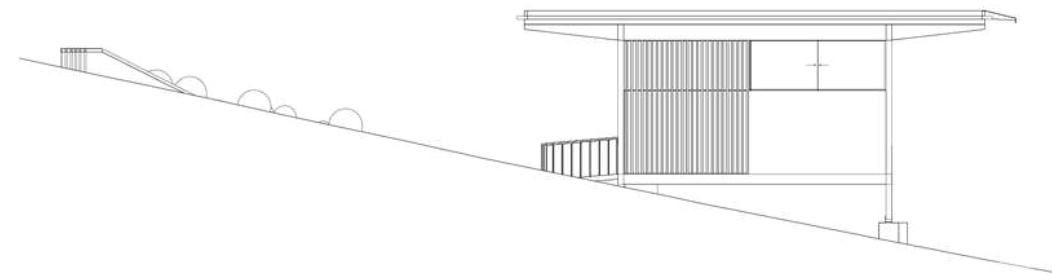
Pavilhão de Leitura Infantil | Elevação Frontal



Pavilhão de Leitura Infantil | Elevação Posterior



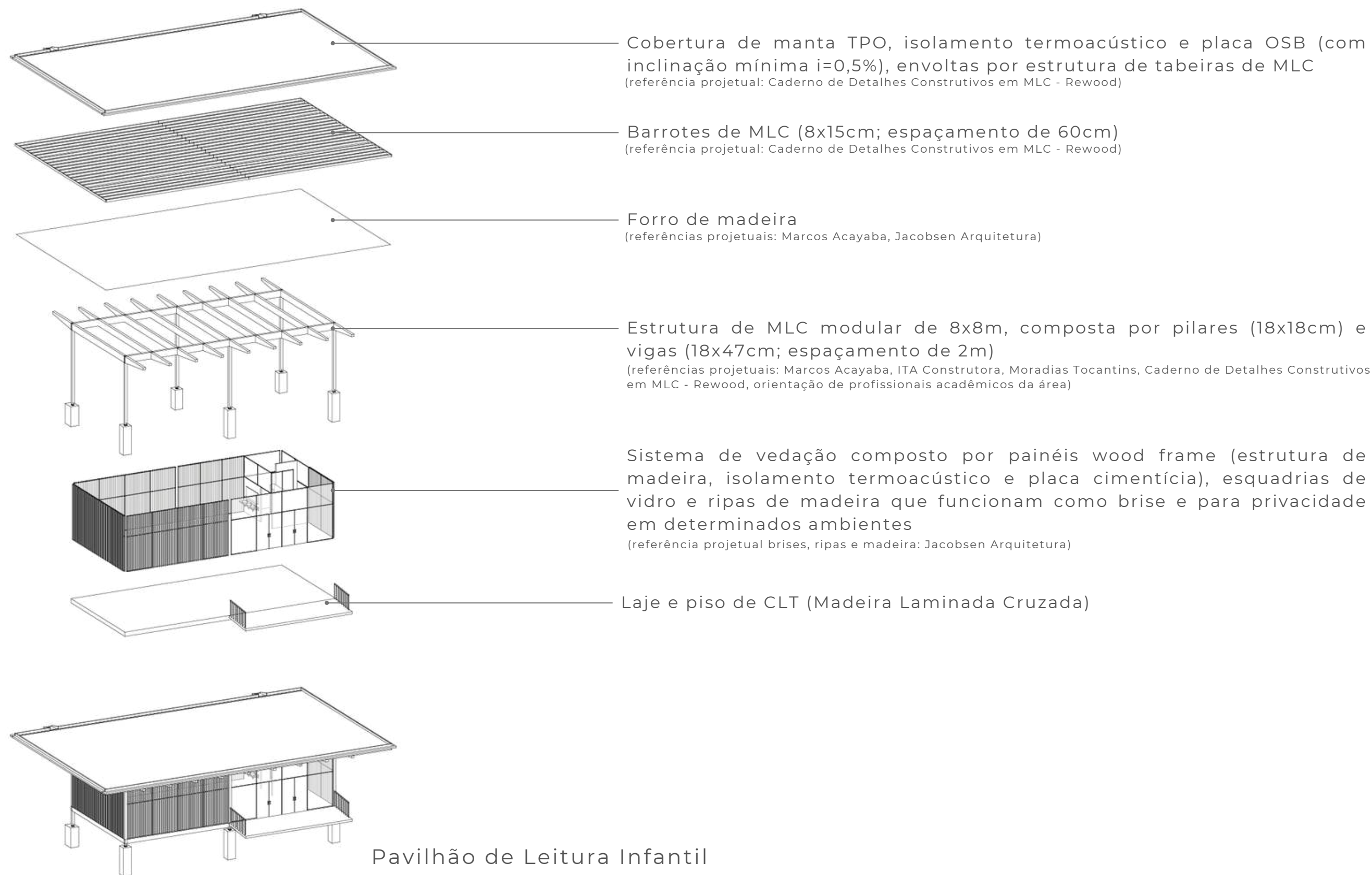
Pavilhão de Leitura Infantil | Elevação Lateral A

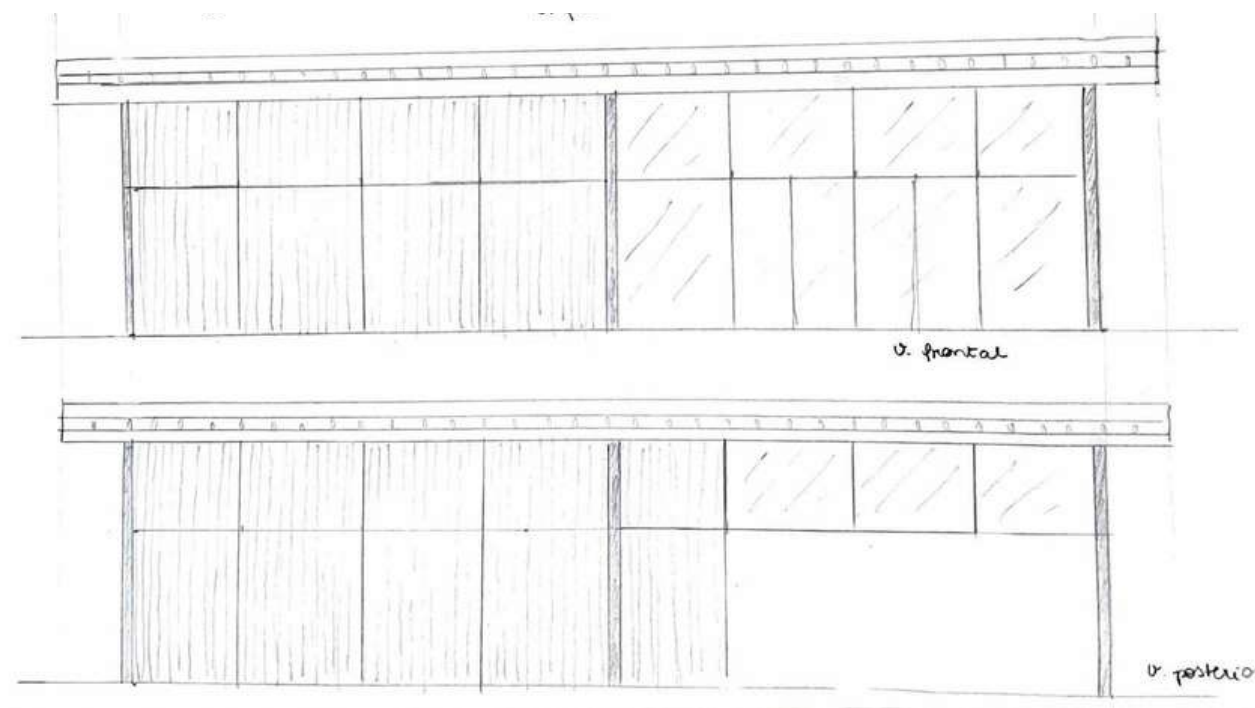
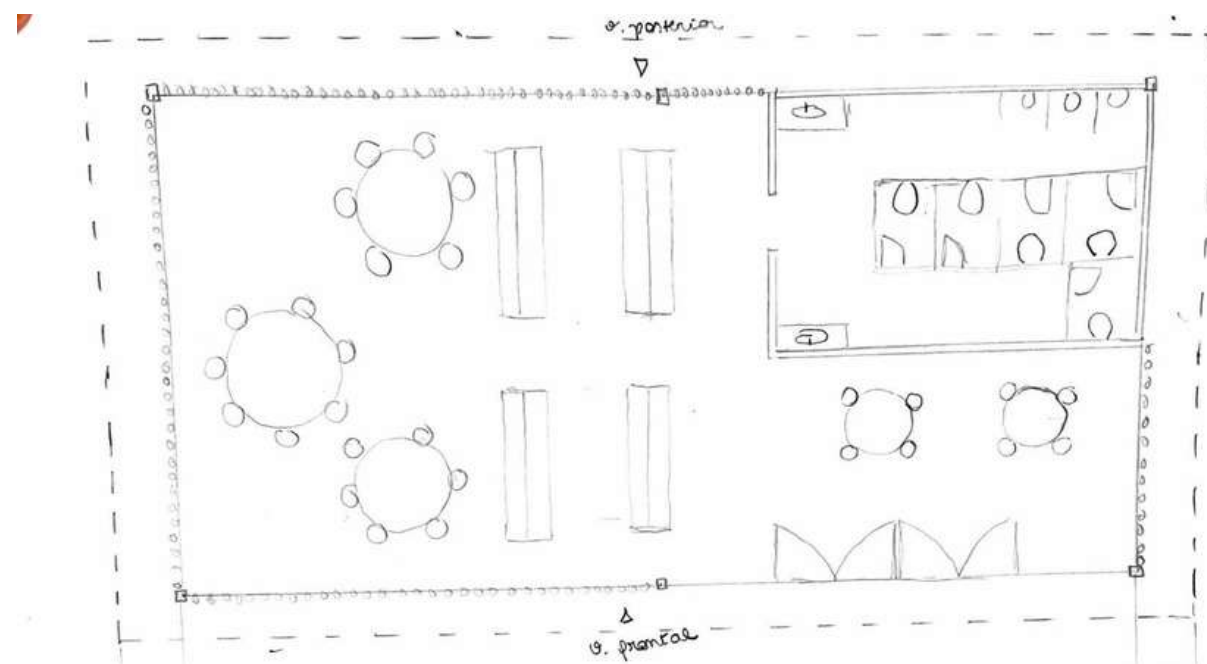


Pavilhão de Leitura Infantil | Elevação Lateral B



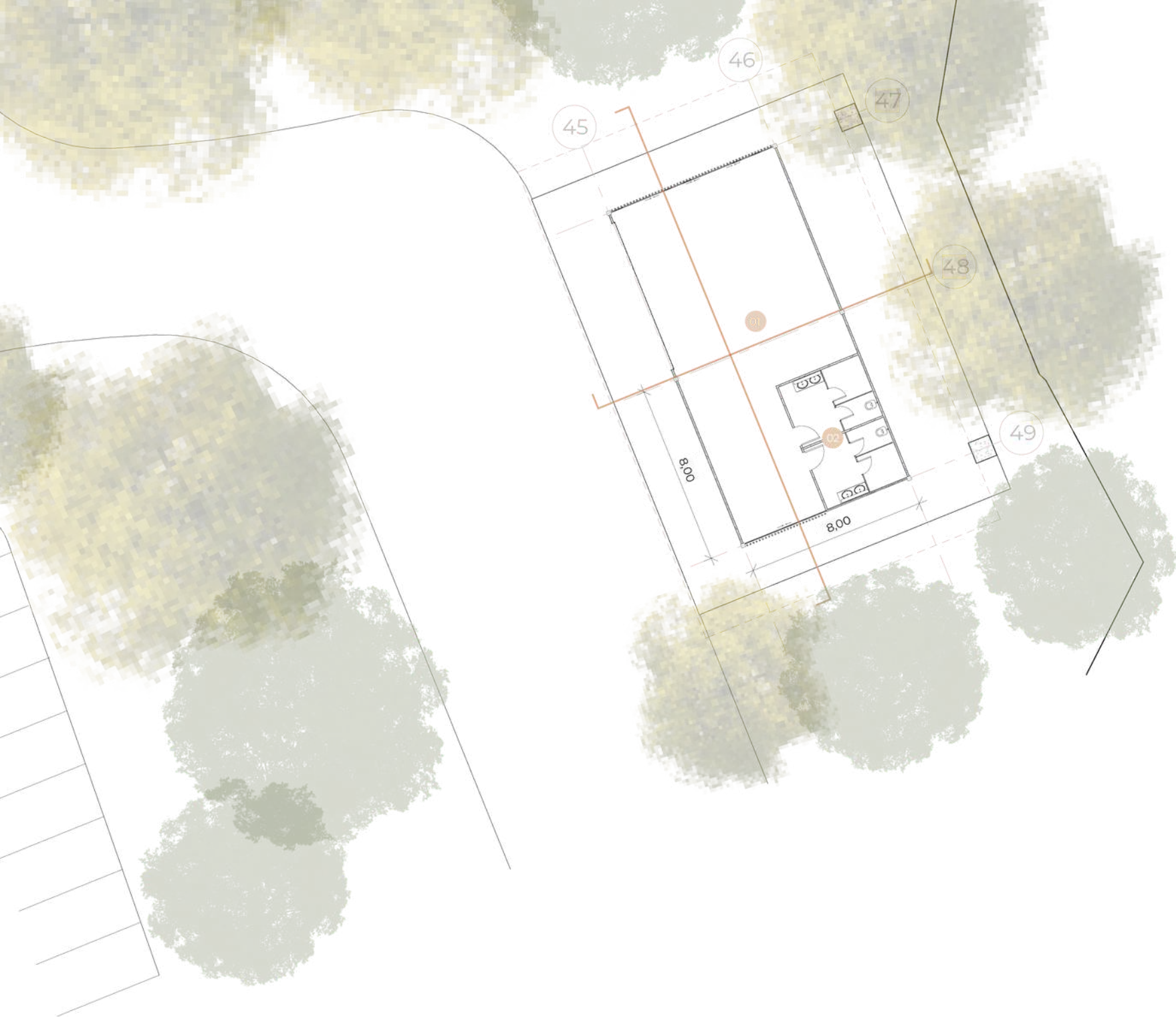






APOIO

Os blocos de apoio foram pensados como espaços de auxílio e armazenamento de equipamentos de manutenção para o parque. Um posicionado no estacionamento principal, de forma que facilita o transporte de equipamentos, e um posicionado no espaço das hortas, a fim de se armazenar equipamentos de jardinagem.

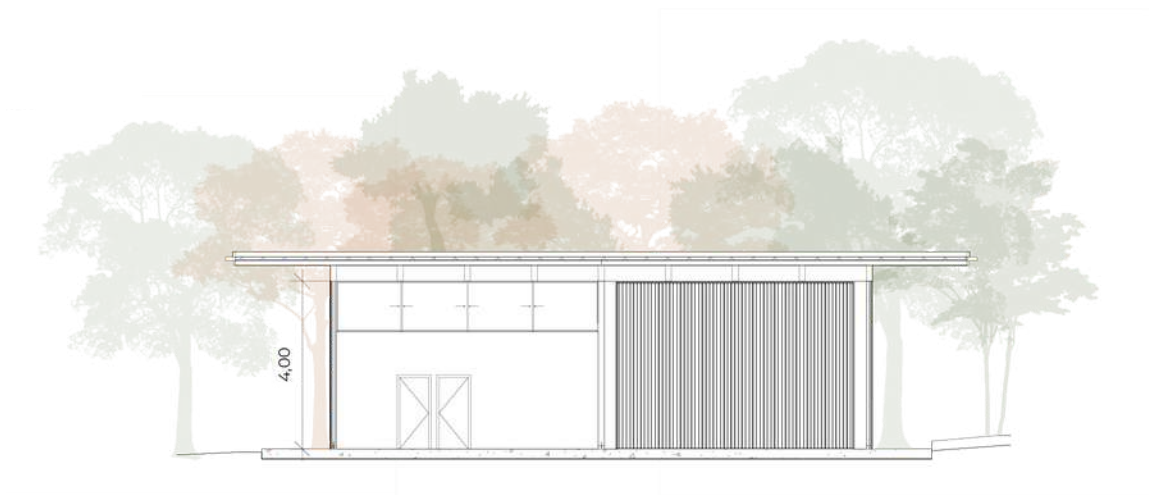


LEGENDA

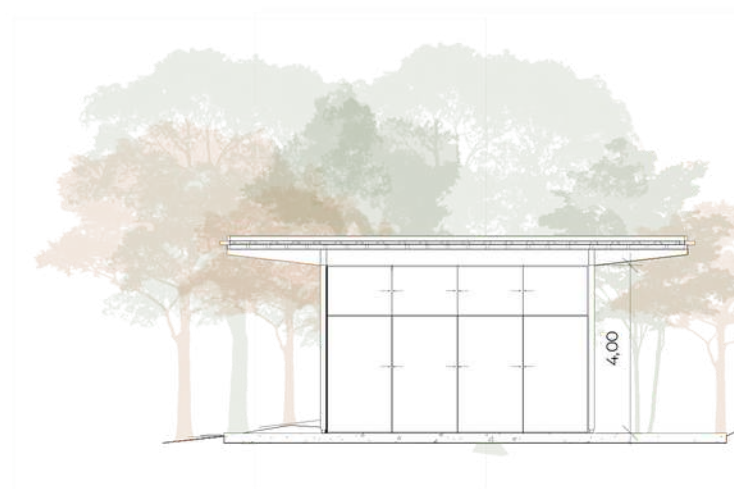
- 01 Espaço para equipamentos de manutenção
- 02 Vestiários e sanitários funcionários

Térreo Apoio

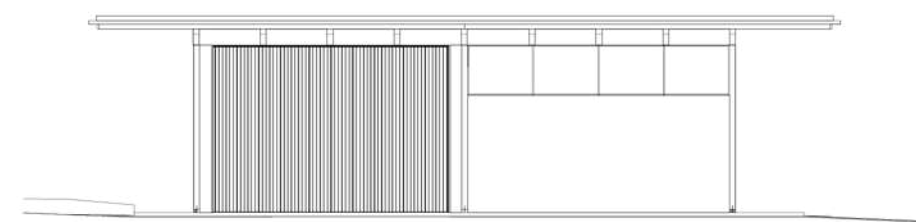




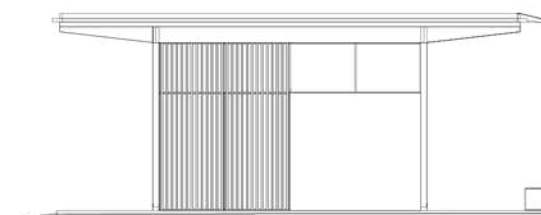
Apoio | Corte Longitudinal



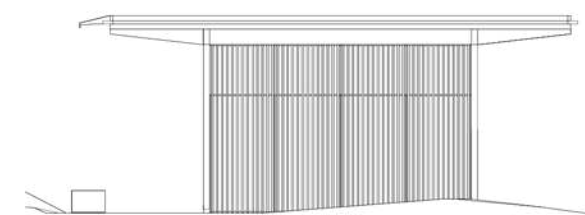
Apoio | Corte Transversal



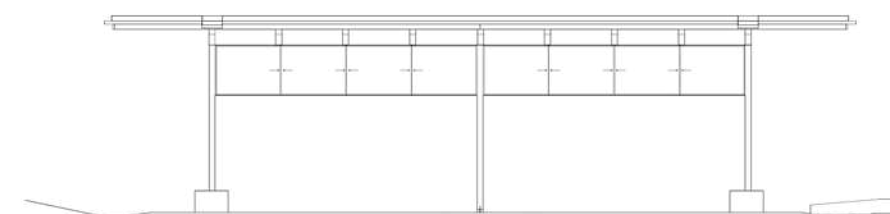
Apoio | Elevação Frontal



Apoio | Elevação Lateral A

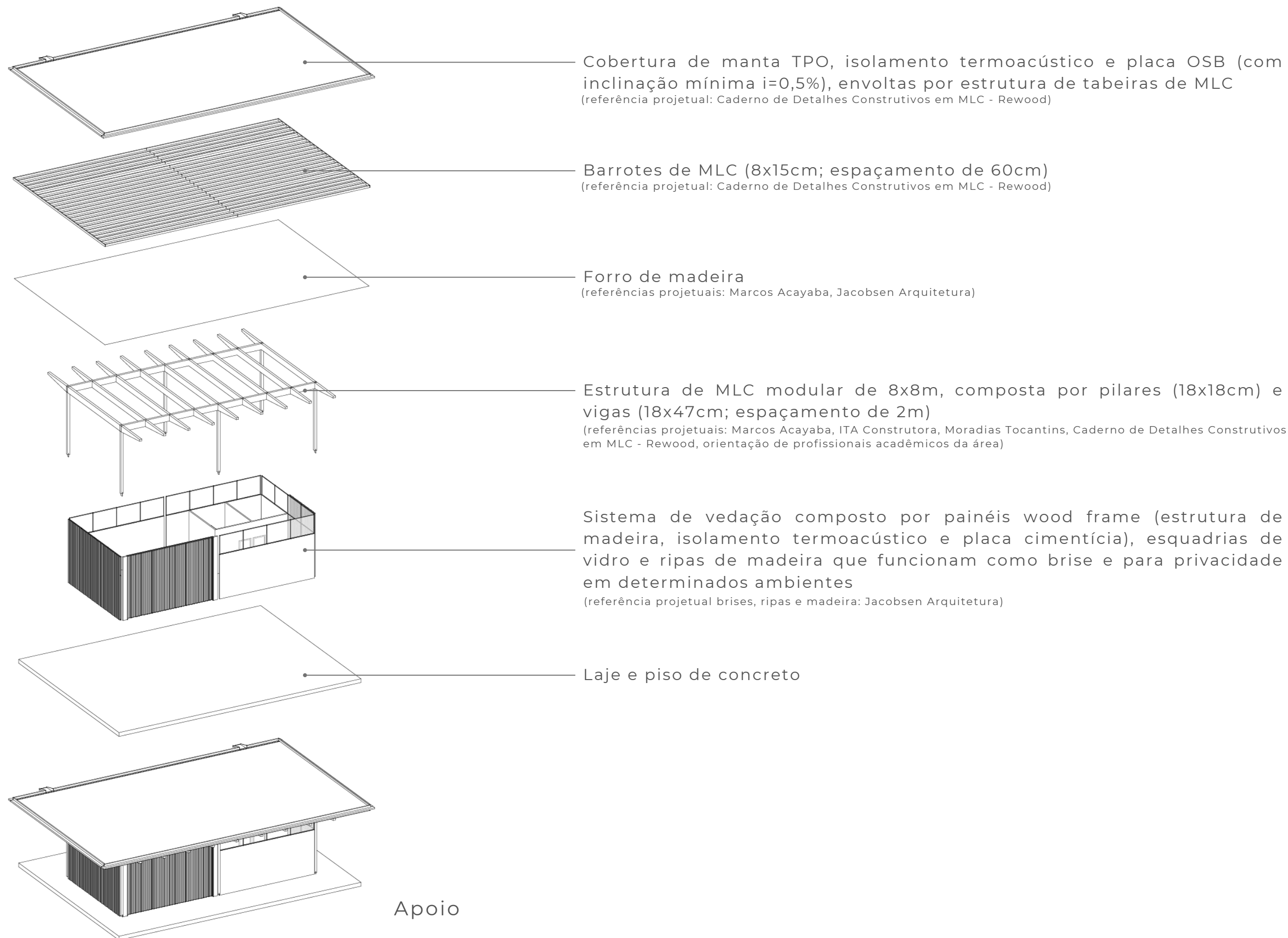


Apoio | Elevação Lateral B



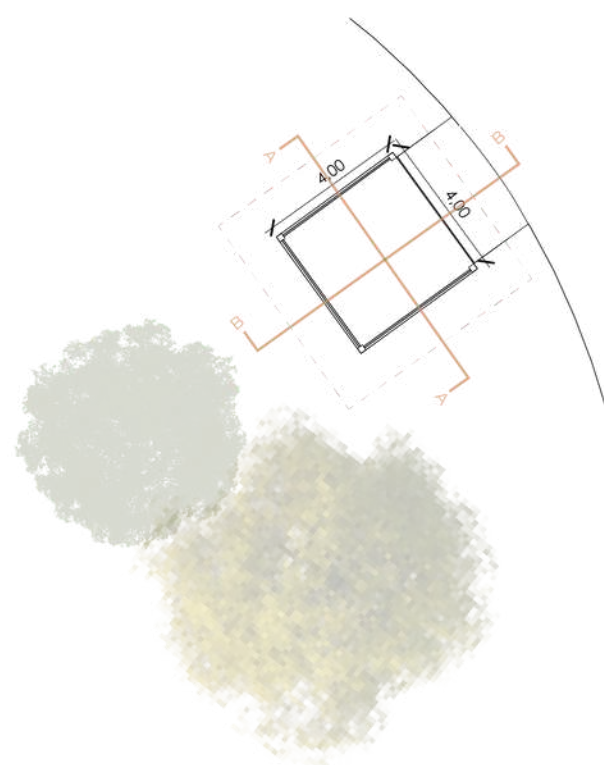
Apoio | Elevação Posterior





MIRANTES

Os mirantes tratam-se de recantos e espaços de parada, descanso e contemplação da paisagem.



Térreo Mirante



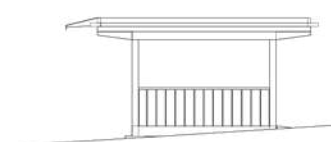
Mirante | Corte A



Mirante | Corte B

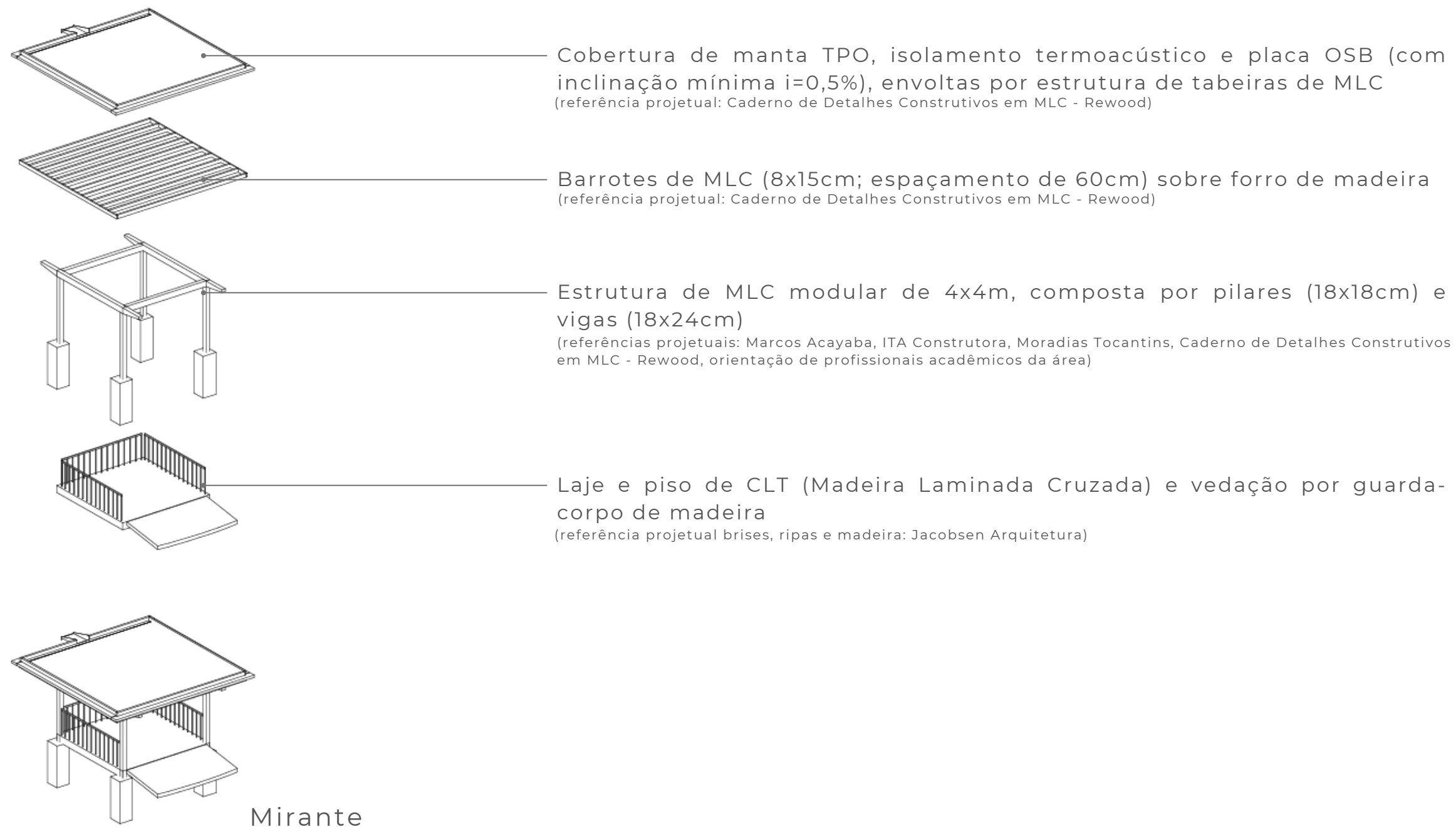


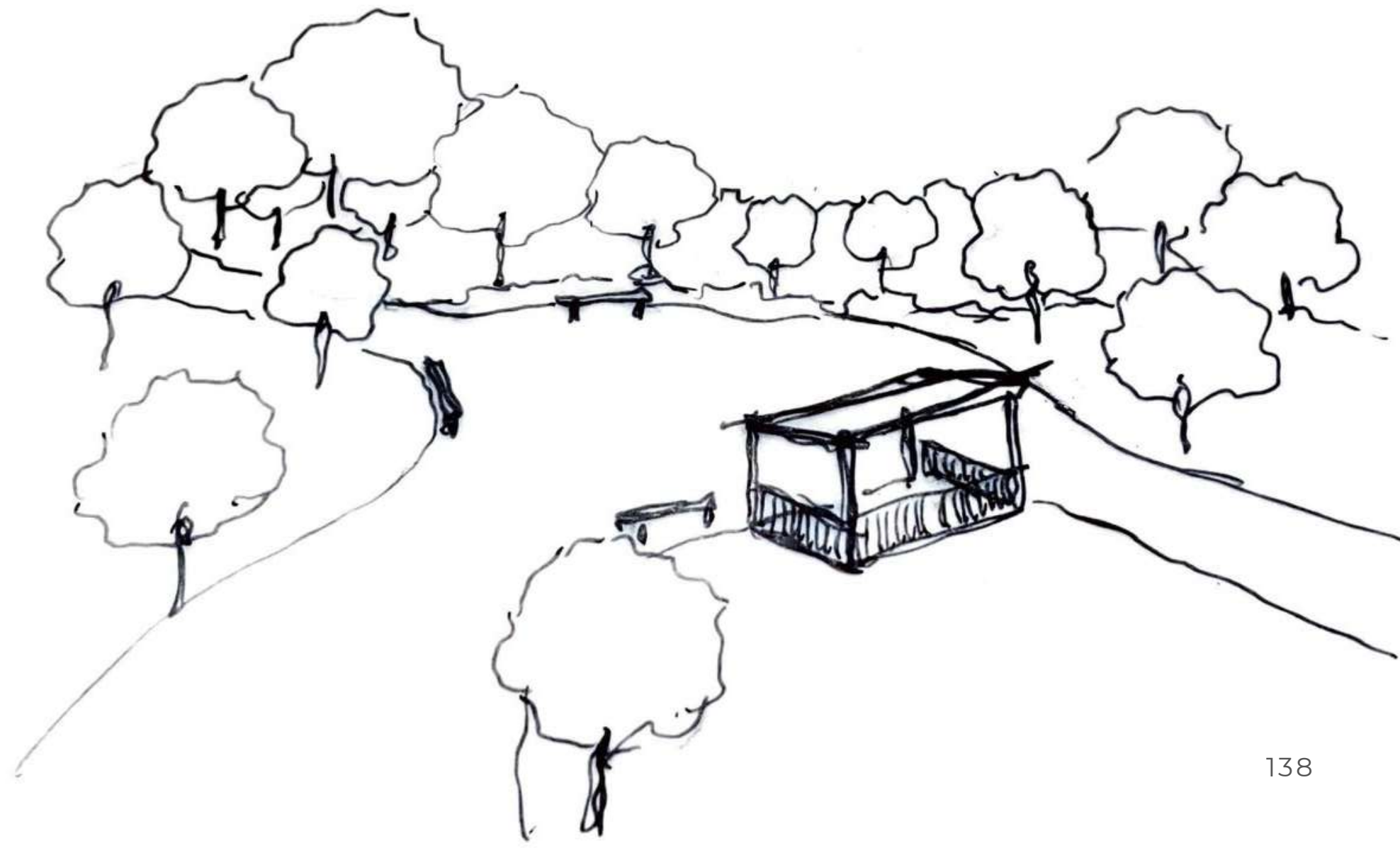
Mirante | Elevação Frontal



Mirante | Elevação Lateral







MEMORIAL DE ESTRUTURA E MATERIALIDADE

ESTRUTURA

Madeira laminada colada (MLC) com modulação base 8x8m ou 10x15m

COBERTURA

Manta tpo/ placa osb/ isolamento/ placa osb

FORRO

Madeira

VEDAÇÃO

Painel wood frame com isolamento e placa cimentícia

Esquadrias em vidro

Ripas de madeira

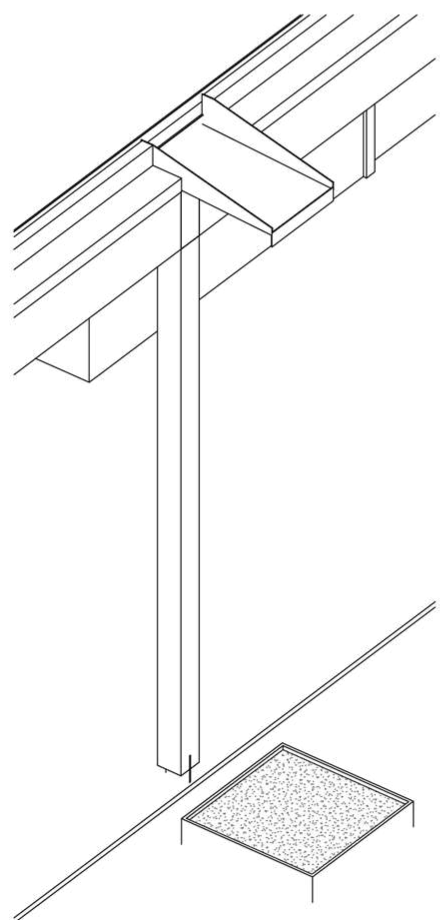
LAJE E PISO

Madeira laminada cruzada (CLT) nos edifícios pilotis

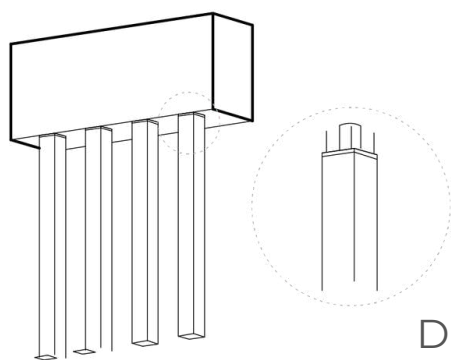
Concreto nos edifícios assentados no terreno

Piso cimentício no parque e jardim interno do bloco central para maior acessibilidade

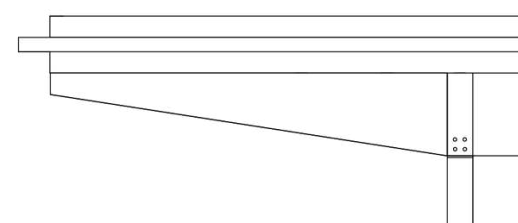
DETALHES CONSTRUTIVOS GERAIS



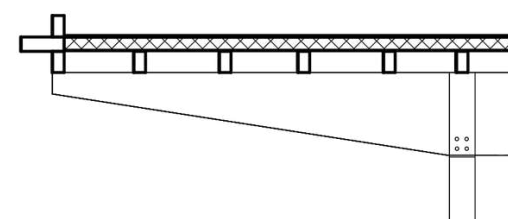
Detalhe Gárgula Metálica
e Caixa de Brita



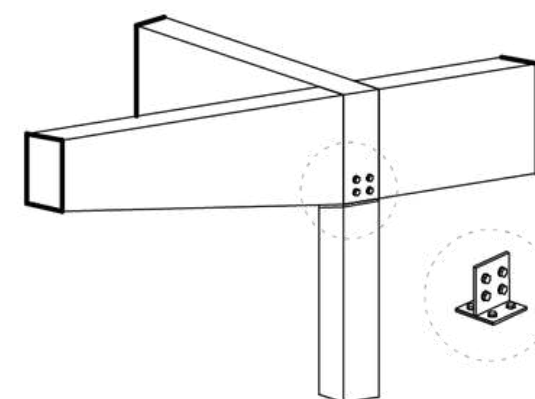
Detalhe Ripa-Viga/Laje



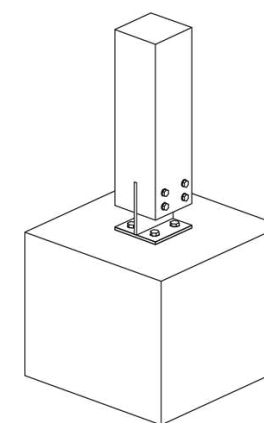
Detalhe Cobertura



Detalhe Corte Cobertura



Detalhe Pilar-Viga



Detalhe Pilar-Fundação

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABNT NBR 9050. NORMA BRASILEIRA.

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (ANVISA)

A IOGA COMO ATIVIDADE ALTERNATIVA PARA PROMOÇÃO DE SAÚDE. DISPONÍVEL EM: < [HTTPS://PORTFOLIODEPRATICAS.EPSJV.FIOCRUZ.BR/PRATICA/IOGA-COMO-ATIVIDADE-ALTERNATIVA-PARA-PROMOCAO-DE-SAUDE](https://portfoliodepraticas.epsjv.fiocruz.br/pratica/ioga-como-atividade-alternativa-para-promocao-de-saude) >. ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

ÁRVORES NATIVAS DA MATA ATLÂNTICA. DISPONÍVEL EM: < [HTTPS://PORTFOLIODEPRATICAS.EPSJV.FIOCRUZ.BR/PRATICA/IOGA-COMO-ATIVIDADE-ALTERNATIVA-PARA-PROMOCAO-DE-SAUDE](https://portfoliodepraticas.epsjv.fiocruz.br/pratica/ioga-como-atividade-alternativa-para-promocao-de-saude) >. ACESSO EM: 07 DE OUT DE 2023.

BERNARDES, JÚLIO. ANSIEDADE, INSÔNIA, ESTRESSE, DEPRESSÃO: ESTUDO MOSTRA COMO SAÚDE MENTAL EVOLUIU NA PANDEMIA. JORNAL DA USP. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://JORNAL.USP.BR/CIENCIAS/ANSIEDADE-INSONIA-ESTRESSE-DEPRESSAO-ESTUDO-MOSTRA-COMO-SAUDE-MENTAL-EVOLUIU-NA-PANDEMIA/](https://jornal.usp.br/ciencias/ansiedade-insonia-estresse-depressao-estudo-mostra-como-saude-mental-evoluiu-na-pandemia/).

CURSOS DE REIKI E AROMATERAPIA ATRAEM A ATENÇÃO DA COMUNIDADE BRAGANTINA. PREFEITURA DE BRAGANÇAPAULISTA. DISPONÍVEL EM: < [HTTPS://WWW.BRAGANCA.SP.GOV.BR/ASSUNTOS/FUNDO-SOCIAL-DE-SOLIDARIEDADE/CURSOS-DE-REIKI-E-AROMATERAPIA-ATRAEM-A-ATENCAO-DA-COMUNIDADE-BRAGANTINA](https://www.braganca.sp.gov.br/assuntos/fundo-social-de-solidariedade/cursos-de-reiki-e-aromaterapia-atraem-a-atencao-da-comunidade-bragantina) >. ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

DE GÓES, RONALD. MANUAL PRÁTICO DE ARQUITETURA HOSPITALAR.

DUTRA, ADSON. ESTAR EM ESPAÇOS VERDES OFERECE-NOS UMA SÉRIE DE BENEFÍCIOS À SAÚDE. ECODEBATE. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ECODEBATE.COM.BR/2021/08/13/ESTAR-EM-ESPACOS-VERDES-OFERECE-NOS-UMA-SERIE-DE-BENEFICIOS-A-SAUDE/](https://www.ecodebate.com.br/2021/08/13/estar-em-espacos-verdes-oferece-nos-uma-serie-de-beneficios-a-saude/).

EM SÃO PAULO, 367 MUNICÍPIOS UTILIZAM PRÁTICAS INTEGRATIVAS NO TRATAMENTO DE PACIENTES DO SUS. DISPONÍVEL EM: < [HTTPS://WWW.GOV.BR/SAUDE/PT-BR/ASSUNTOS/NOTICIAS/2018/MARCO/EM-SAO-PAULO-367-MUNICIPIOS-UTILIZAM-PRATICAS-INTEGRATIVAS-NO-TRATAMENTO-DE-PACIENTES-DO-SUS](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2018/marco/em-sao-paulo-367-municipios-utilizam-praticas-integrativas-no-tratamento-de-pacientes-do-sus) >. ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

GUERRA, ARTHUR. RESERVE ALGUMAS HORAS PARA O LAZER; A SUA SAÚDE MENTAL AGRADECE. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://FORBES.COM.BR/COLUNAS/2021/03/ARTHUR-GUERRA-RESERVE-ALGUMAS-HORAS-PARA-O-LAZER-A-SUA-SAUDE-MENTAL-AGRADECE/](https://forbes.com.br/colunas/2021/03/arthur-guerra-reserve-algumas-horas-para-o-lazer-a-sua-saude-mental-agradece/).

HORTAS COMUNITÁRIAS NA AMPLIAÇÃO DO CUIDADO EM SAÚDE. DISPONÍVEL EM: < [HTTPS://PORTFOLIODEPRATICAS.EPSJV.FIOCRUZ.BR/PRATICA/HORTAS-COMUNITARIAS-NA-AMPLIACAO-DO-CUIDADO-EM-SAUDE](https://portfoliodepraticas.epsjv.fiocruz.br/pratica/hortas-comunitarias-na-ampliacao-do-cuidado-em-saude) >. ACESSO EM: 28 DE MAR DE 2023.

INSTITUTO DE PSIQUIATRIA PAULISTA. ANSIEDADE: TUDO SOBRE O NOVO MAL DO SÉCULO. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://PSIQUIATRIAPAULISTA.COM.BR/ANSIEDADE-TUDO-SOBRE-O-NOVO-MAL-DO-SECULO/](https://psiquiatriapaulista.com.br/ansiedade-tudo-sobre-o-novo-mal-do-seculo/).

MANUAL DE ESPECIFICAÇÃO DE MATERIAIS DE REVESTIMENTO EM HOSPITAIS UNIVERSITÁRIOS.

MANUAL DE ESTRUTURA FÍSICA DAS UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE. SAÚDE DA FAMÍLIA. MINISTÉRIO DA SAÚDE

MANUAL DE IMPLANTAÇÃO DE SERVIÇOS DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO SUS. MINISTÉRIO DA SAÚDE, BRASÍLIA, DF, 2018.

MANUAL DE PADRÕES DE OCUPAÇÃO DAS ÁREAS DE ESCRITÓRIO. CONTROLADORIA GERAL DA UNIÃO.

MARCOS ACAYABA, 2007.

MENEZES, SUZY KAMYLLA DE OLIVEIRA. LAZER E SAÚDE MENTAL EM TEMPOS DE COVID-19. LICERE: REVISTA DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO INTERDISCIPLINAR EM ESTUDOS DO LAZER, UFMG. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://PERIODICOS.UFMG.BR/INDEX.PHP/LICERE/ARTICLE/VIEW/31341/24956](https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/31341/24956).

MERIN, GILI. TRADUÇÃO: COSTA, ISABELA. PETER ZUMTHOR: SETE OBSERVAÇÕES PESSOAIS SOBRE "PRESENÇA EM ARQUITETURA". DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/01-159418/PETER-ZUMTHOR-SETE-OBSERVACOES-PESSOAIS-SOBRE-PRESENCA-EM-ARQUITETURA](https://www.archdaily.com.br/br/01-159418/peter-zumthor-sete-observacoes-pessoais-sobre-presenca-em-arquitetura)

MIROCZNIK, BETTY. VISITANDO O UNIVERSO DE PETER ZUMTHOR. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://VITRUVIUS.COM.BR/REVISTAS/READ/ARQUITEXTOS/21.242/7811](https://vitruvius.com.br/revistas/read/arquitextos/21.242/7811).

MONOLITO BERNARDES+JACOBSEN.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MORO, ADRIANA; HENING, JÉSSICA ; WORMSBECKER, PATRÍCIA; LEITE, ALCI. TERAPIAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES - UMA REALIDADE NA SAÚDE MENTAL DE MAFRA/SC: AFETIVIDADE E EFETIVIDADE. SECRETARIA DE SAÚDE MAFRA, SC.

PALLASMAA, JUHANI. OS OLHOS DA PELE: A ARQUITETURA E OS SENTIDOS. 1. ED. [S.L.]: BOOKMAN, 2011.

POLÍTICA NACIONAL DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO SUS, PNPIC. ATITUDE DE AMPLIAÇÃO DE ACESSO. MINISTÉRIO DA SAÚDE, BRASÍLIA, DF, 2015.

PONDÉ, MILENA PEREIRA; CAROSO, CARLOS. LAZER COMO FATOR DE PROTEÇÃO DA SAÚDE MENTAL. REVISTA DE CIÊNCIAS MÉDICAS, CAMPINAS, V. 12, N. 2, P. 163-72, ABR./JUN. 2003.

PRÁTICAS INTEGRATIVAS AUXILIAM NA PREVENÇÃO DE DOENÇAS E MELHORAM A QUALIDADE DE VIDA DA POPULAÇÃO. SECRETARIA DA SAÚDE DE SANTA CATARINA, 2022. DISPONÍVEL EM: < [HTTPS://WWW.SAUDE.SC.GOV.BR/INDEX.PHP/NOTICIAS-GERAL/TODAS-AS-NOTICIAS/1668-NOTICIAS-2022/13692-PRATICAS-INTEGRATIVAS-AUXILIAM-NA-PREVENCAO-DE-DOENCAS-E-MELHORAM-A-QUALIDADE-DE-VIDA-DA-POPULACAO](https://www.saude.sc.gov.br/index.php/noticias-geral/todas-as-noticias/1668-noticias-2022/13692-praticas-integrativas-auxiliam-na-prevencao-de-doencas-e-melhoram-a-qualidade-de-vida-da-populacao) >. ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

PRÁTICAS INTEGRATIVAS. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?TIME_CONTINUE=26&V=PHXXH_BFZ9O&EMBEDS_EURI=HTTPS%3A%2F%2FPORTFOLIODEPRATICAS.EPSJV.FIOCRUZ.BR%2F&SOURCE_VE_PATH=MJG2NJY&FEATURE=EMB_L](https://www.youtube.com/watch?time_continue=26&v=PHXXH_BFZ9O&embeds_euri=https%3A%2F%2Fportfoliodepraticas.epsjv.fiocruz.br%2F&source_ve_path=MjG2NJY&feature=emb_logo) >. ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES. MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018. DISPONÍVEL EM: < [HTTPS://WWW.GOV.BR/SAUDE/PT-BR/ASSUNTOS/SAUDE-DE-A-A-Z/P/PICS](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/pics) >. ACESSO EM: 28 DE MAR DE 2023.

QUAIS SÃO AS CHAVES DE DESENHO ARQUITETÔNICO DE UM ESPAÇO DE YOGA E MEDITAÇÃO?. ARCHDAILY. DISPONÍVEL EM: < [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/799456/QUAIS-SAO-AS-CHAVES-DE-DESENHO-ARQUITETONICO-DE-UM-ESPACO-DE-YOGA-E-MEDITACAO](https://www.archdaily.com.br/br/799456/quais-sao-as-chaves-de-desenho-arquitetonico-de-um-espaco-de-yoga-e-meditacao) >. ACESSO EM: 03 DE MAI DE 2023.

QUAIS SÃO AS PICS? MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2022. DISPONÍVEL EM: < [HTTPS://WWW.GOV.BR/SAUDE/PT-BR/ASSUNTOS/SAUDE-DE-A-A-Z/P/PICS/QUAIS-AS-PICS](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/pics/quais-as-pics) >. ACESSO EM: 28 DE MAR DE 2023.

REGISTRO DOS ATENDIMENTOS EM PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES (PICS) NO ESUS-AB. TELEEDUCAÇÃO. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://TELESSAUDE.UFSC.BR/TELEEDUCACAO/#SF-{%221%22:%22PICS%22,%22SEARCH-ID%22:%221%22,%22CATEGORY%22:%22WEBPALESTRAS%22](https://telessaude.ufsc.br/teleeducacao/#sf-{%221%22:%22PICS%22,%22SEARCH-ID%22:%221%22,%22CATEGORY%22:%22WEBPALESTRAS%22) >. ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

REWOOD. CADERNO DE DETALHES CONSTRUTIVOS - MADEIRA LAMINADA COLADA (MLC).

STOUHI, DIMA. OS BENEFÍCIOS DA BIOFILIA PARA A ARQUITETURA E OS ESPAÇOS INTERIORES [BRINGING THE OUTDOORS INSIDE: THE BENEFITS OF BIOPHILIA IN ARCHITECTURE AND INTERIOR SPACES] 25 DE MAIO 2022. ARCHDAILY BRASIL. (TRAD. SBEGHEN GHISLENI, CAMILA). ACESSADO EM: 27 OUT 2022. [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/927908/OS-BENEFICIOS-DA-BIOFILIA-PARA-A-ARQUITETURA-E-OS-ESPACOS-INTERIORES](https://www.archdaily.com.br/br/927908/os-beneficios-da-biofilia-para-a-arquitetura-e-os-espacos-interiores).

TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA COMO PRÁTICA DE CUIDADO NO SUS EM CUIABÁ, MATO GROSSO. DISPONÍVEL EM: < [HTTPS://PORTFOLIODEPRATICAS.EPSJV.FIOCRUZ.BR/PRATICA/TERAPIA-COMUNITARIA-INTEGRATIVA-COMO-PRATICA-DE-CUIDADO-NO-SUS-EM-CUIABA-MATO-GROSSO](https://portfoliodepraticas.epsjv.fiocruz.br/pratica/terapia-comunitaria-integrativa-como-pratica-de-cuidado-no-sus-em-cuiaba-mato-grosso) >.. ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

TOLLE, ECKHART. O PODER DO AGORA. 1. ED. [S. L.]: EDITORA SEXTANTE, 2004.

UNIFESP. QUAIS OS PRINCIPAIS EFEITOS DA PANDEMIA NA SAÚDE MENTAL?. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.UNIFESP.BR/REITORIA/DCI/NOTICIAS-ANTERIORES-DCI/ITEM/4395-QUAIS-OS-PRINCIPAIS-EFEITOS-DA-PANDEMIA-NA-SAUDE-MENTAL](https://www.unifesp.br/reitoria/dci/noticias-anteriores-dci/item/4395-quais-os-principais-efeitos-da-pandemia-na-saude-mental).

ZONEAMENTO E QUALIFICAÇÃO SOCIOAMBIENTAL DA ZONA NORTE DE BRAGANÇA PAULISTA. PLANO DIRETOR. SECRETARIA MUNICIPAL DO PLANEJAMENTO. BRAGANÇA PAULISTA

ZUMTHOR, PETER. ATMOSFERAS. 1. ED. [S. L.]: EDITORA GUSTAVO GILI, 2009.

REFERÊNCIAS ICONOGRÁFICAS

IMAGEM 1. POLÍTICA NACIONAL DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO SUS, PNPIC. ATITUDE DE AMPLIAÇÃO DE ACESSO. MINISTÉRIO DA SAÚDE, BRASÍLIA, DF, 2015.

IMAGEM 2. DISPONÍVEL EM: MORO, ADRIANA; HENING, JÉSSICA ; WORMSBECKER, PATRÍCIA; LEITE, ALCI. TERAPIAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES - UMA REALIDADE NA SAÚDE MENTAL DE MAFRA/SC: AFETIVIDADE E EFETIVIDADE. SECRETARIA DE SAÚDE MAFRA, SC.

IMAGEM 3. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.SAUDE.SC.GOV.BR/INDEX.PHP/NOTICIAS-GERAL/TODAS-AS-NOTICIAS/1668-NOTICIAS-2022/13692-PRATICAS-INTEGRATIVAS-AUXILIAM-NA-PREVENCAO-DE-DOENCAS-E-MELHORAM-A-QUALIDADE-DE-VIDA-DA-POPULACAO](https://www.saude.sc.gov.br/index.php/noticias-geral/todas-as-noticias/1668-noticias-2022/13692-praticas-integrativas-auxiliam-na-prevencao-de-doencas-e-melhoram-a-qualidade-de-vida-da-populacao). ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

IMAGEM 4. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://PORTFOLIODEPRATICAS.EPSJV.FIOCRUZ.BR/PRATICA/IOGA-COMO-ATIVIDADE-ALTERNATIVA-PARA-PROMOCAO-DE-SAUDE](https://portfoliodepraticas.epsjv.fiocruz.br/pratica/ioga-como-atividade-alternativa-para-promocao-de-saude) . ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

IMAGEM 5. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://PORTFOLIODEPRATICAS.EPSJV.FIOCRUZ.BR/PRATICA/TERAPIA-COMUNITARIA-INTEGRATIVA-COMO-PRATICA-DE-CUIDADO-NO-SUS-EM-CUIABA-MATO-GROSSO](https://portfoliodepraticas.epsjv.fiocruz.br/pratica/terapia-comunitaria-integrativa-como-pratica-de-cuidado-no-sus-em-cuiaba-mato-grosso) . ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

IMAGEM 6. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://PORTFOLIODEPRATICAS.EPSJV.FIOCRUZ.BR/PRATICA/HORTAS-COMUNITARIAS-NA-AMPLIACAO-DO-CUIDADO-EM-SAUDE](https://portfoliodepraticas.epsjv.fiocruz.br/pratica/hortas-comunitarias-na-ampliacao-do-cuidado-em-saude) . ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

IMAGENS 7 E 8. PARQUE ALBERTO SIMÕES, IDOM, SÃO JOSÉ DOS CAMPOS. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/798623/PARQUE-ALBERTO-SIMOEES-IDOM?AD_SOURCE=SEARCH&AD_MEDIUM=PROJECTS_TAB](https://www.archdaily.com.br/br/798623/parque-alberto-simoes-idom?ad_source=search&ad_medium=projects_tab) . ACESSO EM: 24 DE JUN DE 2023.

IMAGENS 9, 10 E 11. PARQUE DO MIRANTE DE PIRACICABA, APIACÁS ARQUITETOS, PIRACICABA. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/759952/MENCAO-HONROSA-NO-CONCURSO-NACIONAL-PARQUE-DO-MIRANTE-DE-PIRACICABA-APIACAS-ARQUITETOS?AD_SOURCE=SEARCH&AD_MEDIUM=PROJECTS_TAB&AD_SOURCE=SEARCH&AD_MEDIUM=SEARCH_RESULT_ALL](https://www.archdaily.com.br/br/759952/mencao-honrosa-no-concurso-nacional-parque-do-mirante-de-piracicaba-apiacas-arquitetos?ad_source=search&ad_medium=projects_tab&ad_source=search&ad_medium=search_result_all). ACESSO EM: 24 DE JUN DE 2023

IMAGENS 12 E 13. VILA IMPERIAL DE KATSURA. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.JAPAN-GUIDE.COM/E/E3914.HTML](https://www.japan-guide.com/E/E3914.html). ACESSO EM: 30 OUT 2023.

IMAGENS 14 E 15. PARQUE LAKESIDE GARDEN, TOPOS LANDSCAPE ARCHITECTS, CHINA. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/759952/MENCAO-HONROSA-NO-CONCURSO-NACIONAL-PARQUE-DO-MIRANTE-DE-PIRACICABA-APIACAS-ARQUITETOS?AD_SOURCE=SEARCH&AD_MEDIUM=PROJECTS_TAB&AD_SOURCE=SEARCH&AD_MEDIUM=SEARCH_RESULT_ALL](https://www.archdaily.com.br/br/759952/mencao-honrosa-no-concurso-nacional-parque-do-mirante-de-piracicaba-apiacas-arquitetos?ad_source=search&ad_medium=projects_tab&ad_source=search&ad_medium=search_result_all). ACESSO EM: 24 DE JUN DE 2023

IMAGEM 16. ENTRADA DE CHATENAY MALABRY, FRANÇA, ATELIERS 2/3/4/, 2016.. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/804436/ESPACO-PUBLICO-TAPIS-ROUGE-EM-UM-BAIRRO-INFORMAL-NO-HAITI-EMERGENT-VERNACULAR-ARCHITECTURE-EVA-STUDIO](https://www.archdaily.com.br/br/804436/espaco-publico-tapis-rouge-em-um-bairro-informal-no-haiti-emergent-vernacular-architecture-eva-studio) . ACESSO EM: 24 DE JUN DE 2023

IMAGENS 17 E 18. MIRANTE SOBRE A PEDREIRA, HENKAI ARCHITEKTI + ZHRADA-PARK-KRAJINA, REPÚBLICA TCHECA. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/976068/MIRANTE-SOBRE-A-PEDREIRA-HENKAI-ARCHITEKTI-PLUS-ZHRADA-PARK-KRAJINA?AD_SOURCE=SEARCH&AD_MEDIUM=PROJECTS_TAB](https://www.archdaily.com.br/br/976068/mirante-sobre-a-pedreira-henkai-architekti-plus-zhrada-park-krajina?ad_source=search&ad_medium=projects_tab) . ACESSO EM: 24 DE JUN DE 2023

IMAGENS 19 E 20. PARQUE SCHELOKOVSKY HUTOR FOREST, OGOROD, RÚSSIA. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/976068/MIRANTE-SOBRE-A-PEDREIRA-HENKAI-ARCHITEKTI-PLUS-ZHRADA-PARK-KRAJINA?AD_SOURCE=SEARCH&AD_MEDIUM=PROJECTS_TAB](https://www.archdaily.com.br/br/976068/mirante-sobre-a-pedreira-henkai-architekti-plus-zhrada-park-krajina?ad_source=search&ad_medium=projects_tab) . ACESSO EM: 24 DE JUN DE 2023

IMAGENS 21, 22 E 23. PISTOHIEKKA RESORT, STUDIO PUISTO, FINLÂNDIA. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/994030/PISTOHIEKKA-RESORT-STUDIO-PUISTO?AD_SOURCE=SEARCH&AD_MEDIUM=PROJECTS_TAB](https://www.archdaily.com.br/br/994030/pistohiekka-resort-studio-puisto?ad_source=search&ad_medium=projects_tab). ACESSO EM: 24 JUN 2023

IMAGENS 24 E 25. RESTAURANTE SELVAGEM, LUCIANA PITOMBO E FELIPE STRACCI (PLANTAR IDEIAS), PARQUE IBIRAPUERA. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://PLANTARIDEIAS.COM.BR/PROJETOS/RESTAURANTE-SELVAGEM](https://plantarideias.com.br/projetos/restaurante-selvagem). E EM: [HTTPS://WWW.REVISTASIM.COM.BR/RESTAURANTE-SELVAGEM/](https://www.revistasim.com.br/restaurante-selvagem/) . ACESSO EM: 24 JUN 2023

REFERÊNCIAS ICONOGRÁFICAS

IMAGEM 26. ESCOLA WALDORF ECOARA, VALINHOS, SHIEH ARQUITETOS. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.SHIEH.COM.BR/ESCOLA-WALDORF-ECOARA](https://www.shieh.com.br/escola-waldorf-ecoara). ACESSO EM: 24 JUN 2023.

IMAGEM 27. CENTRO INFANTIL HONAI, JAPÃO, UMBREARCHITECTS. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/925201/CENTRO-INFANTIL-HONAI-UMBREARCHITECTS?AD_SOURCE=SEARCH&AD_MEDIUM=PROJECTS_TAB](https://www.archdaily.com.br/br/925201/centro-infantil-honai-umbrearchitects?ad_source=search&ad_medium=projects_tab). ACESSO EM: 24 JUN 2023.

IMAGENS 28, 29 E 30. PARQUE BICENTENÁRIO, CHILE, ELEMENTAL. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/01-166614/PARQUE-BICENTENARIO-INFANTIL-SLASH-ELEMENTAL?AD_MEDIUM=GALLERY](https://www.archdaily.com.br/br/01-166614/parque-bicentenario-infantil-slash-elemental?ad_medium=gallery) . ACESSO EM: 24 JUN 2023.

IMAGENS 31 E 32. SANTPAR, ECOSYS. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://ECOSYS.COM.BR/SITE/CONTEUDO/173-SANTPAR.HTML](https://ecosys.com.br/site/conteudo/173-santpar.html) . ACESSO EM: 20 AGO 2023.

IMAGEM 33. LAGO ORIENTAL, ECOSYS. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://ECOSYS.COM.BR/SITE/CONTEUDO/157-LAGO-ORIENTAL.HTML](https://ecosys.com.br/site/conteudo/157-lago-oriental.html) . ACESSO EM: 20 AGO 2023.

IMAGENS 34 E 35. PROJETO TRANSFORMA ESPAÇOS OCIOSOS EM HORTAS URBANAS EM RORAIMA. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/954815/PROJETO-TRANSFORMA-ESPACOS-OCIOSOS-EM-HORTAS-URBANAS-EM-RORAIMA?AD_MEDIUM=GALLERY](https://www.archdaily.com.br/br/954815/projeto-transforma-espacos-ociosos-em-hortas-urbanas-em-roraima?ad_medium=gallery). ACESSO EM: 24 JUN 2023.

IMAGEM 36. TRABALHO DESENVOLVIDO EM HORTA É TERAPIA OCUPACIONAL PARA OS USUÁRIOS DO CAPS, QUISSAMÃ. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://QUISSAMA.RJ.GOV.BR/TRABALHO-DESENVOLVIDO-EM-HORTA-E-TERAPIA-OCUPACIONAL-PARA-OS-USUARIOS-DO-CAPS/](https://quissama.rj.gov.br/trabalho-desenvolvido-em-horta-e-terapia-ocupacional-para-os-usuarios-do-caps/). ACESSO EM: 24 JUN 2023.

IMAGENS 37, 38 E 39. CENTRO SOCIOSSANITARIO GERIÁTRICO SANTA RITA, CIUTADELLA DE MENORCA, ESPANHA - MANUEL OCAÑA, 2009. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.CL/CL/626312/CENTRO-SOCIOSSANITARIO-GERIATRICO-SANTA-RITA-MANUEL-OCANA?UTM_MEDIUM=WEBSITE&UTM_SOURCE=ARCHDAILY.CL](https://www.archdaily.cl/cl/626312/centro-sociosanitario-geriatrico-santa-rita-manuel-ocana?utm_medium=website&utm_source=archdaily.cl) . ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

IMAGENS 40 E 41. CENTRO DE DIABETES EM COPENHAGUE CONECTA OS PACIENTES À NATUREZA, COPENHAGUE, [COWI A/S](#), [VILHELM LAURITZEN ARCHITECTS](#), [MIKKELSEN ARCHITECTS](#), E [STED LANDSCAPE](#), 2016. DISPONÍVEL EM: IMAGENS 38 E 39. CENTRO DE DIABETES EM COPENHAGUE CONECTA OS PACIENTES À NATUREZA, COPENHAGUE, [COWI A/S](#), [VILHELM LAURITZEN ARCHITECTS](#), [MIKKELSEN ARCHITECTS](#), E [STED LANDSCAPE](#), 2016. ACESSO EM: 24 JUN 2023.

IMAGENS 42 E 43. MORADIAS INFANTIS, FORMOSO DO ARAGUAIA, ROSENBAUM® + ALEPH ZERO, 2017. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/879961/MORADIAS-INFANTIS-ROSENBAUM-R-PLUS-ALEPH-ZERO?AD_MEDIUM=GALLERY](https://www.archdaily.com.br/br/879961/moradias-infantis-rosenbaum-r-plus-aleph-zero?ad_medium=gallery) . ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

IMAGENS 44 E 45. NYT HOSPITAL NORDSJAELLAND, DINAMARCA, HERZOG & DEMEURON / WILHELM LAURITZEN ARCHITECTS, 2014. APRESENTAÇÃO AULA PROFESSOR PAULO YASSUHIDE FUJIOKA.

IMAGENS 46 E 47. PAVILHÃO UNA, SÃO SEBASTIÃO, APIACÁS ARQUITETOS, 2013. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/801556/PAVILHAO-UNA-APIACAS-ARQUITETOS?AD_SOURCE=SEARCH&AD_MEDIUM=PROJECTS_TAB](https://www.archdaily.com.br/br/801556/pavilhao-una-apiacas-arquitetos?ad_source=search&ad_medium=projects_tab) . ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

IMAGENS 48 E 49. WOLF TRAP NATIONAL PARK FOR THE PERFORMING ARTS FILENE CENTER, VIENNA, VIRGINIA, ALFREDO DE VIDO E EQUIPE, 1984. APRESENTAÇÃO AULA PROFESSOR PAULO YASSUHIDE FUJIOKA.

IMAGEM 50. PAVILHÃO E JARDIM DE MEDITAÇÃO, SUIÇA, GMAA, 2013. DISPONÍVEL EM: [IMAGENS 49 E 50. PAVILHÃO UNA, SÃO SEBASTIÃO, APIACÁS ARQUITETOS, 2013. DISPONÍVEL EM: HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/801556/PAVILHAO-UNA-APIACAS-ARQUITETOS?AD_SOURCE=SEARCH&AD_MEDIUM=PROJECTS_TAB](https://www.archdaily.com.br/br/801556/pavilhao-una-apiacas-arquitetos?ad_source=search&ad_medium=projects_tab) . ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023. . ACESSO EM: 30 DE MAR DE 2023.

REFERÊNCIAS ICONOGRÁFICAS

IMAGENS 51 E 52. RESIDÊNCIA SM, GUARUJÁ, JACOBSEN ARQUITETURA, 2014. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://JACOBSENARQUITETURA.COM/PROJETOS/RESIDENCIA-SM/](https://jacobsenarquitetura.com/projetos/residencia-sm/). ACESSO EM: 30 AGO 2023.

IMAGEM 53. RESIDENCIAL UBÁ, SÃO PAULO, JACOBSEN ARQUITETURA. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://JACOBSENARQUITETURA.COM/PROJETOS/RESIDENCIA-UBA/](https://jacobsenarquitetura.com/projetos/residencia-uba/). ACESSO EM: 30 AGO 2023.

IMAGEM 54. RESIDÊNCIA RFD, SÃO PAULO, 2021, JACOBSEN ARQUITETURA. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://JACOBSENARQUITETURA.COM/PROJETOS/RESIDENCIA-RFD/](https://jacobsenarquitetura.com/projetos/residencia-rfd/). ACESSO EM: 30 AGO 2023.

IMAGEM 55. CASA HÉLIO OLGA, SÃO PAULO, 1990, MARCOS ACAYABA. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.NELSONKON.COM.BR/CASA-HELIO-OLGA-2/](https://www.nelsonkon.com.br/casa-helio-olga-2/). ACESSO EM: 30 AGO 2023.

IMAGEM 56. RESIDÊNCIA EM TIJUCOPAVA, GUARUJÁ, 1997, MARCOS ACAYABA. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.ARCHDAILY.COM.BR/BR/01-25604/CLASSICOS-DA-ARQUITETURA-RESIDENCIA-EM-TIJUCOPAVA-MARCOS-ACAYABA-ARQUITETOS](https://www.archdaily.com.br/br/01-25604/classicos-da-arquitetura-residencia-em-tijucopava-marcos-acayaba-arquitetos) . ACESSO EM: 30 AGO 2023.