



CENTRO DE TERAPIAS ALTERNATIVAS

Um olhar especial para a saúde mental



URI - CAMPUS ERECHIM
ARQUITETURA E URBANISMO
TRABALHO FINAL DA GRADUAÇÃO
Acadêmica: Laura Forcelini Pertille
Orientadora: Jessica Andrade Michel
Professora da disciplina: Sara Roesler



CENTRO DE TERAPIAS ALTERNATIVAS

Um olhar especial para a saúde mental

OBJETIVO

-O objetivo geral deste trabalho é buscar embasamento para desenvolver um anteprojeto arquitetônico de um Centro de terapias alternativas: Um olhar especial para a saúde mental, para pessoas de todas as idades que sofrem de transtornos depressivos, na cidade de Erechim/RS.

PROBLEMA

-A saúde mental é importante para que o indivíduo tenha a capacidade de realizar suas habilidades pessoais, profissionais, exercer seus direitos sociais e de cidadania.

-É fundamental entender a importância do equilíbrio mental e sua relação com a qualidade de vida (HOSPITAL SANTAMONICA, 2018).

-A falta de espaços públicos de qualidade e de espaços verdes tem como consequência elevados números de pessoas com transtornos comportamentais.

-Conforme descrito pela Organização Mundial da Saúde (OMS), quando a depressão ocorre de forma duradoura e em intensidade severa, pode levar a graves problemas de saúde. Nos piores casos, a depressão pode levar ao suicídio.

-Conforme dados da OMS a prática de terapias integrativas e complementares estão crescendo em países desenvolvidos e nos países em desenvolvimento. Em países em desenvolvimento 80% da população faz o uso dessas práticas.

-Conforme dados de 2016, cerca de 800 mil pessoas morrem de suicídio todo ano, sendo a segunda principal causa de morte entre jovens de 15 a 29 anos de idade (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE, 2018).

LOCAL DE IMPLANTAÇÃO

- O local apresenta condições favoráveis pela localização, visuais, topografia, relação com o entorno.

-O lote possui 5 metros de desnível.

-Área do lote: 10.000 m².



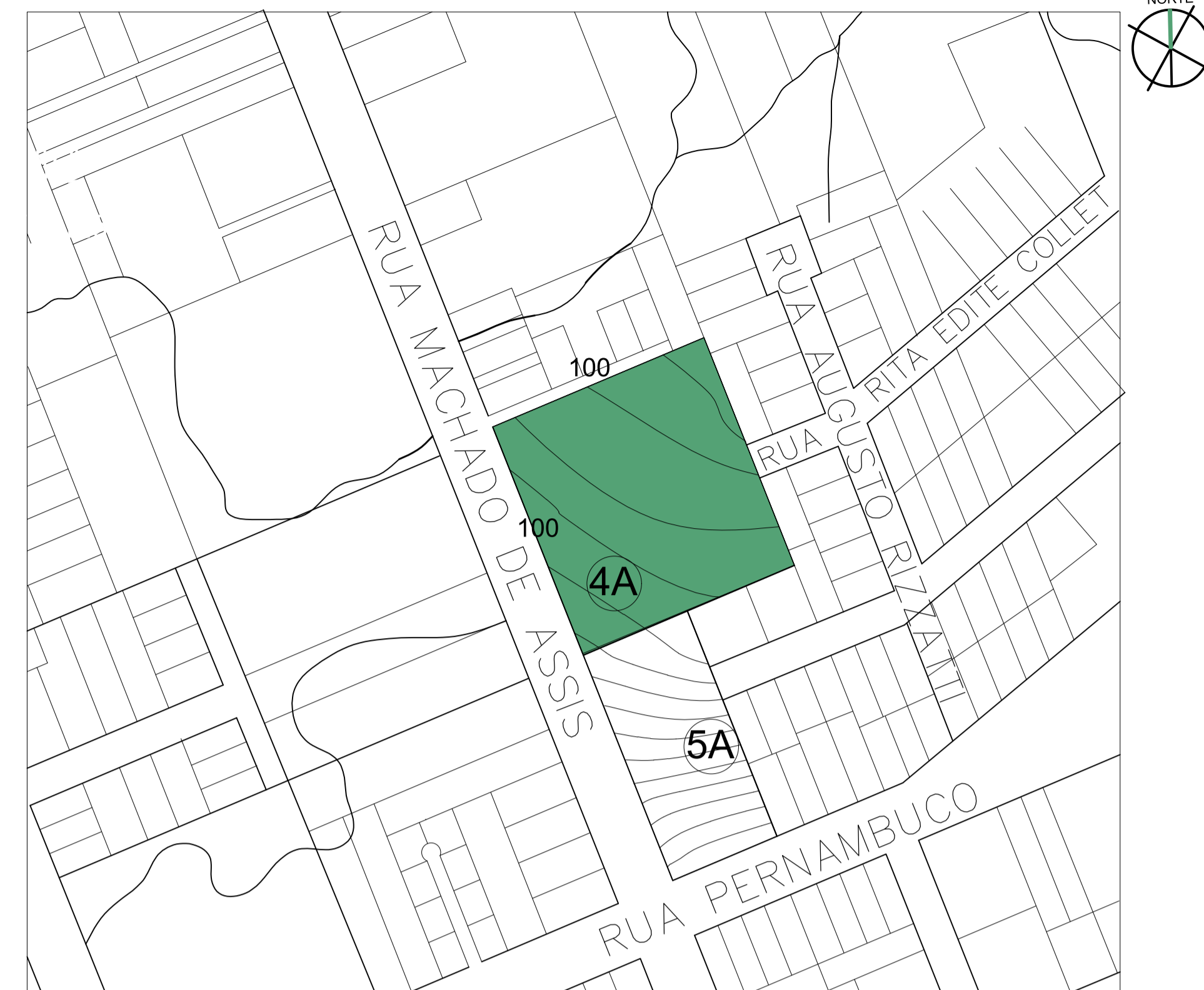
- Percurso do sol
- Delimitação do Terreno
- Ruídos devido a Rua Pernambuco
- Visuais Do Terreno
- Ventos frios vindos do Sul durante o inverno

LOCALIZAÇÃO

De acordo com dados do IBGE (2019), A cidade de Erechim localiza-se no norte do Estado do Rio Grande do Sul, na região do Alto Uruguai.



Fonte: Adaptado de Google Maps

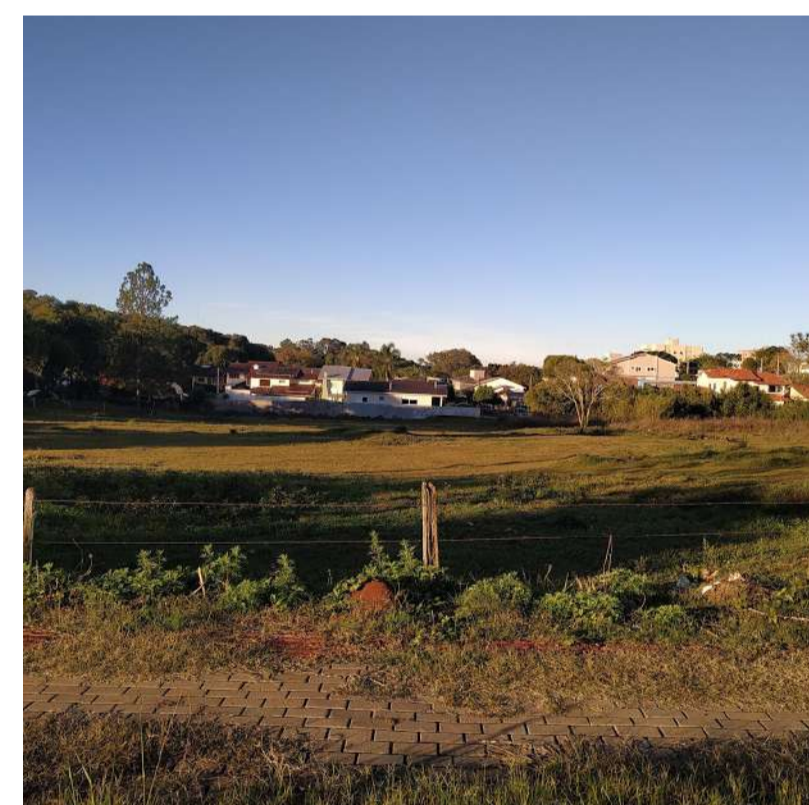


PLANTA DE SITUAÇÃO
Área: 10.000m²
Escala: 1/2000

ÁREA DE ESTUDO – TERRENO DA PROPOSTA

O terreno adotado para implantação do projeto possui uma área de 10.000 m², localizado na cidade de Erechim, na Rua Machado De Assis, bairro José Bonifácio. A escolha tem como base ter a localização próximo do centro da cidade, seu entorno, infraestrutura e pela sua metragem. Próximo de estabelecimentos de comércio, escola, praça, hospital, ponto de ônibus, mercados, residências e do parque Longines Malinowski.

VISUAL A



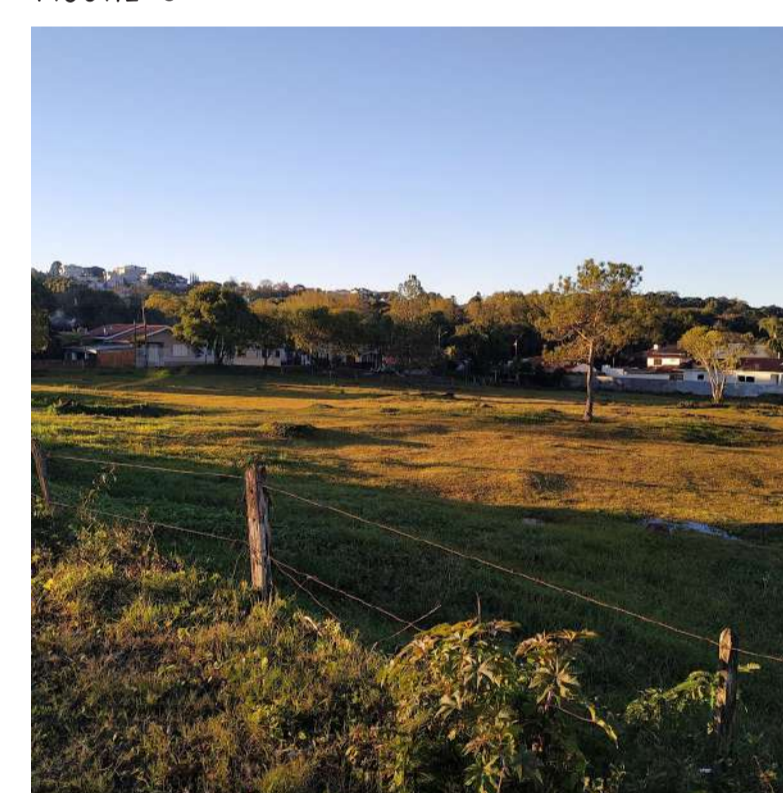
Fonte: Autora (2020)

VISUAL B



Fonte: Autora (2020)

VISUAL C



Fonte: Autora (2020)

CONCEITO

RENASCER

- Renascer para a vida é se permitir a sentir, o renascimento é fundamental para as significações que atribuímos a cada nova experiência e para melhor vivenciá-las. É nascer de novo gerando novos sentimentos e expressões de vida. O renascimento promove uma nova visão da vida, fazendo-a ser mais fácil de ser entendida e vivenciada (JAPAO EM FOCO, 2012).

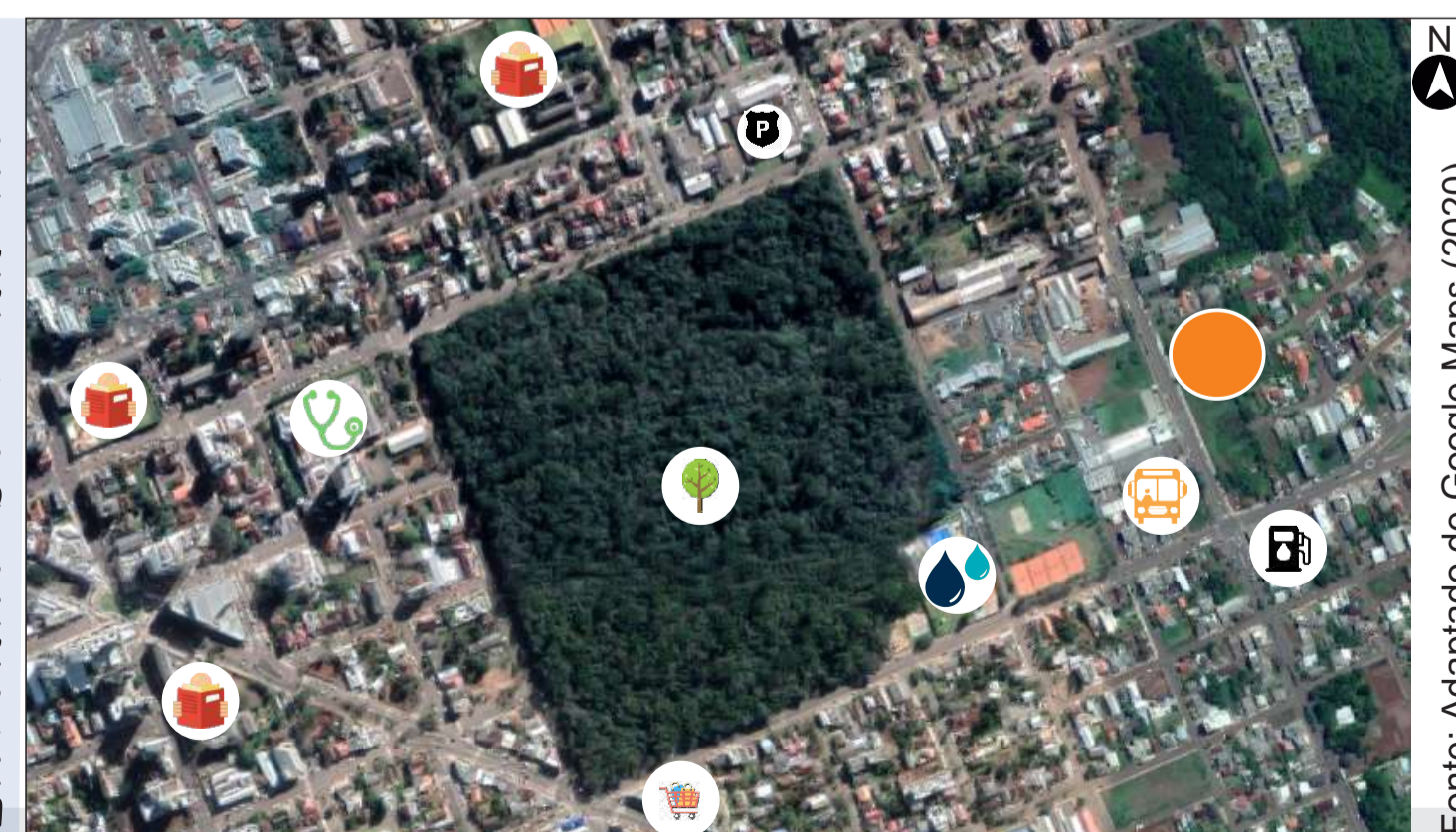
- Para o desenvolvimento da proposta utilizou-se como base e inspiração a flor de lótus, pois significa pureza espiritual e pureza do corpo e da mente. Durante a noite as pétalas da flor se fecham e a flor mergulha debaixo d'água. Antes de amanhecer, ela renasce das profundezas, e se abre todas as manhãs com o ressurgimento do sol. A flor representa sabedoria, conhecimento, pureza, amor e outros sentimentos ligados ao coração (JAPAO EM FOCO, 2012).

LEGISLAÇÃO MUNICIPAL

Regime	Código do Regime Urbanístico
UNIDADE RESIDENCIAL 1 – UR1	
Índice de Aproveitamento	Habitação / Comércio e Serviços: 3,5 Indústria e Depósito: 1,5
Taxa de Ocupação	Subsolo, Têrreo, Pavimento intermediário: 80% Demais pavimentos: 60%
Altura da Edificação	Altura máxima: 10 pavimentos, limitado a 33,00m de altura
Recuos Fundos e Laterais	paredes com aberturas: H/18 + 1,40m e nunca inferior a 2,00m. paredes sem aberturas: H/23 + 1,10m e nunca inferior a 2,00m.
Recuos de Frente	Uso residencial: 4,00m Demais usos: 2,00m
Estacionamento de Veículos	Subsolo ou qualquer pavimento observada a Taxa de Ocupação vigorante.
Parcelamento do Solo	L3

Fonte: Plano Diretor Municipal, 2019.

ENTORNO DO TERRENO



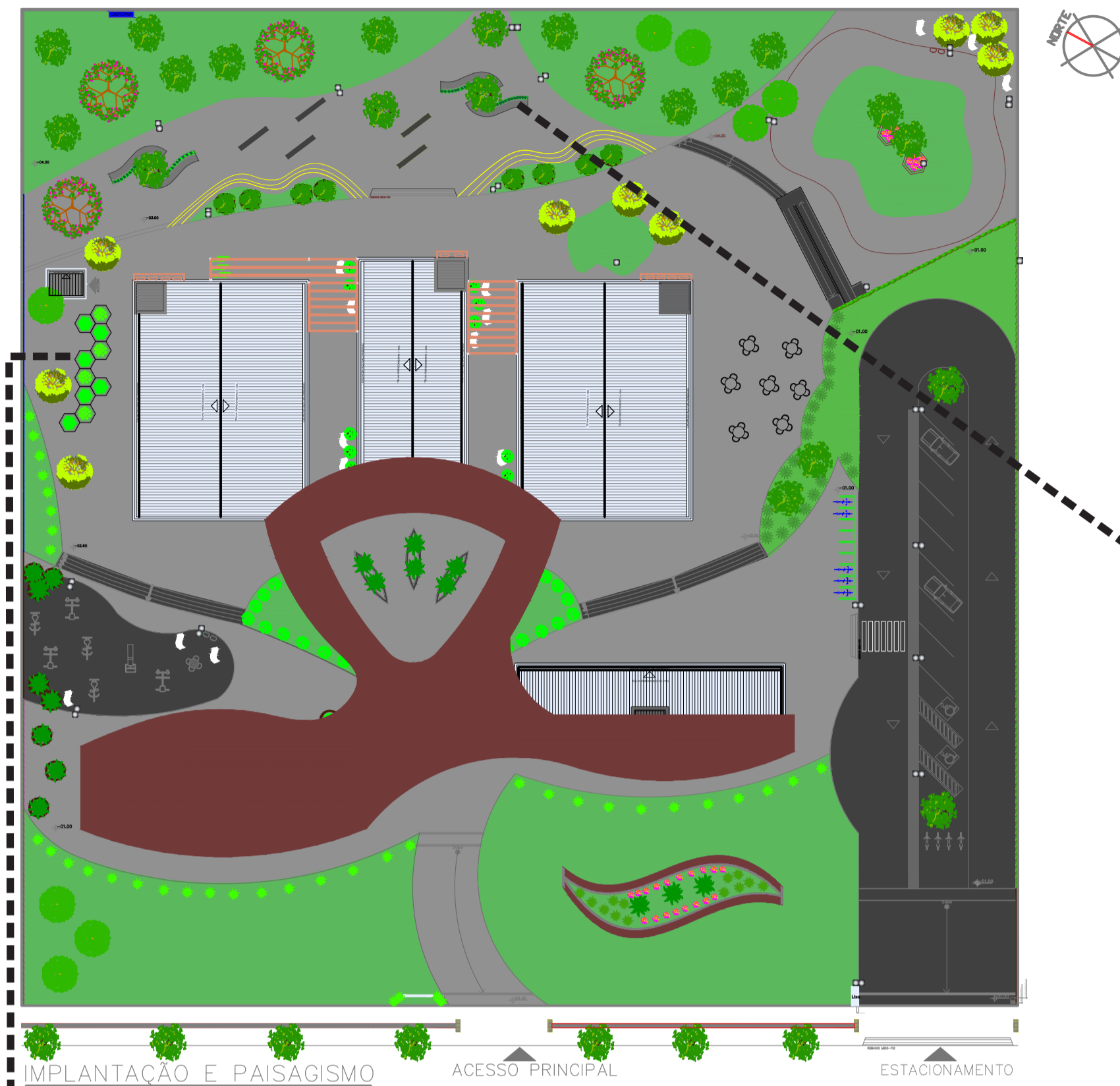
Fonte: Adaptado de Google Maps (2020)

- Terreno da proposta
- Posto De Combustível
- Parque Longines Malinowski
- Piscina Clube
- Hospital De Caridade
- Parada de Ônibus
- Presídio Estadual
- Supermercado Triângulo
- Colégio Marista Medianeira
- Colégio Franciscano São José
- Colégio Estadual Professor Mantovani

CENTRO DE TERAPIAS ALTERNATIVAS

Um olhar especial para a saúde mental

LOCALIZAÇÃO E COBERTURA

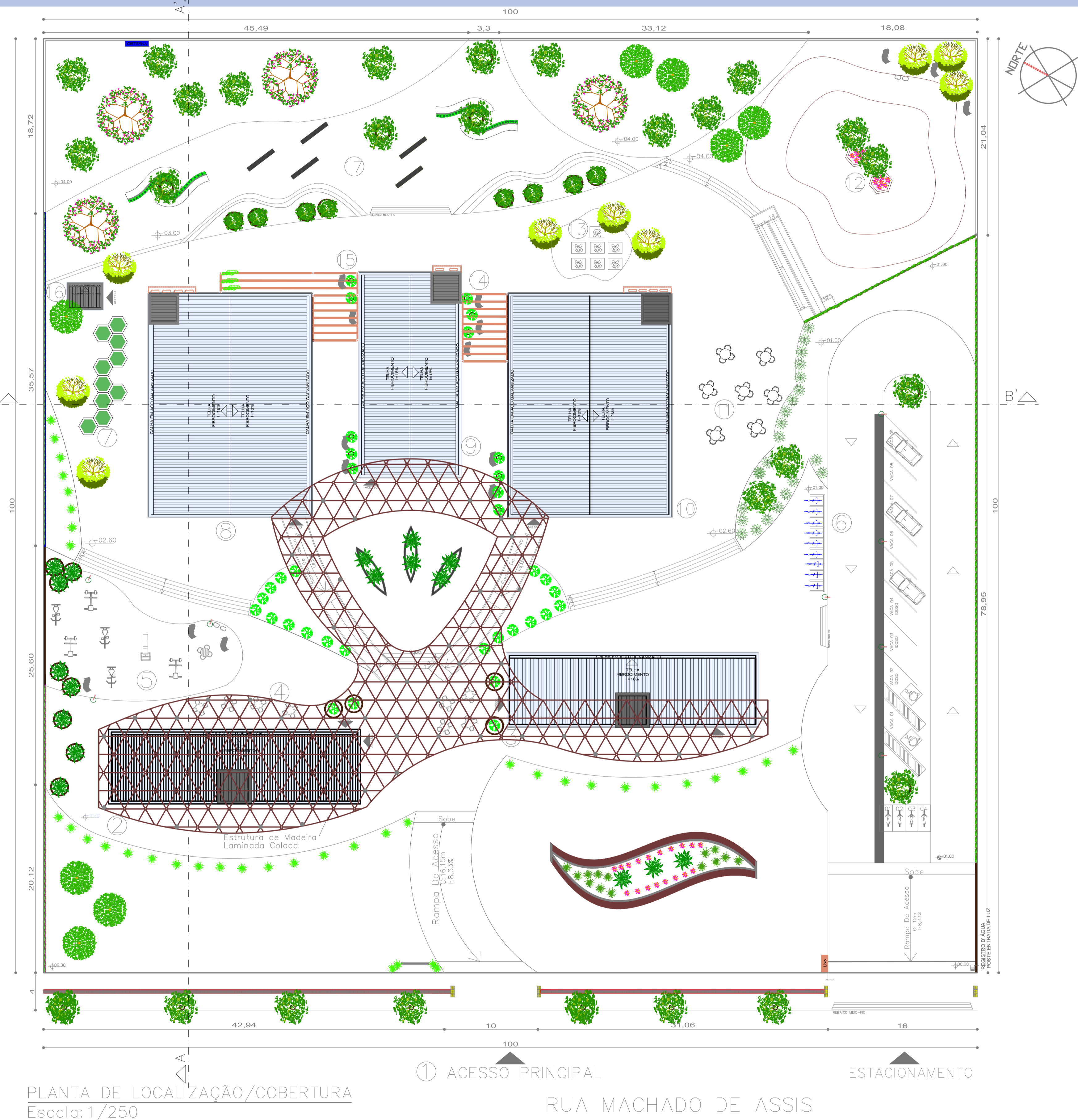


Paisagismo

As espécies escolhidas foram preferencialmente árvores nativas da região.

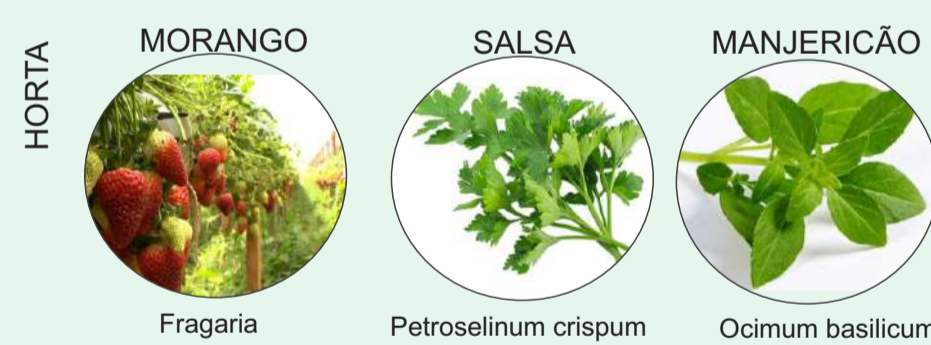


As plantas medicinais funcionam como remédios naturais muito benéficos. Existem muitas ervas, especiarias e espécies de plantas que só têm a acrescentar no nosso organismo. Além de oferecer sabor e aroma, interferindo na saúde física e emocional.



- LEGENDA:
- ① ACESSO PRINCIPAL
 - ② BLOCO 1-Administrativo
 - ③ BLOCO 2-Comércio/Convívio
 - ④ Espaço Convívio
 - ⑤ Espaço Academia ao ar livre
 - ⑥ Estacionamento
 - ⑦ Espaço cultivar Horta
 - ⑧ BLOCO 3-Terapias Individuais
 - ⑨ BLOCO 4-Terapias Coletivas
 - ⑩ BLOCO 5-Terapias Coletivas
 - ⑪ Espaço Convívio
 - ⑫ Espaço Caminhar
 - ⑬ Espaço Yoga ao ar livre
 - ⑭ Pergolado
 - ⑮ Pergolado
 - ⑯ Depósito Horta
 - ⑰ Espaço Convívio (Plantas medicinais)

A função da Cerca Viva é isolar a área, mas com a beleza e a graciosidade das plantas.



O cultivo de plantas, independentemente do tipo ou espécie, pode colaborar para manter uma boa saúde mental. Isso porque o contato com a terra, o carinho e o cuidado que a horta exige fazem com que o estresse e a ansiedade fiquem em segundo plano.



CENTRO DE TERAPIAS ALTERNATIVAS

Um olhar especial para a saúde mental

VISUAIS



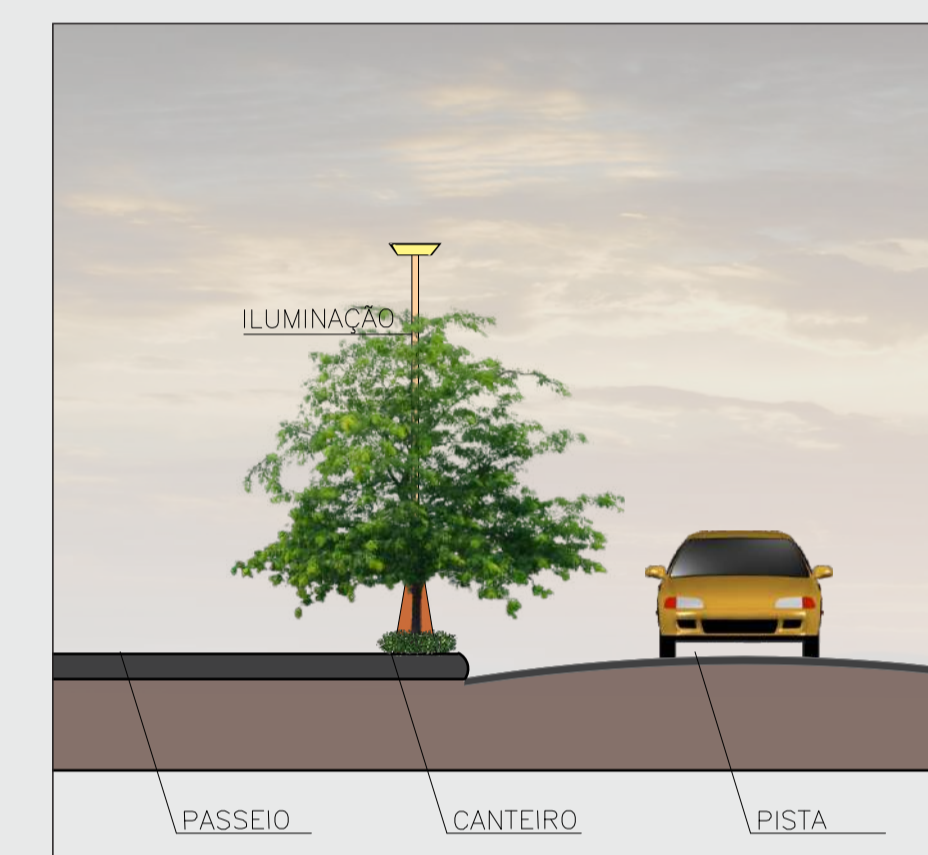
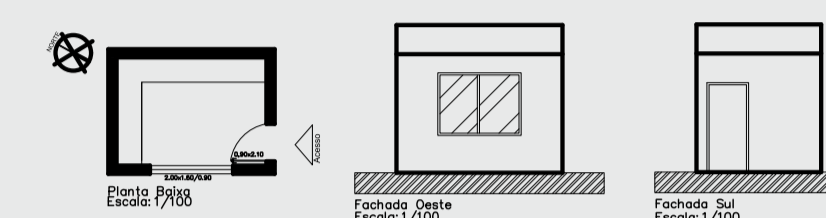
PLANTA DE LOCALIZAÇÃO
Escala: 1/250

FACHADA PRINCIPAL

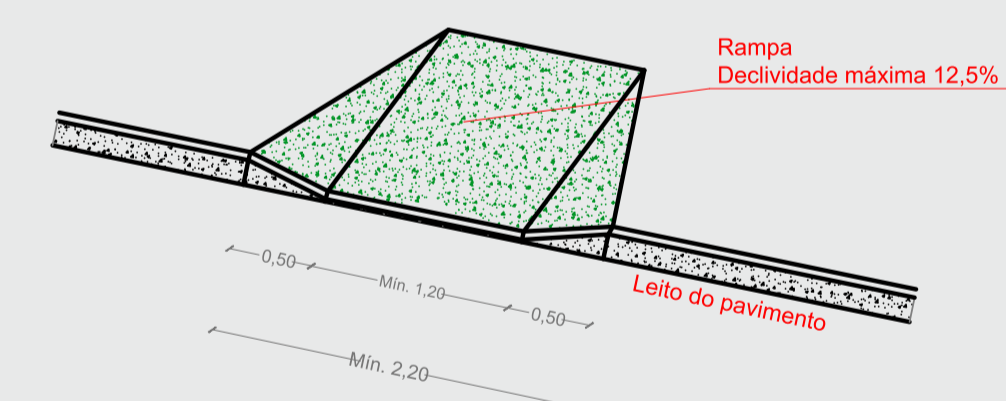


DETALHAMENTOS

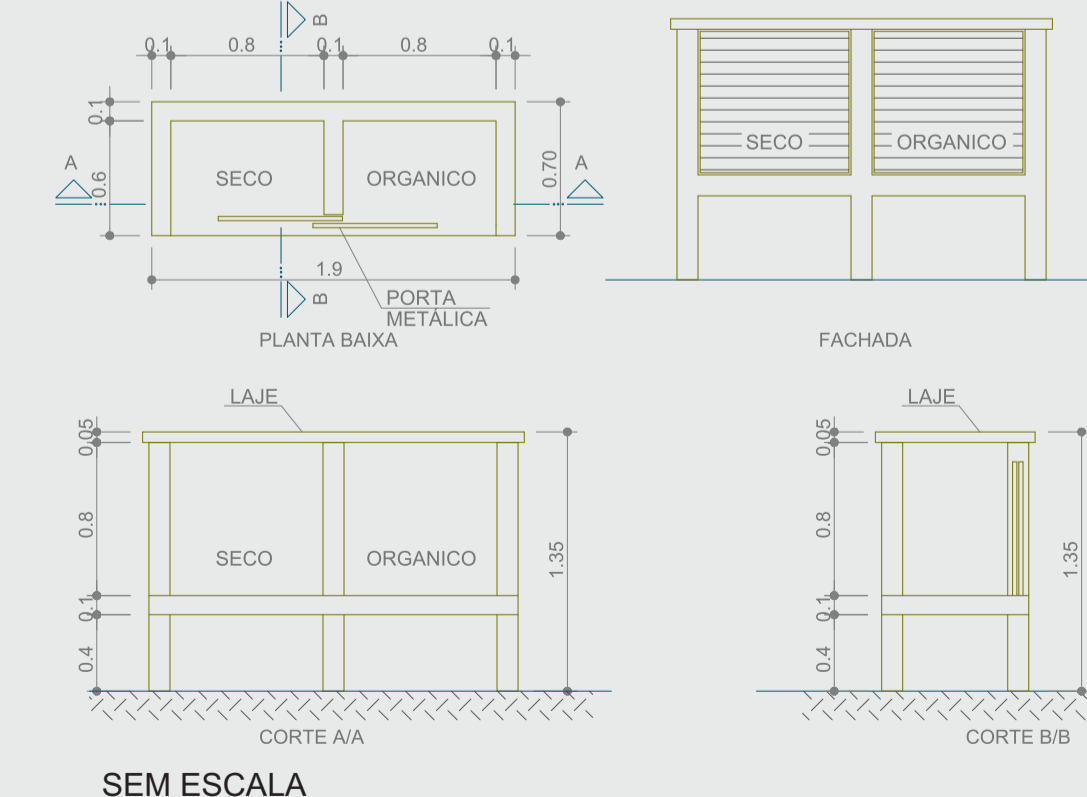
Depósito Horta

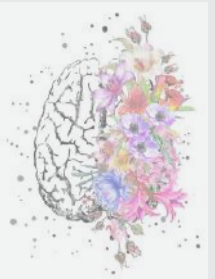


DIMENSÕES DE RAMPA DE PASSEIO



DETALHAMENTO DE LIXEIRA



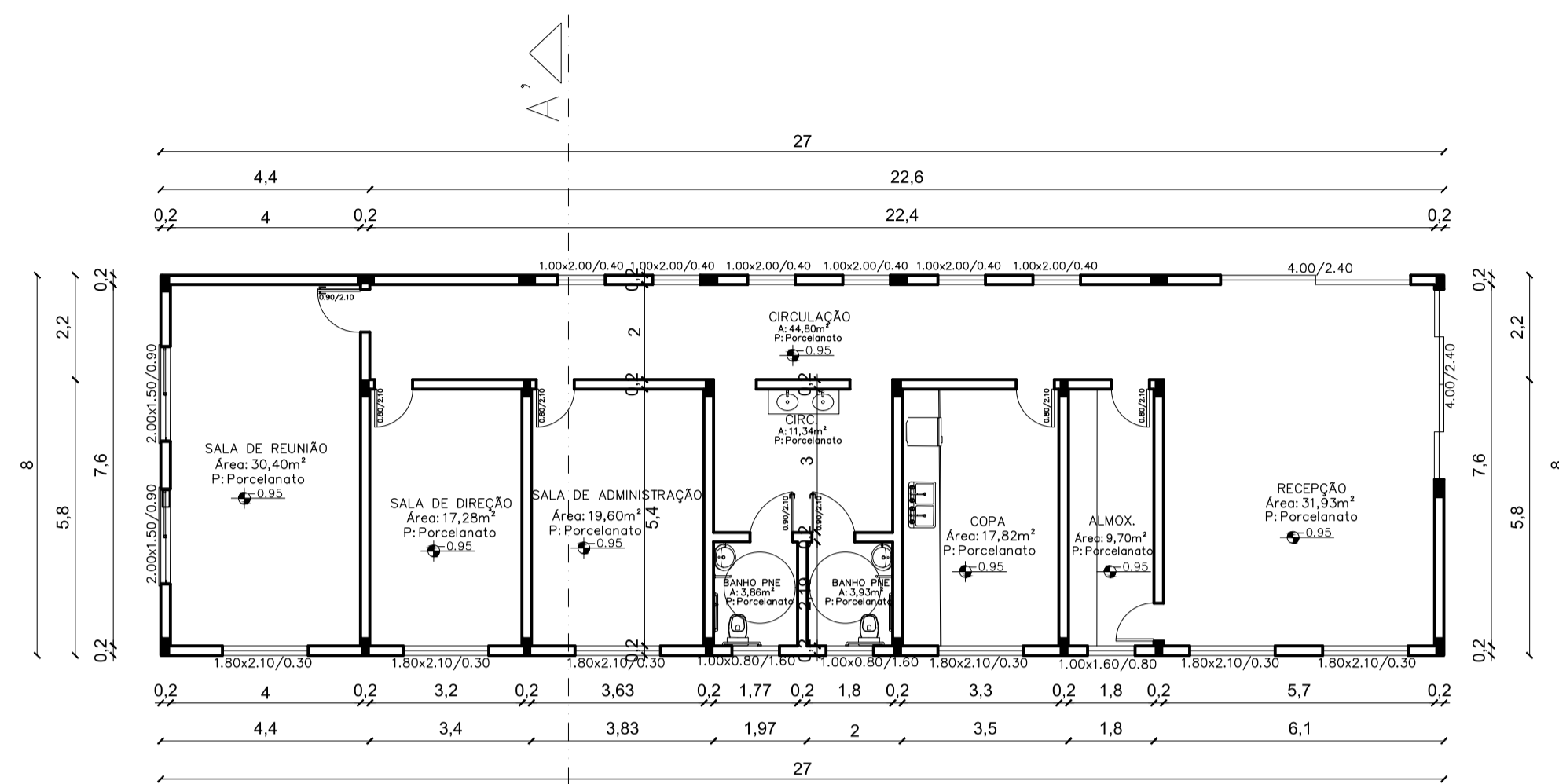


CENTRO DE TERAPIAS ALTERNATIVAS

Um olhar especial para a saúde mental

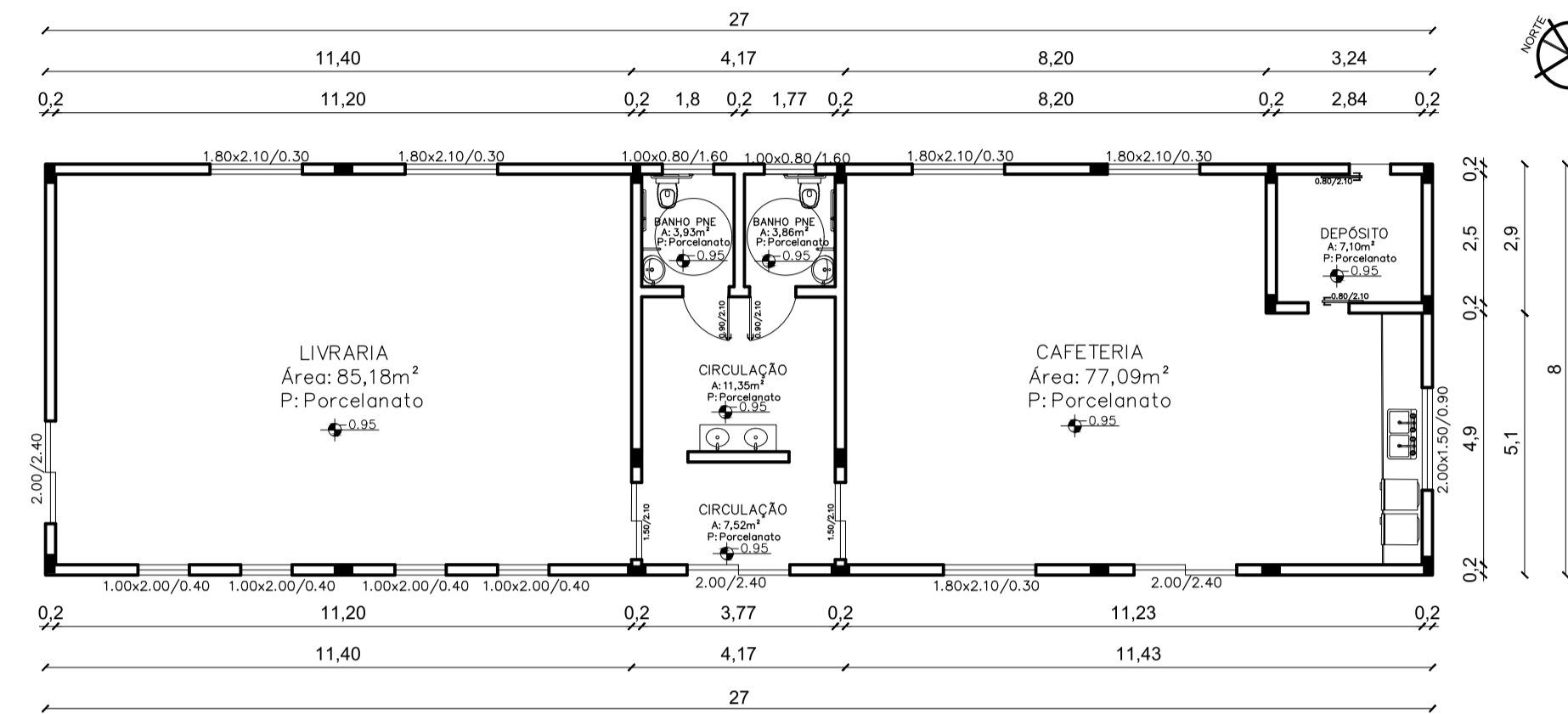
PLANTAS TÉCNICAS

BLOCO 1



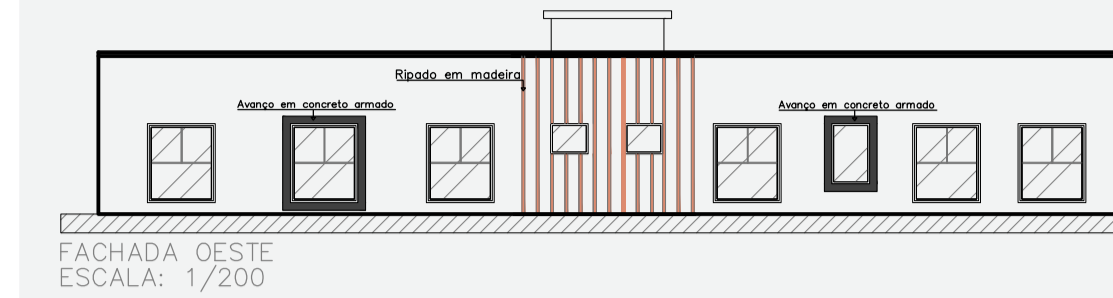
PLANTA BAIXA TÉCNICA
BLOCO 1
Área: 216m²
Escala: 1/125

BLOCO 2

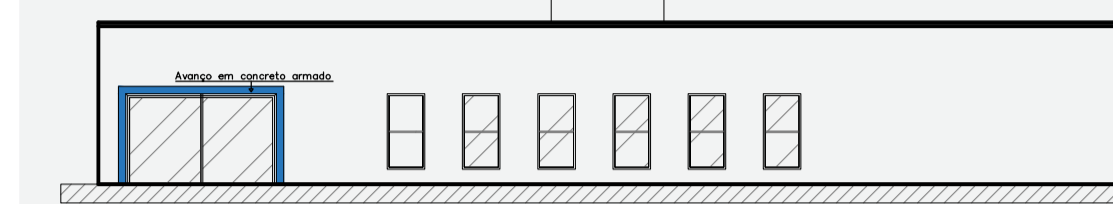


PLANTA BAIXA TÉCNICA
BLOCO 2
Área: 216m²
Escala: 1/125

BLOCO 1

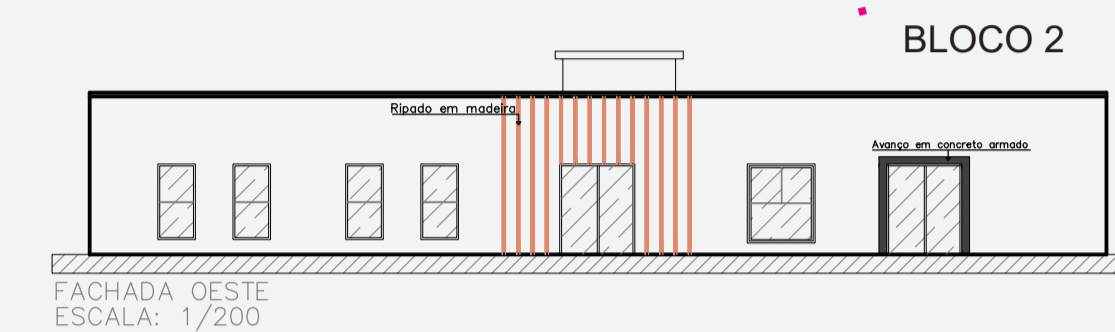
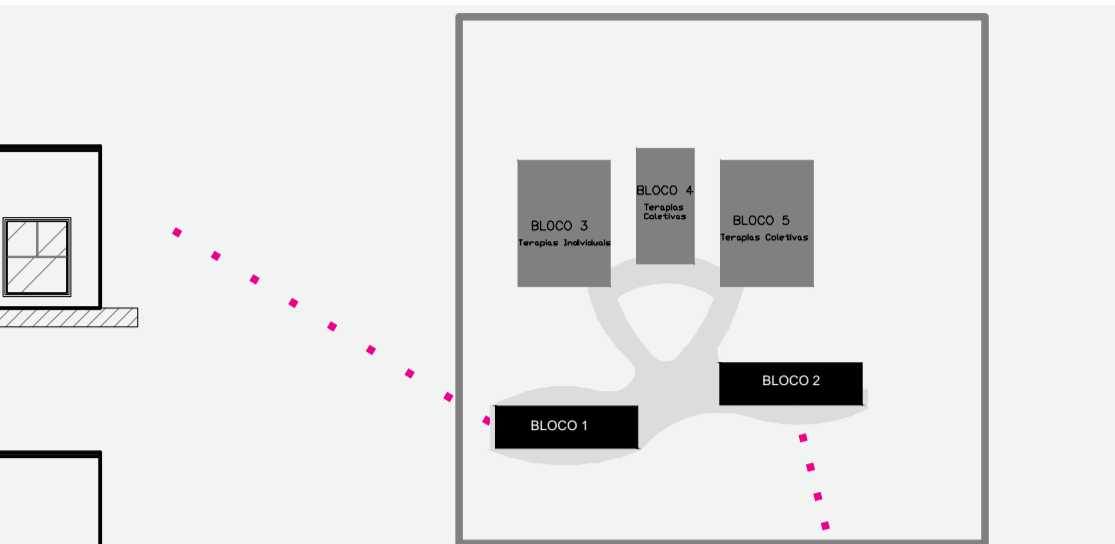


FACHADA OESTE
ESCALA: 1/200

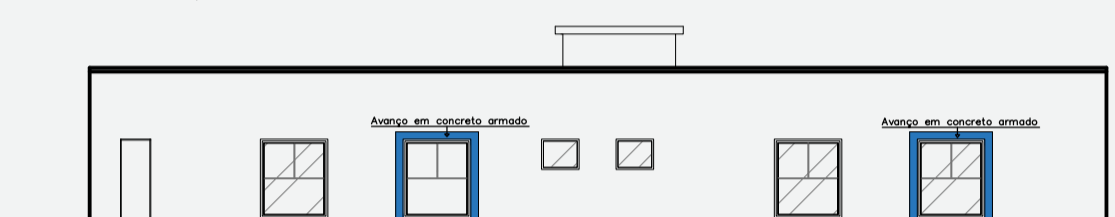


FACHADA LESTE
ESCALA: 1/200

FACHADAS

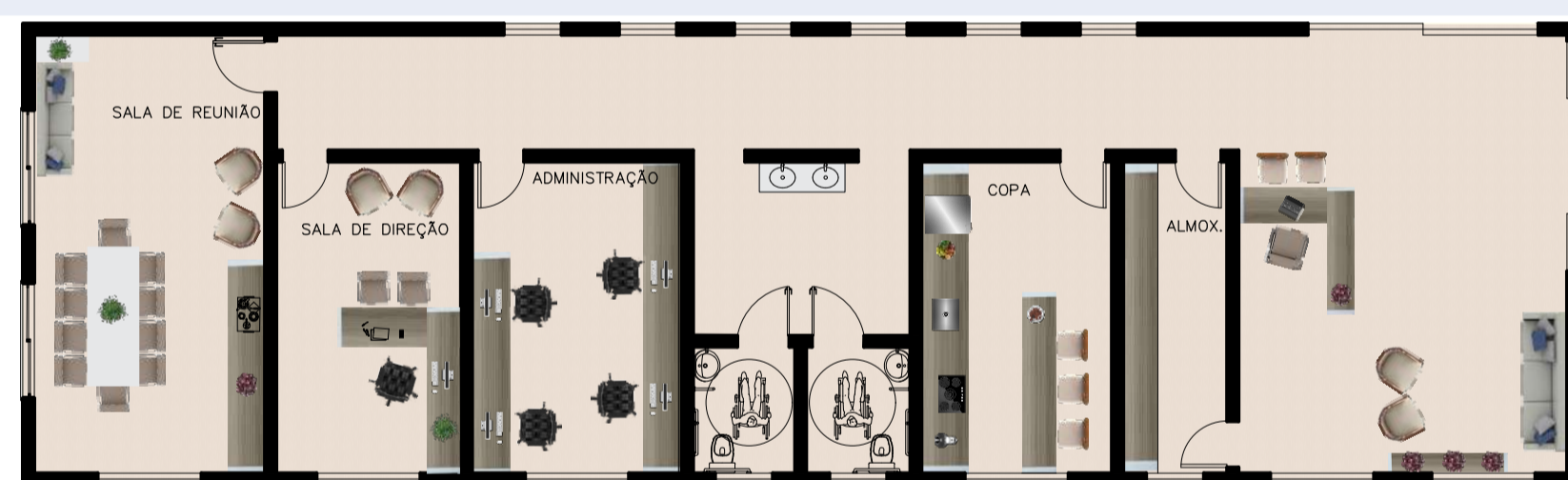


FACHADA OESTE
ESCALA: 1/200

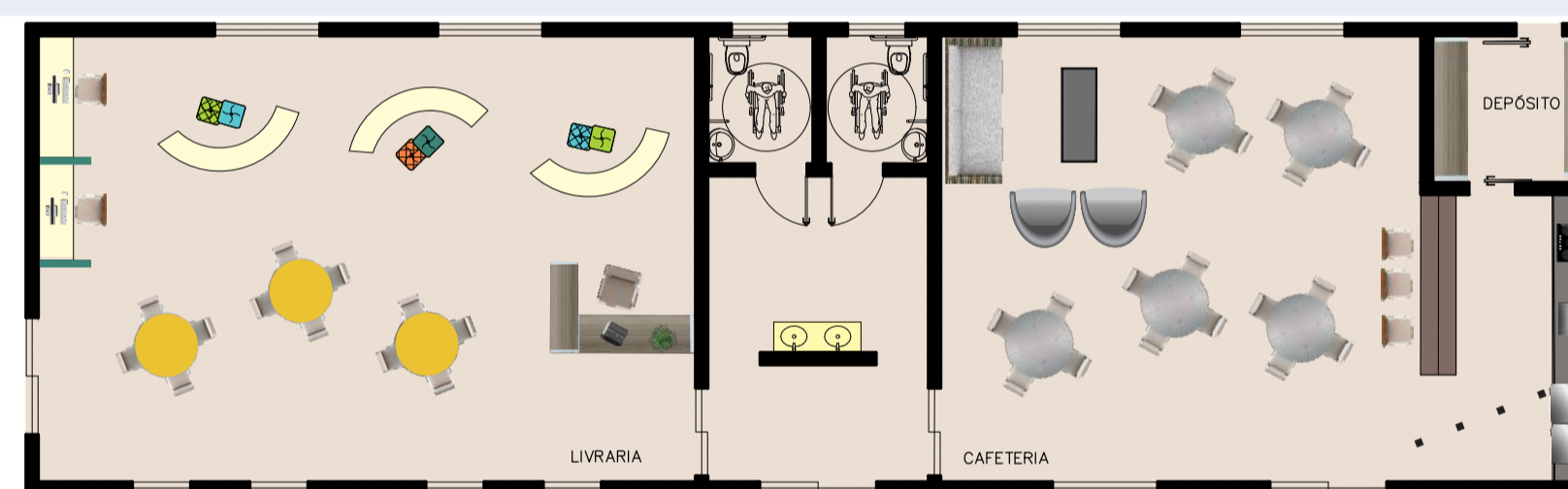


FACHADA LESTE
ESCALA: 1/200

PLANTAS HUMANIZADAS



PLANTA BAIXA HUMANIZADA
BLOCO 1
Escala: 1/125



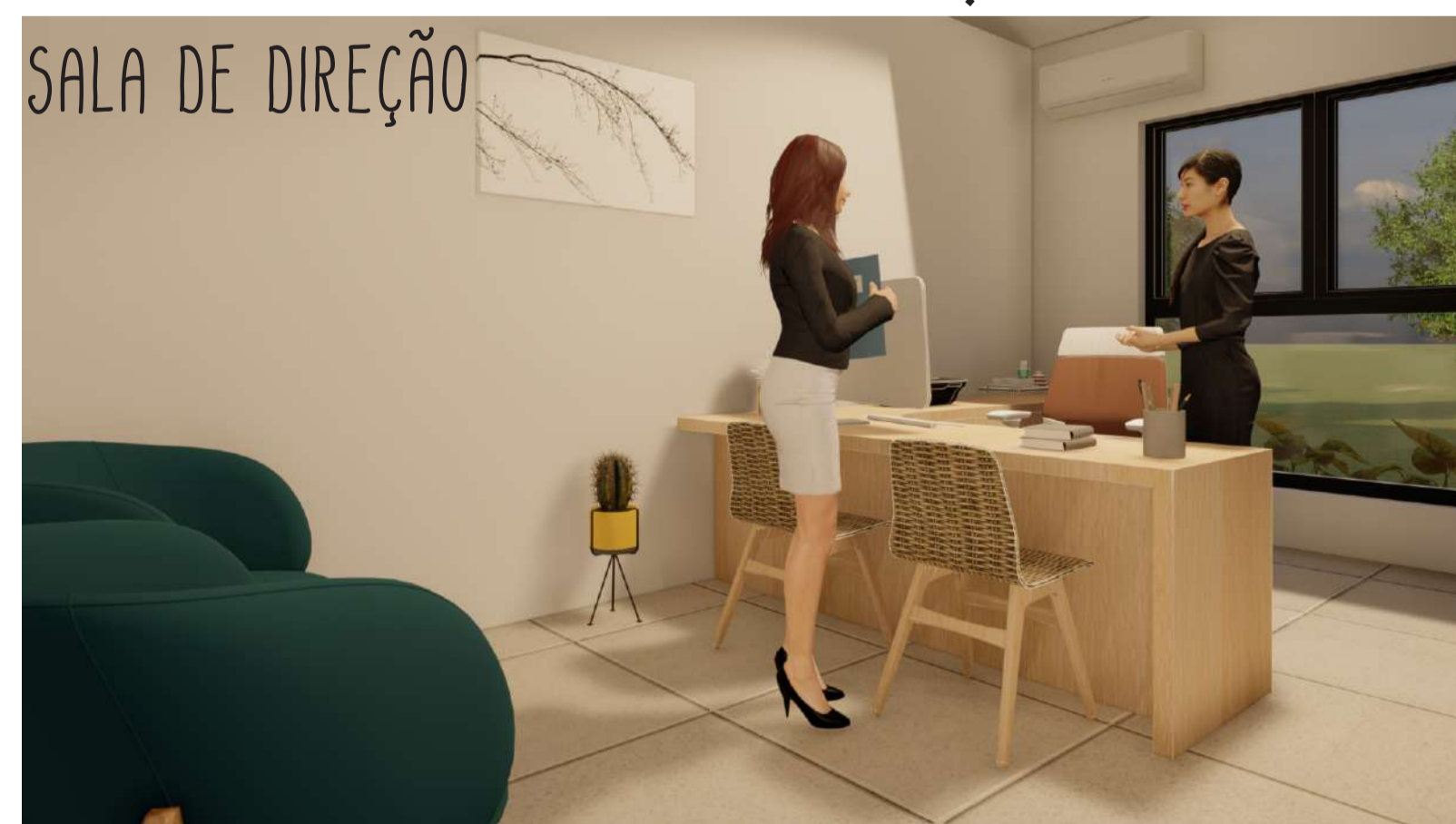
PLANTA BAIXA HUMANIZADA
BLOCO 2
Escala: 1/125



CAFETERIA

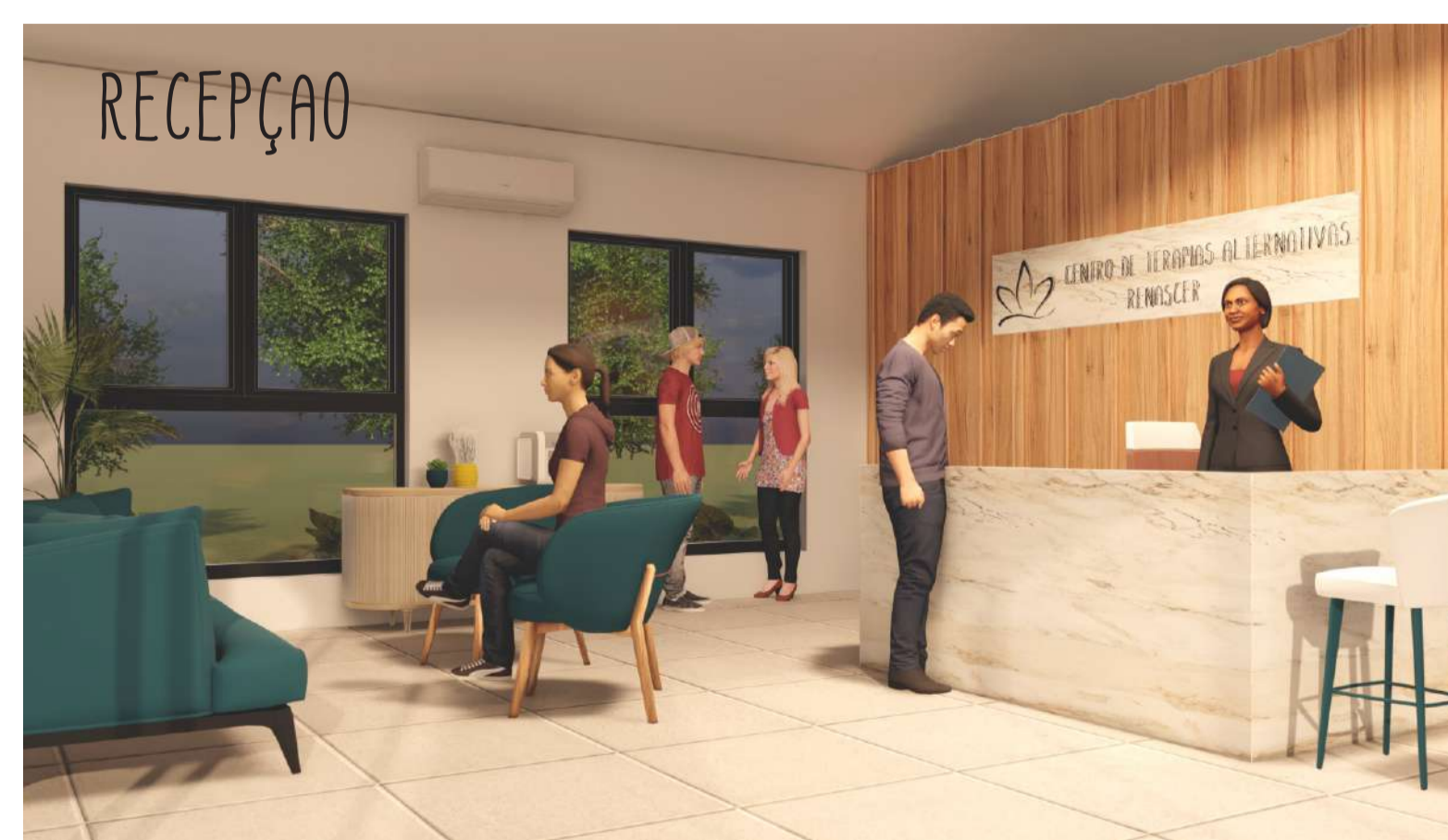
O café é consumido diariamente, pela maioria dos brasileiros, em casa, no local de trabalho, em padarias, lanchonetes e cafeterias de todo país.

O local fornece um lanche saudável, um lanche rápido e a possibilidade de encontrar com amigos, trocar ideias, como também intermediar negócios.



SALA DE DIREÇÃO

A recepção do Centro de terapias é mais do que um espaço para o paciente aguardar seu atendimento e obter informações, trata-se da primeira impressão que ele terá a respeito do serviço como um todo. Por isso, é necessário ter um cuidado especial na hora de organizar esse ambiente, criando as condições perfeitas para acomodar as pessoas com conforto e de maneira agradável.



RECEPÇÃO

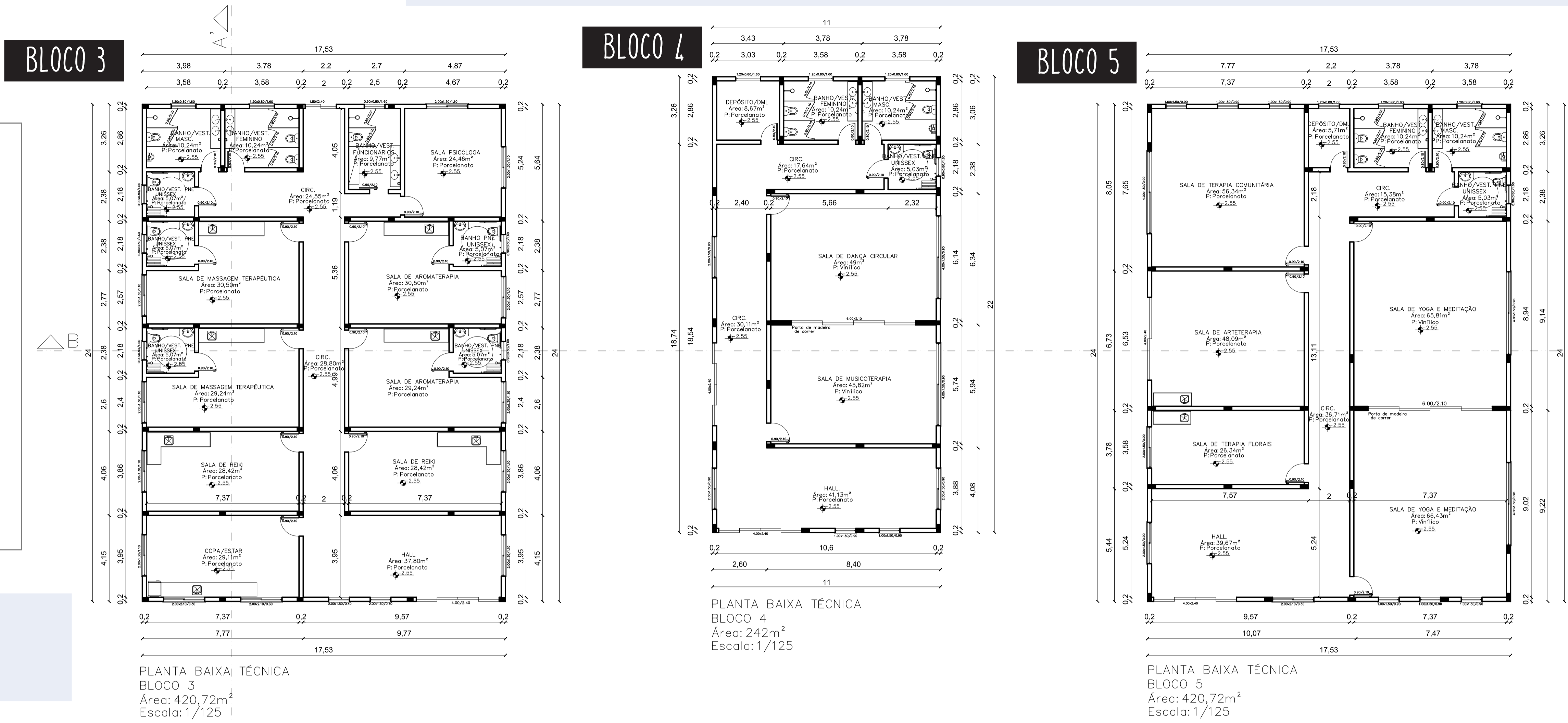
A livraria foi pensada para oferecer aos usuários uma vivência de leitura em um ambiente amplo e acolhedor. Utilizado cores vivas, iluminação adequada e mobiliário confortável para garantir o bem-estar e o conforto de todos.

- A leitura estimula a memória, eleva a autoestima.

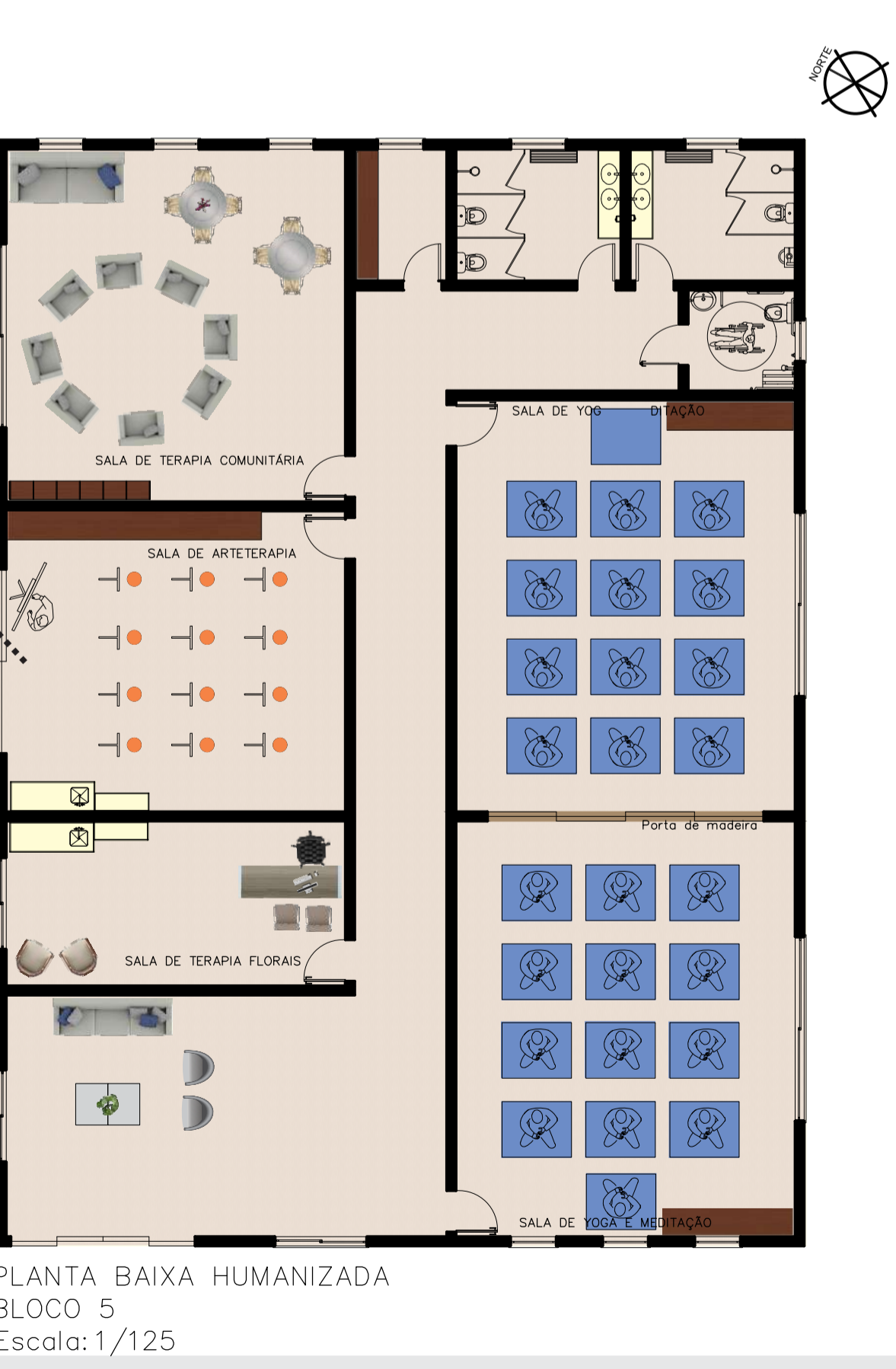
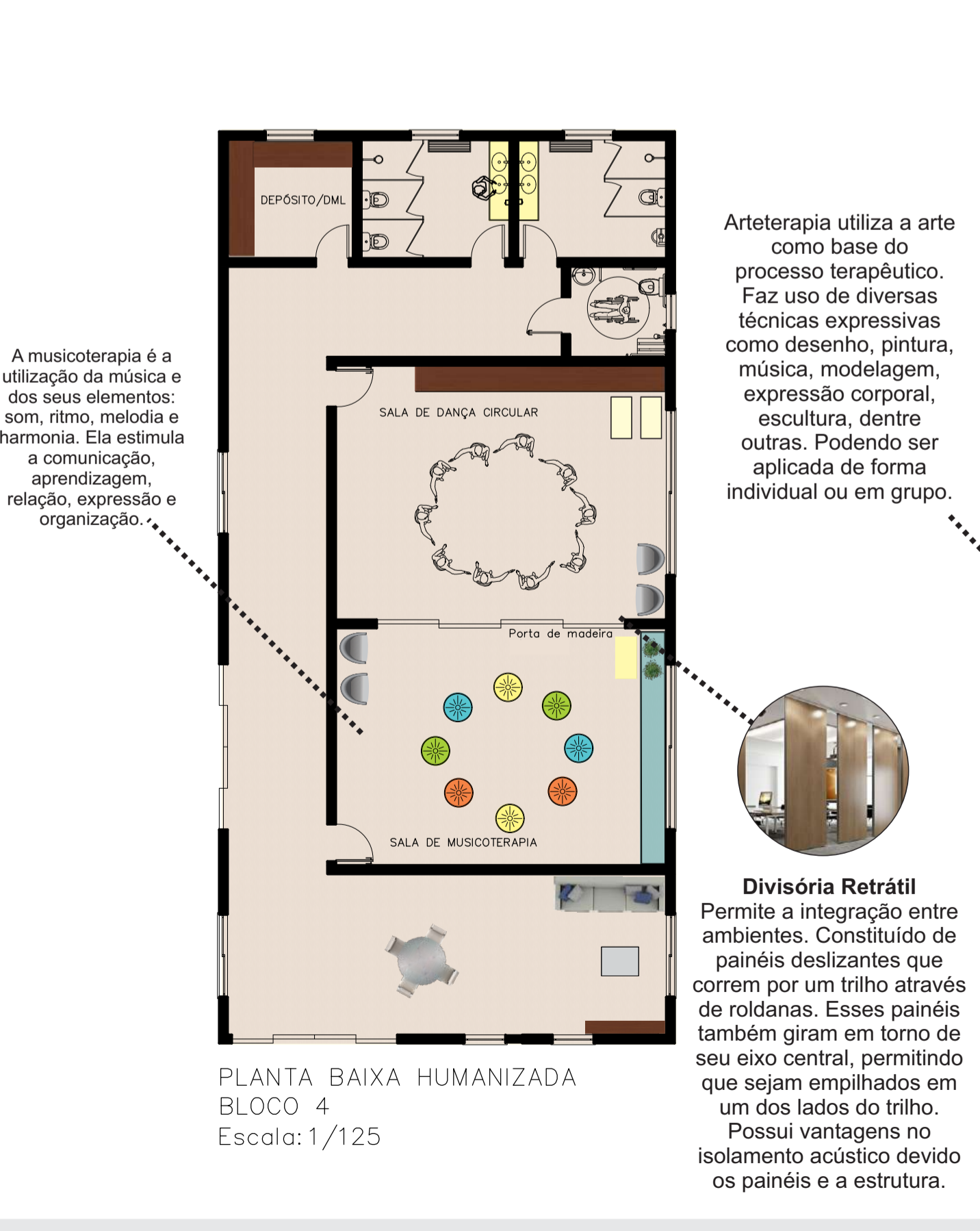
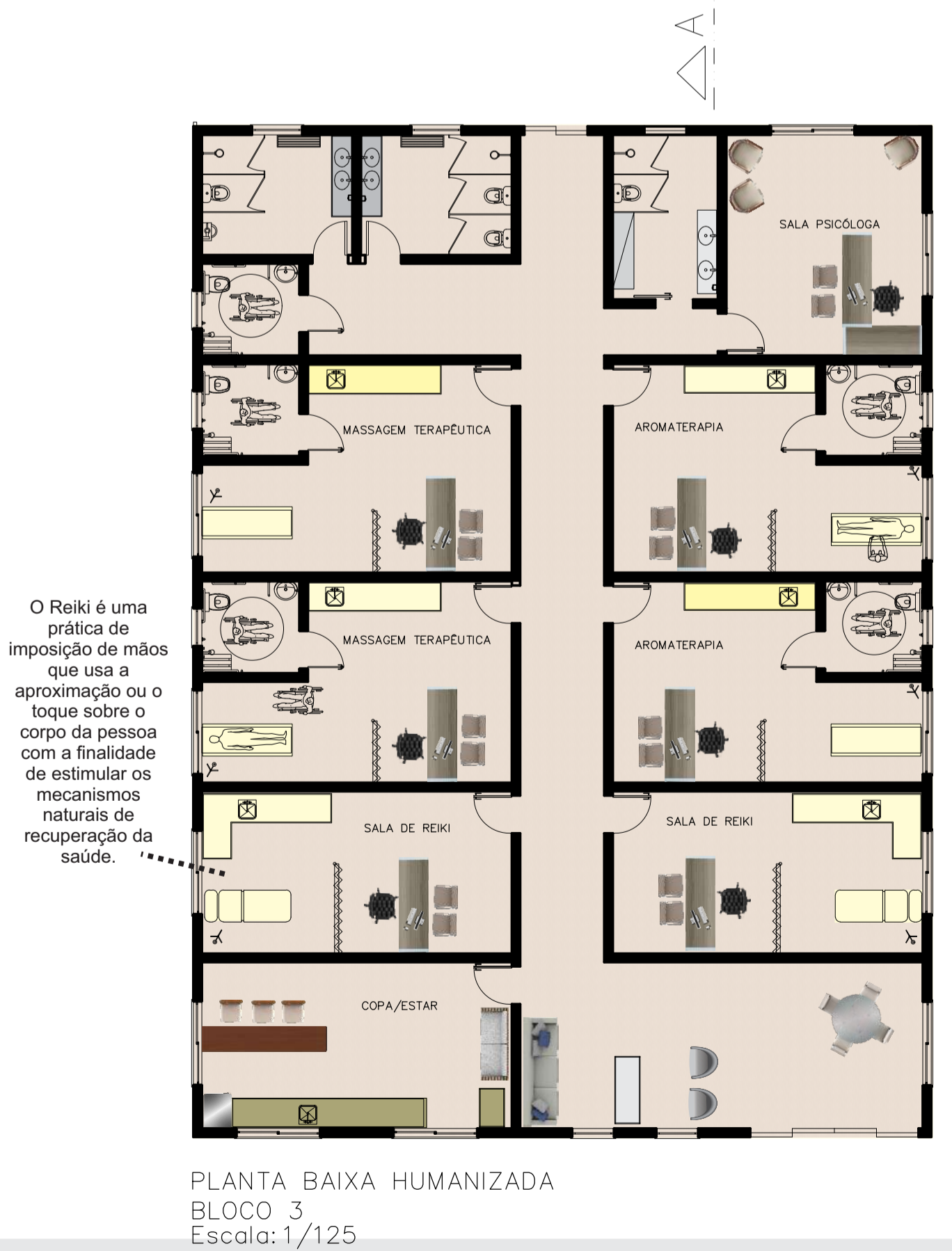
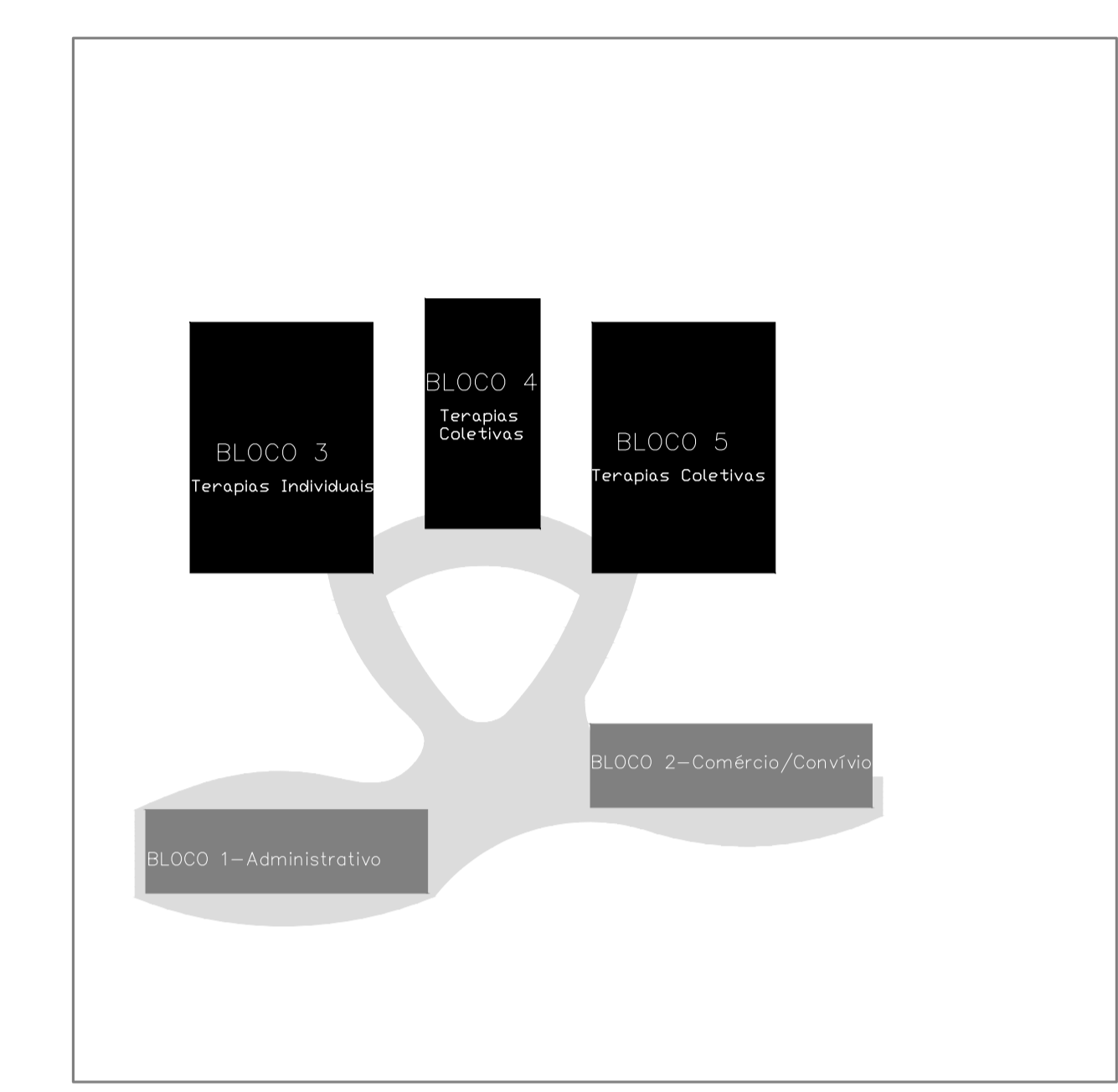
- A leitura desconhece a solidão, nos permite estar sempre acompanhados.

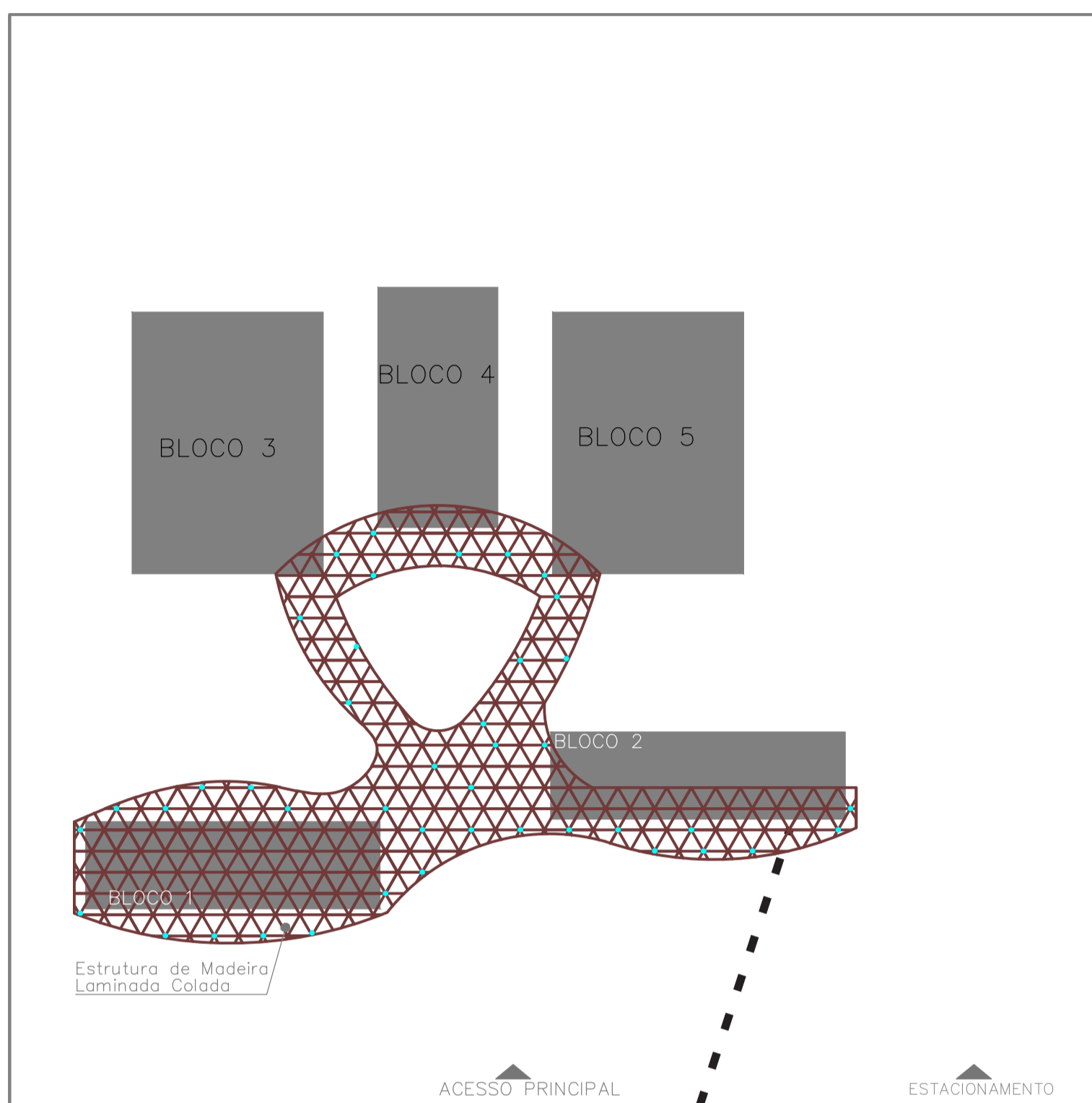


LIVRARIA

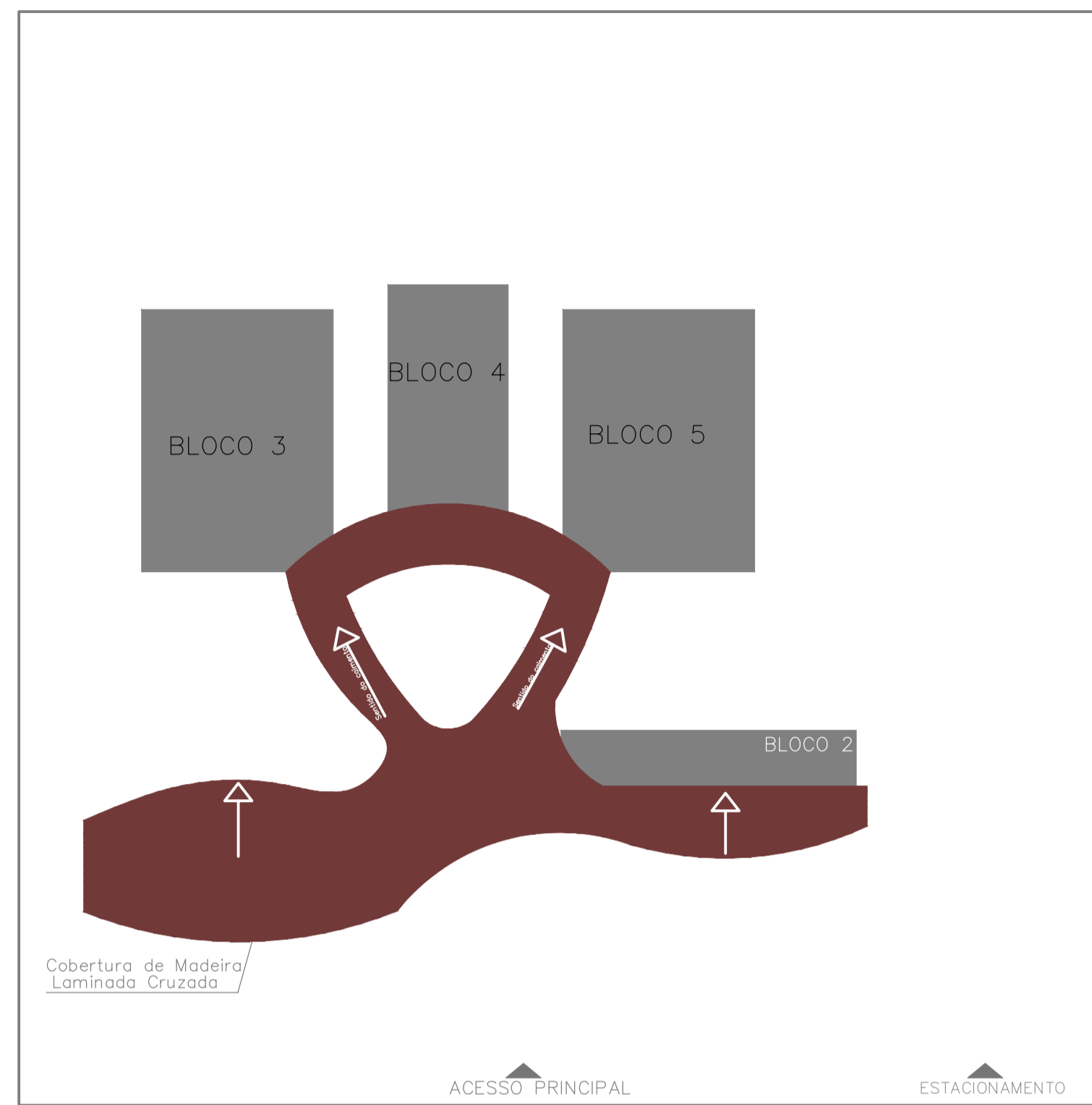


PLANTAS HUMANIZADAS





Cobertura
Escala: 1/500



Cobertura
Escala: 1/500

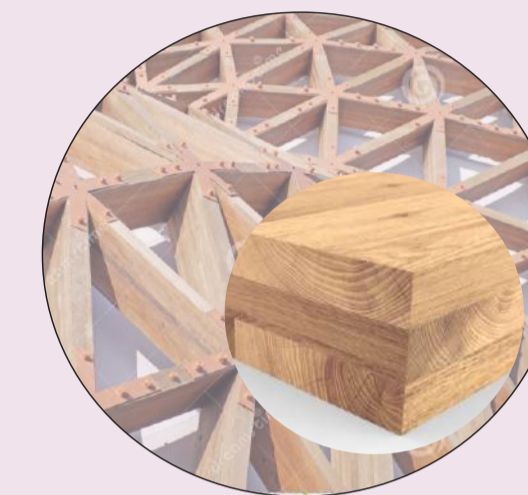


Madeira laminada colada:

- Produto estrutural, formado por associação de lâminas de madeira selecionada.

Vantagens:

- Formas Livres;
- Alta resistência ao fogo;
- Estabilidade Dimensional;
- Material Resistente;
- Número menor de ligações;
- Leveza;
- Matéria Prima Renovável;
- Resistência Mecânica.



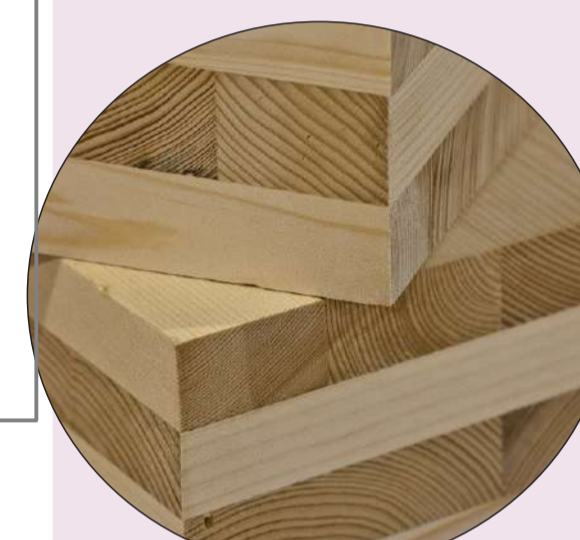
Fonte: Archdaily

Madeira Laminada Colada Cruzada:

A madeira laminada cruzada CLT (de Cross-laminated timber), é um tipo de produto estrutural de madeira que compreende várias camadas de madeiras, dimensionada colada, tal como a madeira laminada colada, porém, diferente desta, cada tábuas ou lamela é orientada perpendicularmente à anterior.

Vantagens:

- Boa Resistência;
- Resistência ao fogo;
- Excelente isolamento acústico;
- Isolamento térmico;
- Durabilidade;
- Velocidade de Construção;
- Resíduos Reduzidos.



Fonte: Archdaily

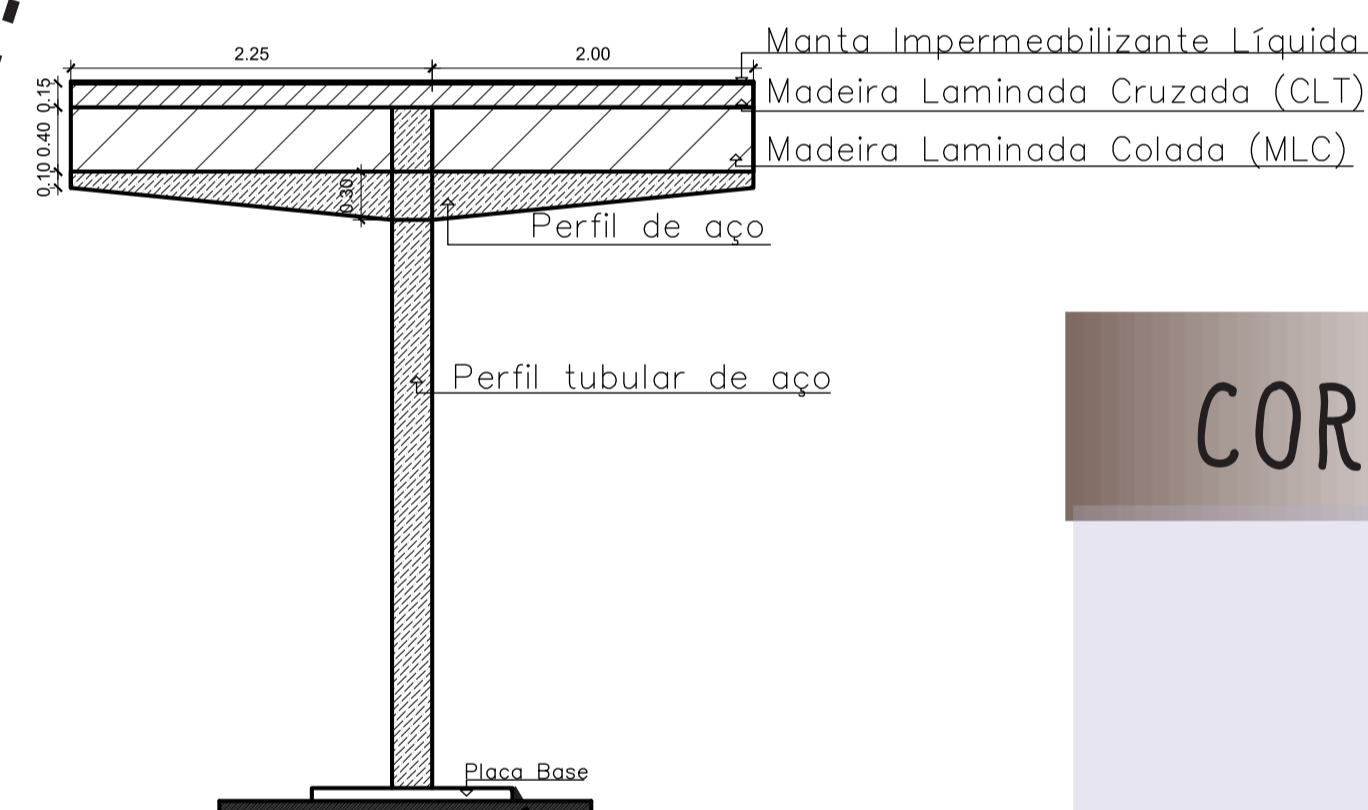


ESPAÇO DE LAZER

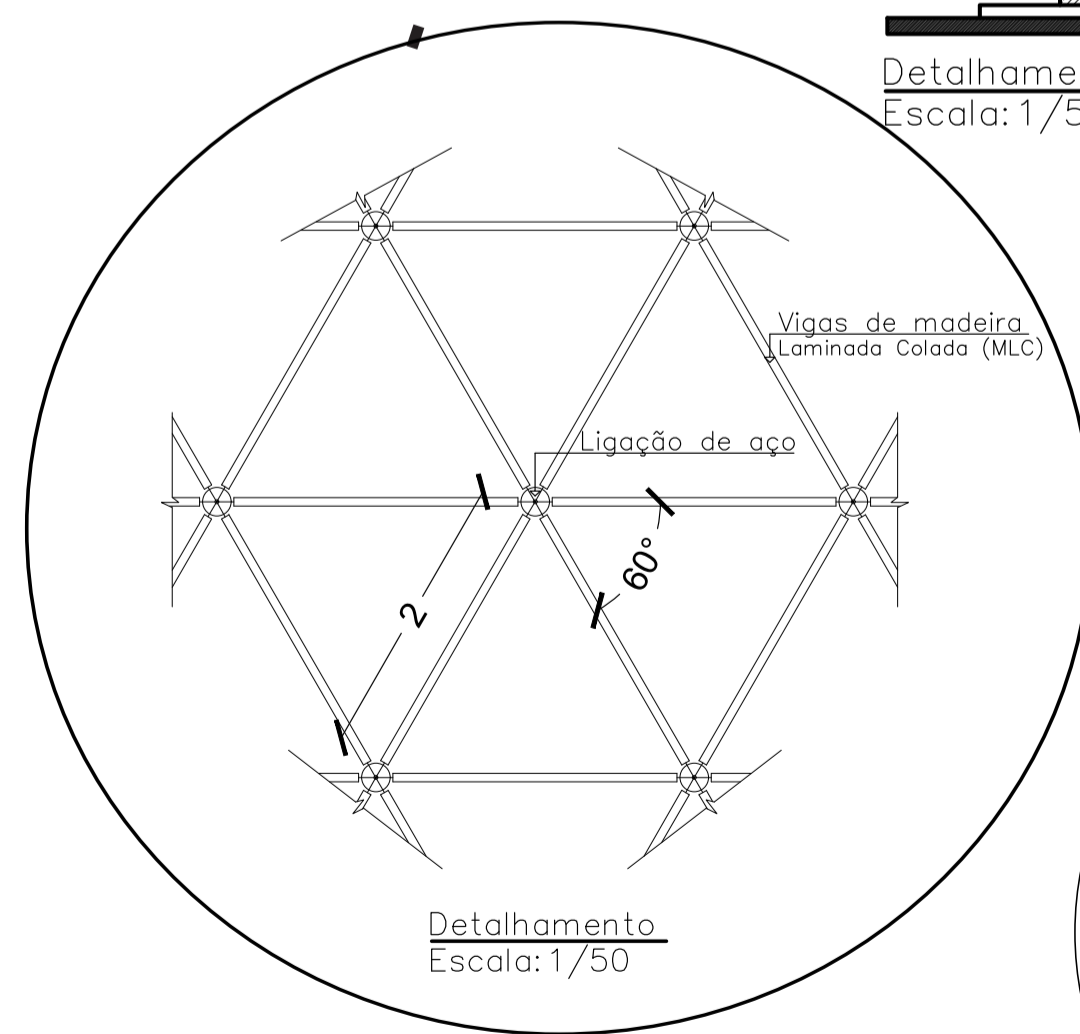


BLOCO 4

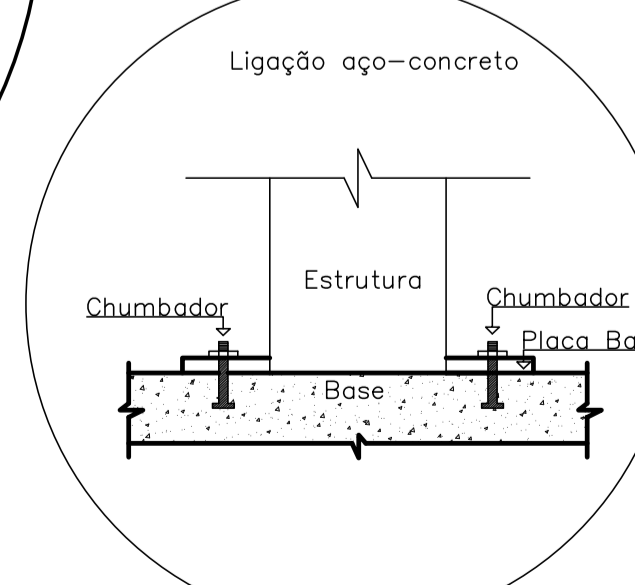
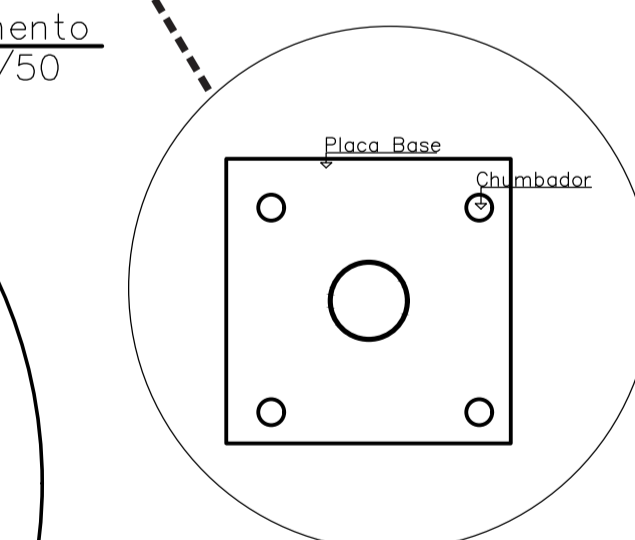
- Legenda:
- COBERTURA
 - PILAR
 - BLOCOS



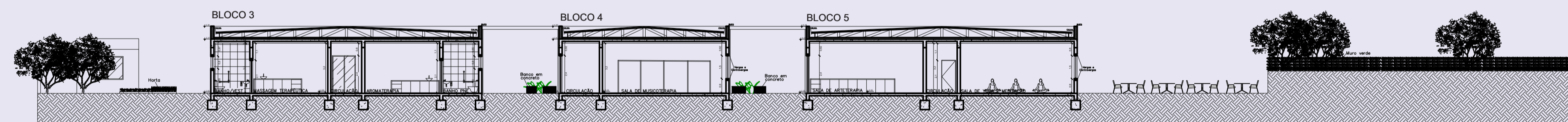
Detalhamento
Escala: 1/50



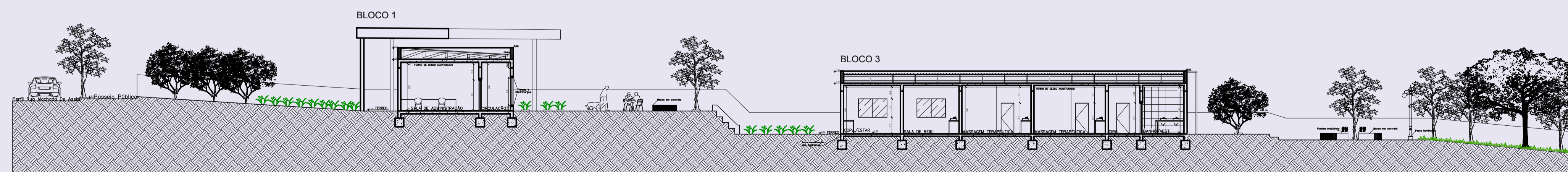
Detalhamento
Escala: 1/50



CORTES



CORTE BB'
ESCALA: 1/200



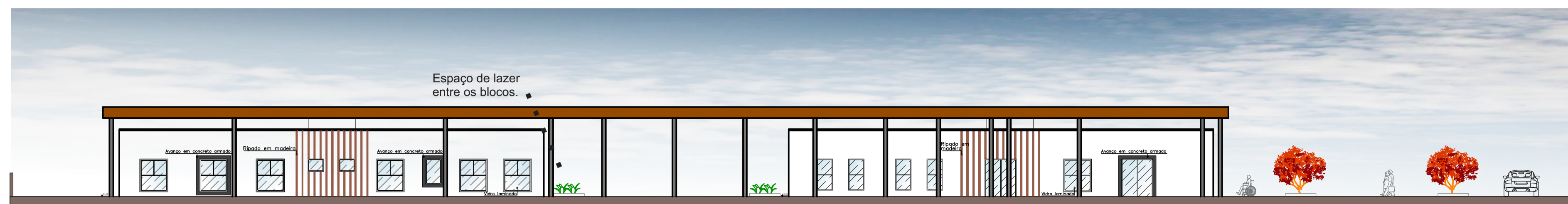
CORTE AA'
ESCALA: 1/200

DETALHAMENTO COBERTURA

CENTRO DE TERAPIAS ALTERNATIVAS

Um olhar especial para a saúde mental

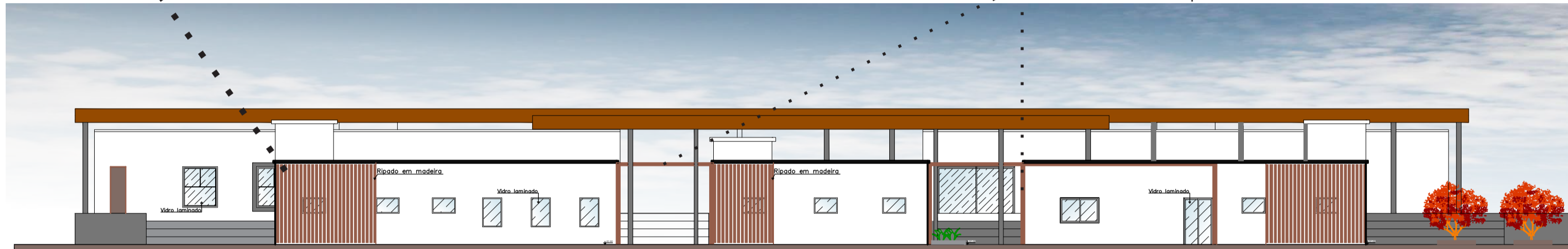
FACHADAS



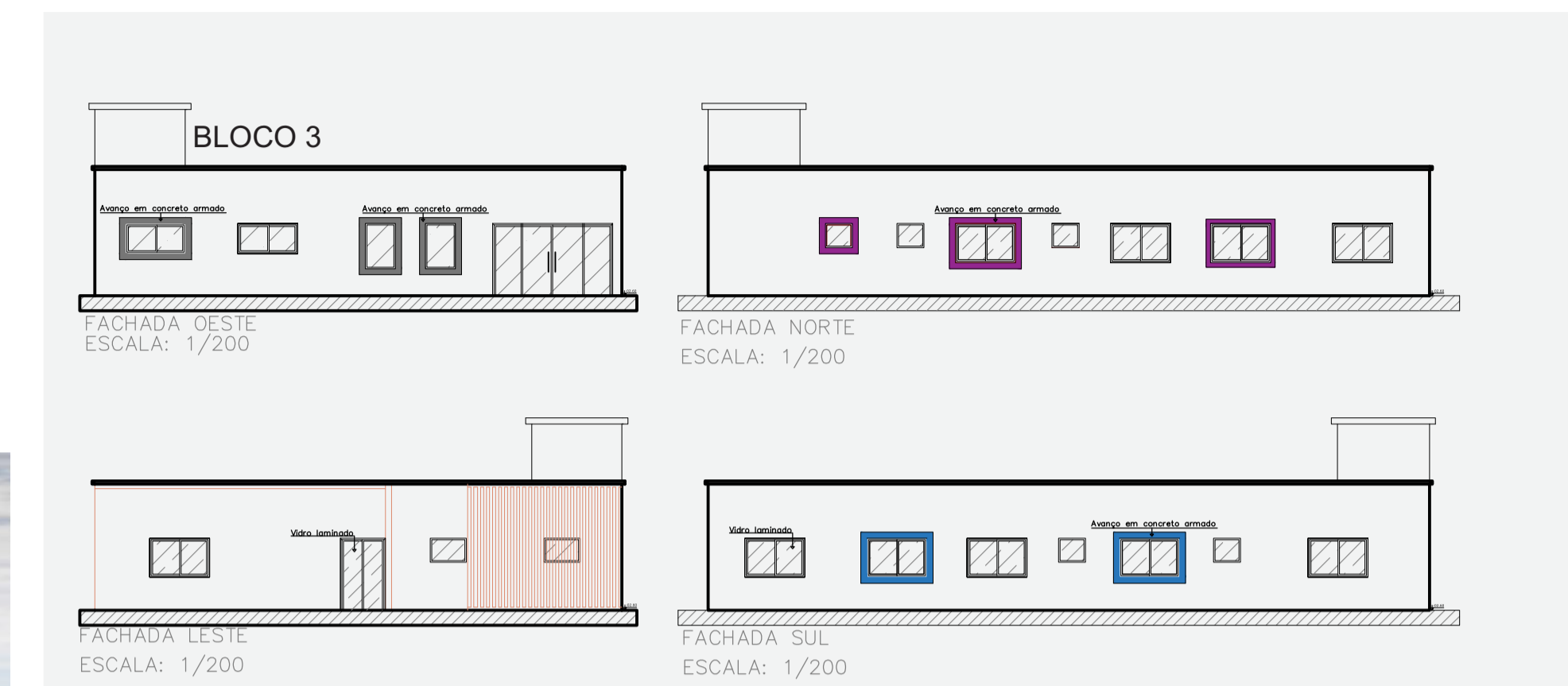
FACHADA OESTE
ESCALA: 1/200

Na Fachada Leste observamos a cobertura entre os blocos e detalhes em madeira.

Pergolados para criar um espaço acolhedor e convidativo para a área externa do Centro de terapias.



FACHADA LESTE
ESCALA: 1/200



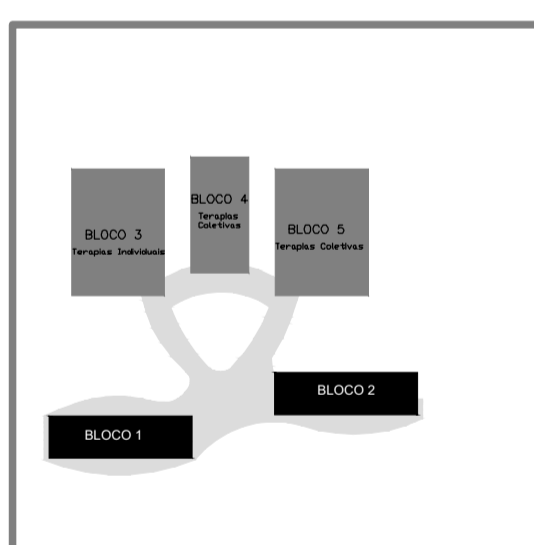
PLANTAS MEDICINAIS
As plantas medicinais podem auxiliar no tratamento de várias doenças.

HORTA
O processo de cultivo faz bem à saúde física e também mental.

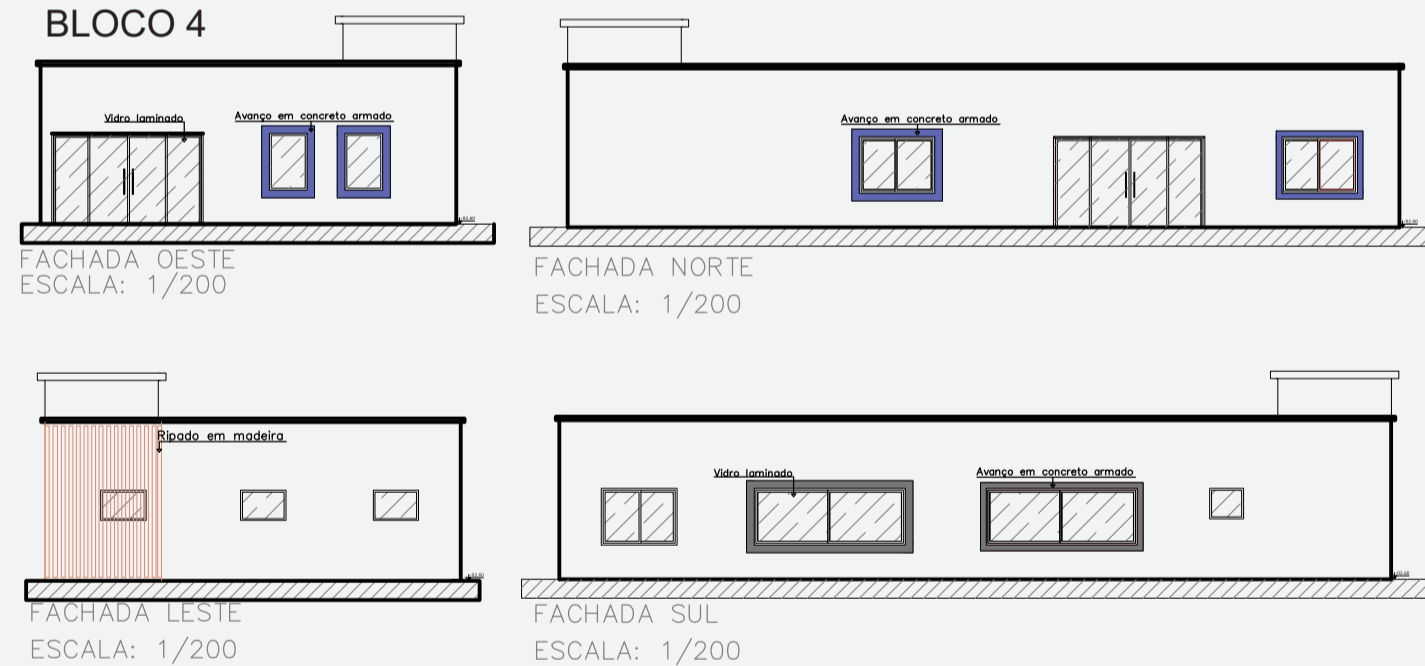
VISTAS



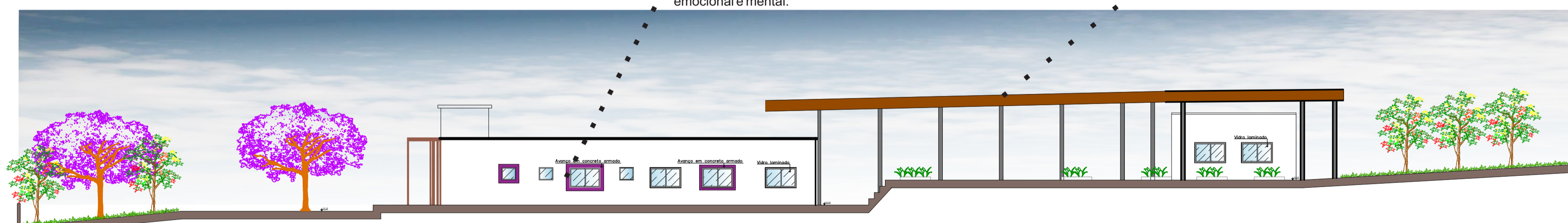
ESPAÇOS DE LAZER



BLOCO 4



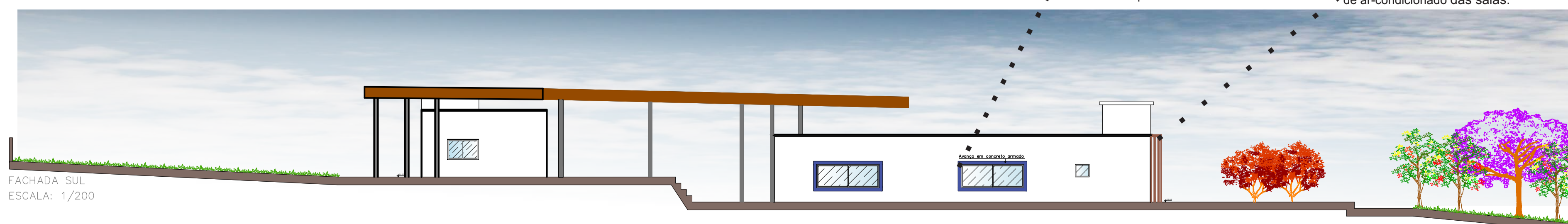
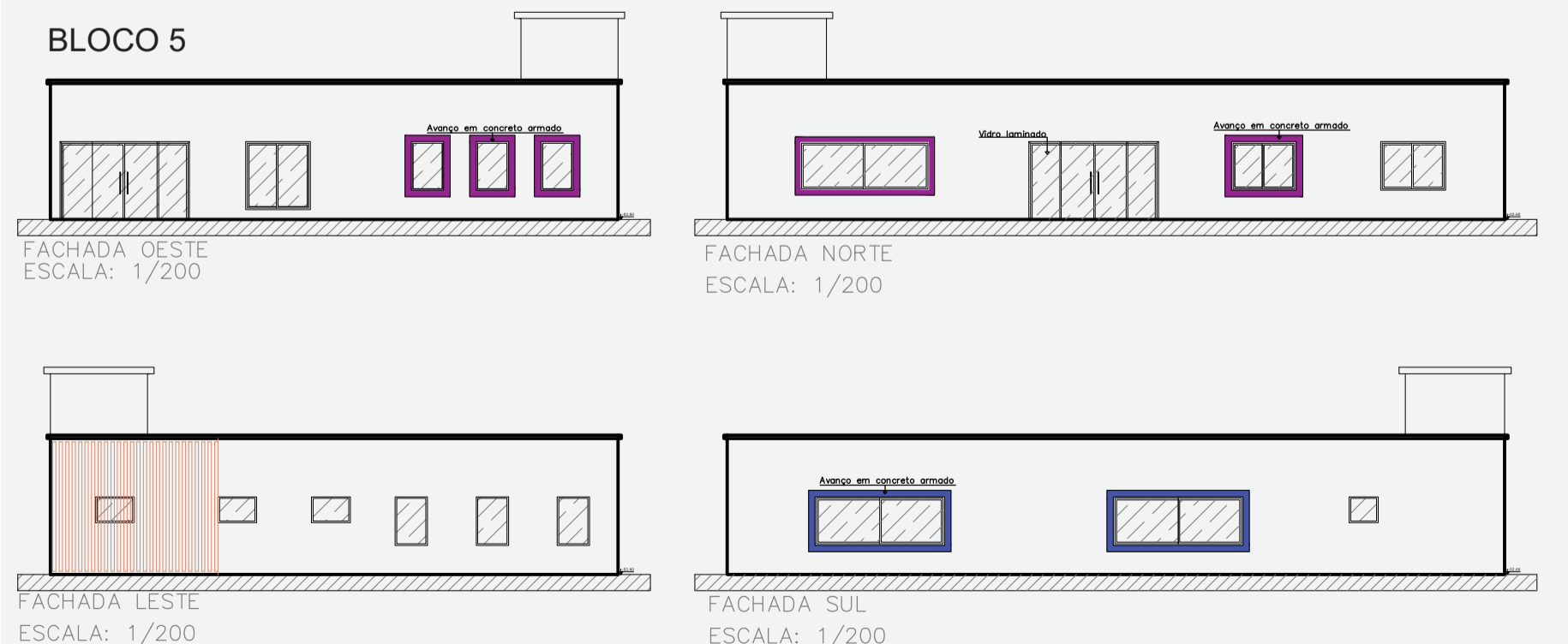
FACHADAS



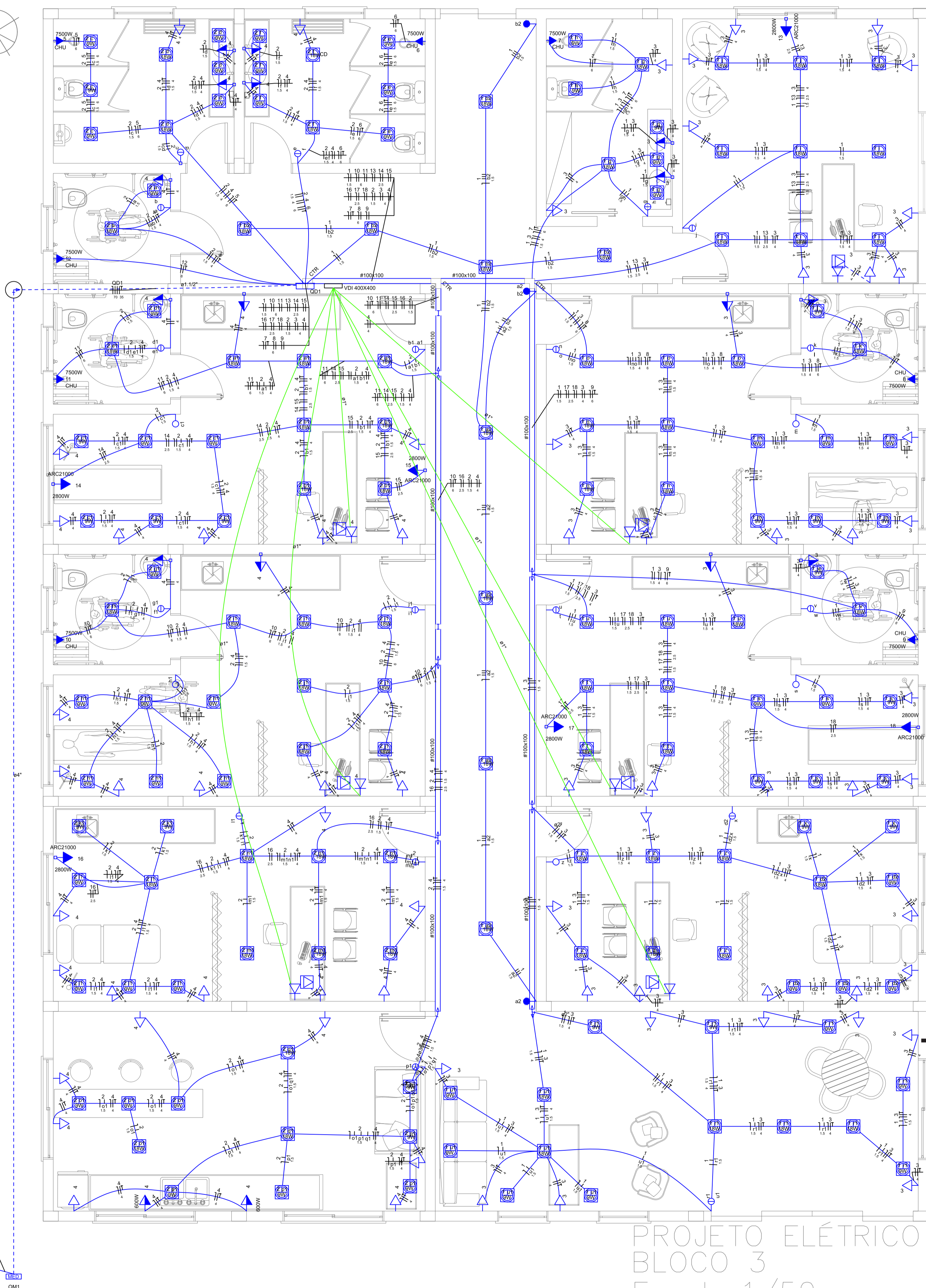
FACHADA NORTE
ESCALA: 1/200

Cobertura de madeira para ligação entre os blocos e espaços de convivência.

BLOCO 5

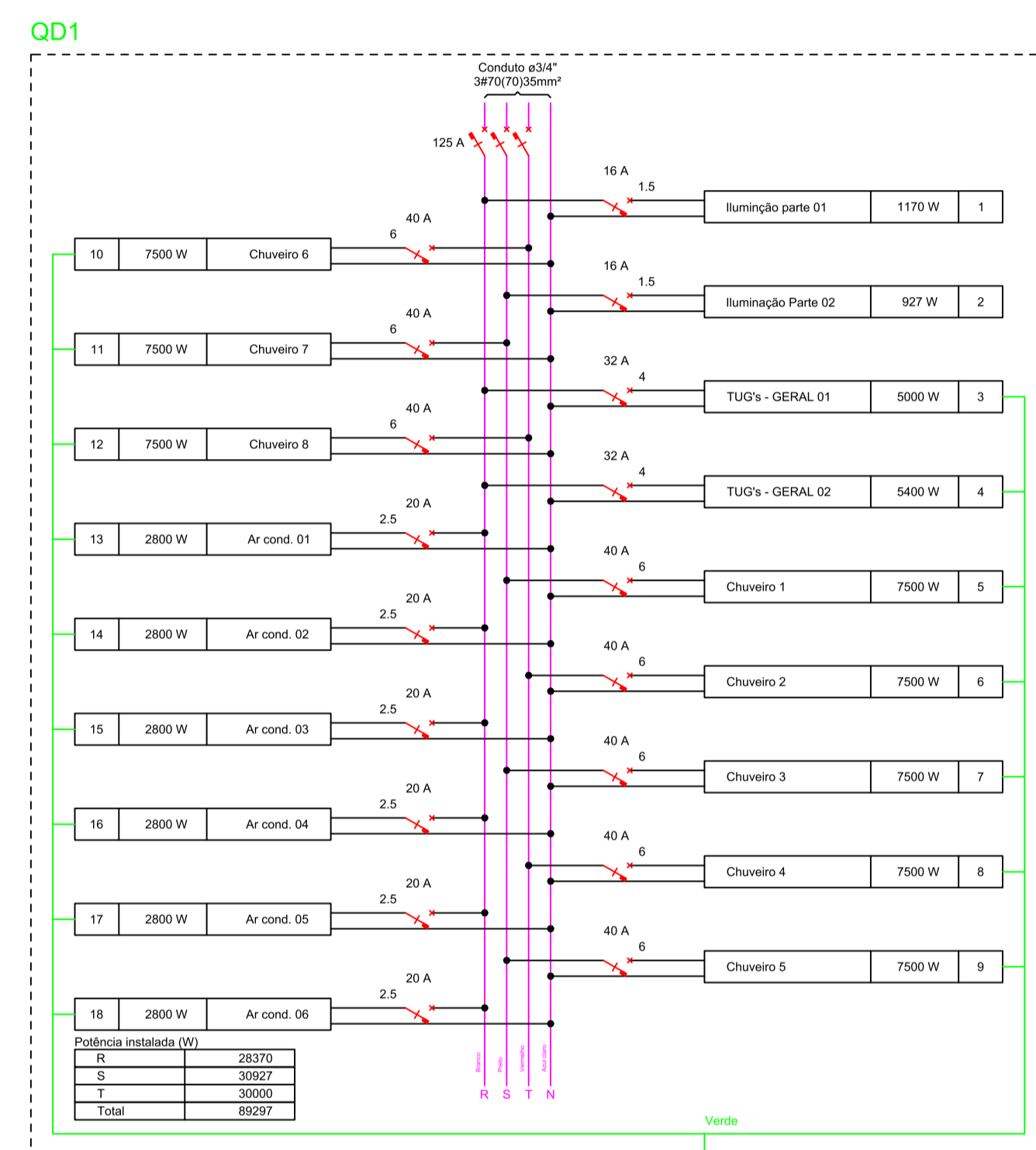


FACHADA SUL
ESCALA: 1/200



Quadro de Cargas (QD1)

Circuito	Descrição	Esquema	Método de inst.	Tensão (V)	Pot. total (VA)	Pot. total (W)	Fases	Pot. - R (W)	Pot. - S (W)	Pot. - T (W)	In - R (A)	In - S (A)	In - T (A)	FP	FCT	FCA	In' (A)	Ip (A)	Seção (mm ²)	lc (A)	Disj (A)	dV parc (%)	dV total (%)	Status
1	Iluminação parte 01	F+N	B1	220 V	1516	1170	R	1170			5,9			0,77	1,00	1,00	5,9	6,9	1,5	17,5	16	0,94	1,02	OK
2	Iluminação Parte 02	F+N	B1	220 V	1207	927	S		927			4,3					4,3	5,5	1,5	17,5	16	0,71	0,79	OK
3	TUG's - GERAL 01	F+N+T	B1	220 V	5611	5000	R	5000			25,5			0,89	1,00	1,00	25,5	27,5	4	32,0	32	1,38	1,46	OK
4	TUG's - GERAL 02	F+N+T	B1	220 V	6042	5400	R	5400			23,9			0,89	1,00	1,00	23,9	27,5	4	32,0	32	1,98	2,06	OK
5	Chuveiro 1	F+N+T	B1	220 V	7895	7500	S		7500			35,9		0,95	1,00	1,00	35,9	35,9	6	41,0	40	1,17	1,25	OK
6	Chuveiro 2	F+N+T	B1	220 V	7895	7500	T			7500			35,9	0,95	1,00	1,00	35,9	35,9	6	41,0	40	1,42	1,51	OK
7	Chuveiro 3	F+N+T	B1	220 V	7895	7500	S		7500			35,9		0,95	1,00	1,00	35,9	35,9	6	41,0	40	1,36	1,45	OK
8	Chuveiro 4	F+N+T	B1	220 V	7895	7500	T			7500			35,9	0,95	1,00	1,00	35,9	35,9	6	41,0	40	1,50	1,58	OK
9	Chuveiro 5	F+N+T	B1	220 V	7895	7500	S		7500			35,9		0,95	1,00	1,00	35,9	35,9	6	41,0	40	2,10	2,18	OK
10	Chuveiro 6	F+N+T	B1	220 V	7895	7500	T			7500			35,9	0,95	1,00	1,00	35,9	35,9	6	41,0	40	2,18	2,26	OK
11	Chuveiro 7	F+N+T	B1	220 V	7895	7500	S		7500			35,9		0,95	1,00	1,00	35,9	35,9	6	41,0	40	1,49	1,57	OK
12	Chuveiro 8	F+N+T	B1	220 V	7895	7500	T			7500			35,9	0,95	1,00	1,00	35,9	35,9	6	41,0	40	0,69	0,77	OK
13	Ar cond. 01	F+N+T	B1	220 V	3111	2800	R	2800			14,1			0,90	1,00	1,00	14,1	14,1	2,5	24,0	20	1,48	1,57	OK
14	Ar cond. 02	F+N+T	B1	220 V	3111	2800	R	2800			14,1			0,90	1,00	1,00	14,1	14,1	2,5	24,0	20	1,41	1,49	OK
15	Ar cond. 03	F+N+T	B1	220 V	3111	2800	R	2800			14,1			0,90	1,00	1,00	14,1	14,1	2,5	24,0	20	1,27	1,36	OK
16	Ar cond. 04	F+N+T	B1	220 V	3111	2800	R	2800			14,1			0,90	1,00	1,00	14,1	14,1	2,5	24,0	20	2,32	2,41	OK
17	Ar cond. 05	F+N+T	B1	220 V	3111	2800	R	2800			14,1			0,90	1,00	1,00	14,1	14,1	2,5	24,0	20	2,62	2,70	OK
18	Ar cond. 06	F+N+T	B1	220 V	3111	2800	R	2800			14,1			0,90	1,00	1,00	14,1	14,1	2,5	24,0	20	2,81	2,89	OK
TOTAL					96200	89297	R+S+T	28370	30927	30000														



Legenda

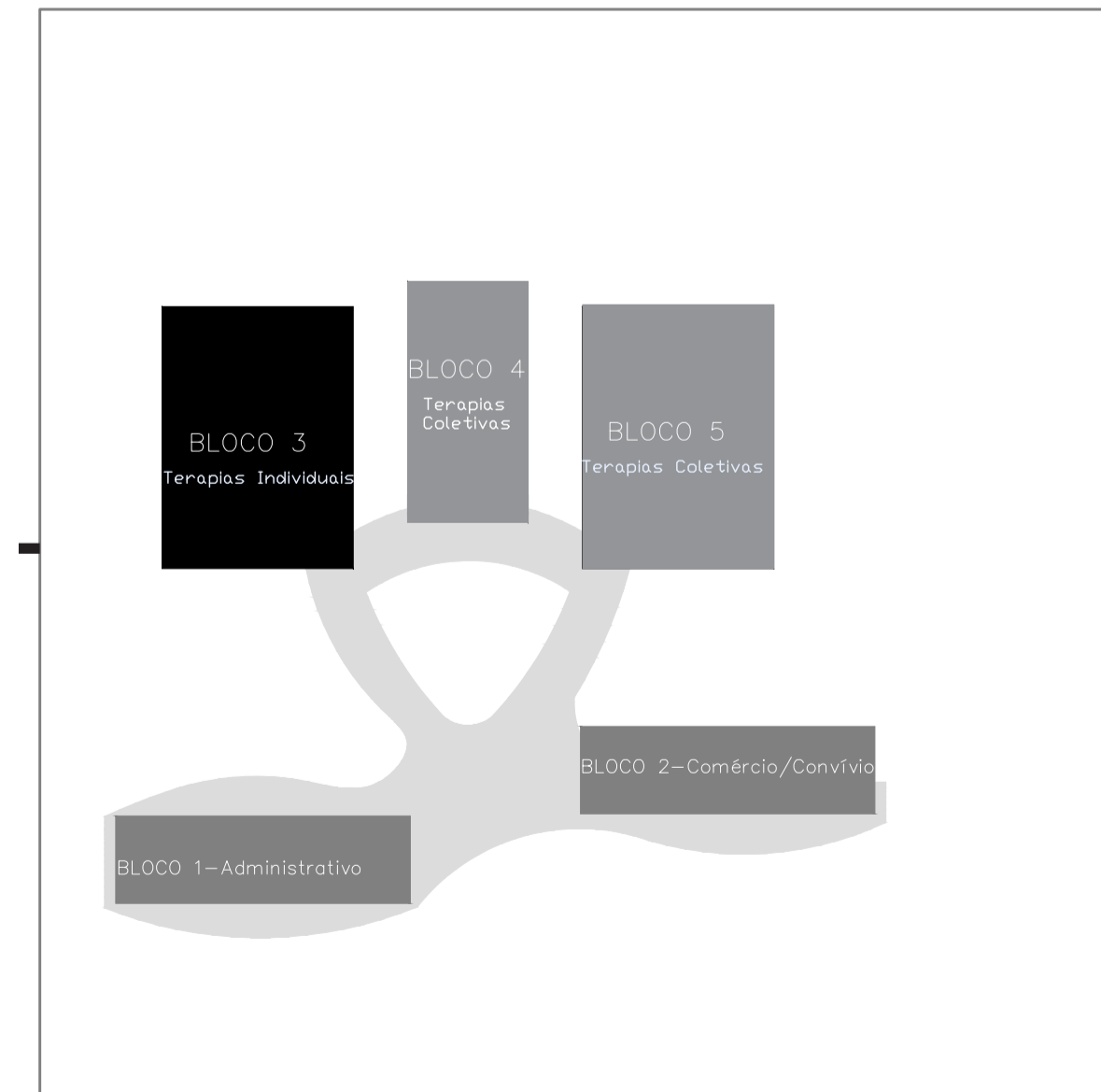
- Cotovelo reto 90°
- Entrada de serviço
- Interruptor paralelo 1 tecla a 1,20m do piso
- Interruptor paralelo 2 teclas a 1,20m do piso
- Interruptor simples 1 tecla a 1,20m do piso
- Interruptor simples 2 teclas a 1,20m do piso
- Interruptor simples 3 teclas a 1,20m do piso
- Spot led
- Ponto rede lógica a 0,30m do piso
- Quadro de distribuição
- VDI
- Tomada alta a 1,80m do piso
- Tomada alta a 2,20m do piso
- Tomada baixa a 0,30m do piso
- Tomada média a 1,20m do piso
- Tomada no piso

Legenda das indicações

- CHU Pontos de força - Uso específico - Chuveiro 7500 W
- ARC21000 Tomada - uso específico - Condicionador de ar 21000BTU
- CTR Cotovelo reto 90° - 100x100mm

Legenda de condutos

- Teto
- Média
- Piso



PROJETO ELÉTRICO
BLOCO 3
Escala: 1/50



CENTRO DE TERAPIAS ALTERNATIVAS

Um olhar especial para a saúde mental

ESQUEMA PREVENÇÃO CONTRA INCÊNDIO

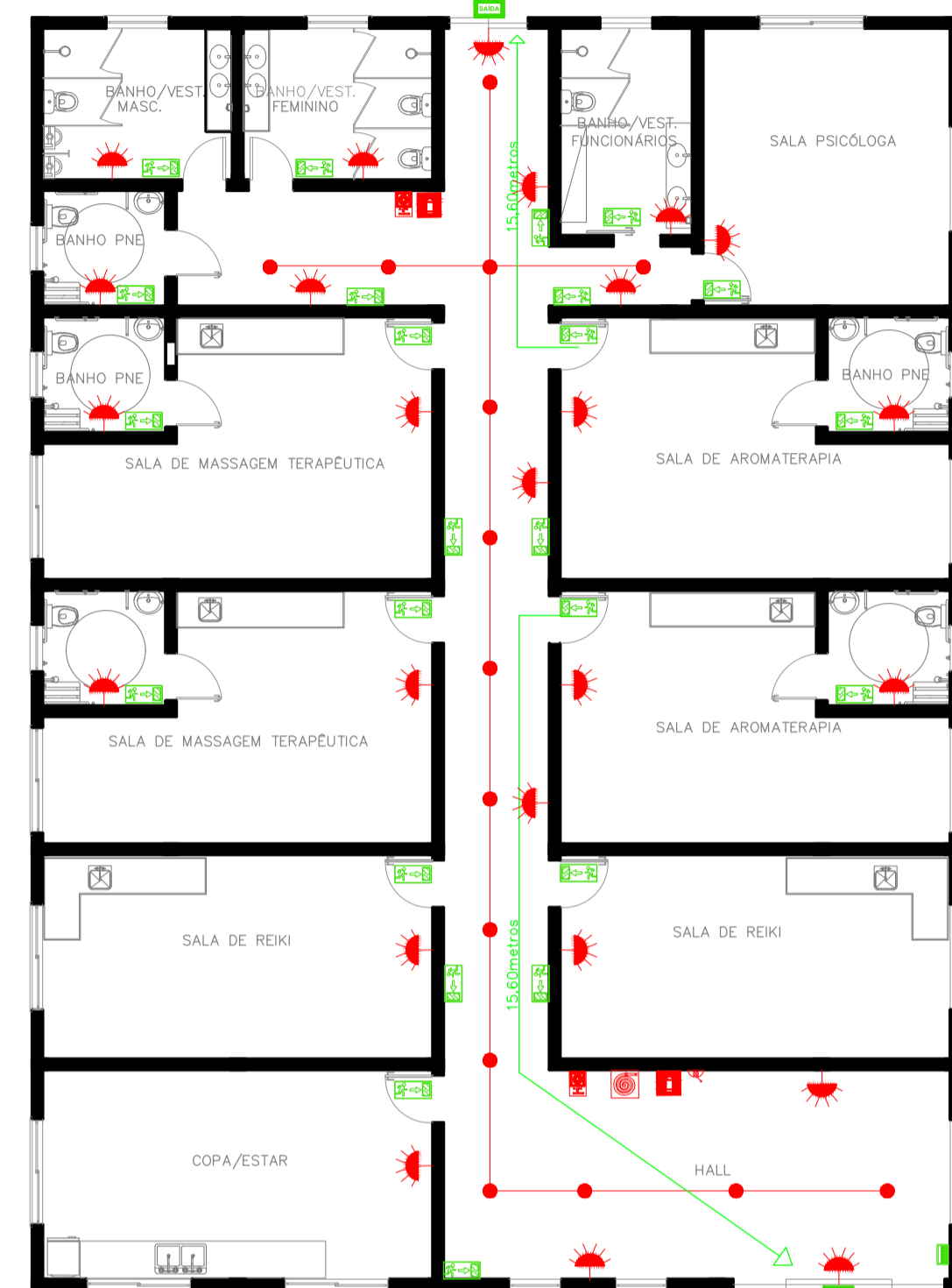


LEGENDA:

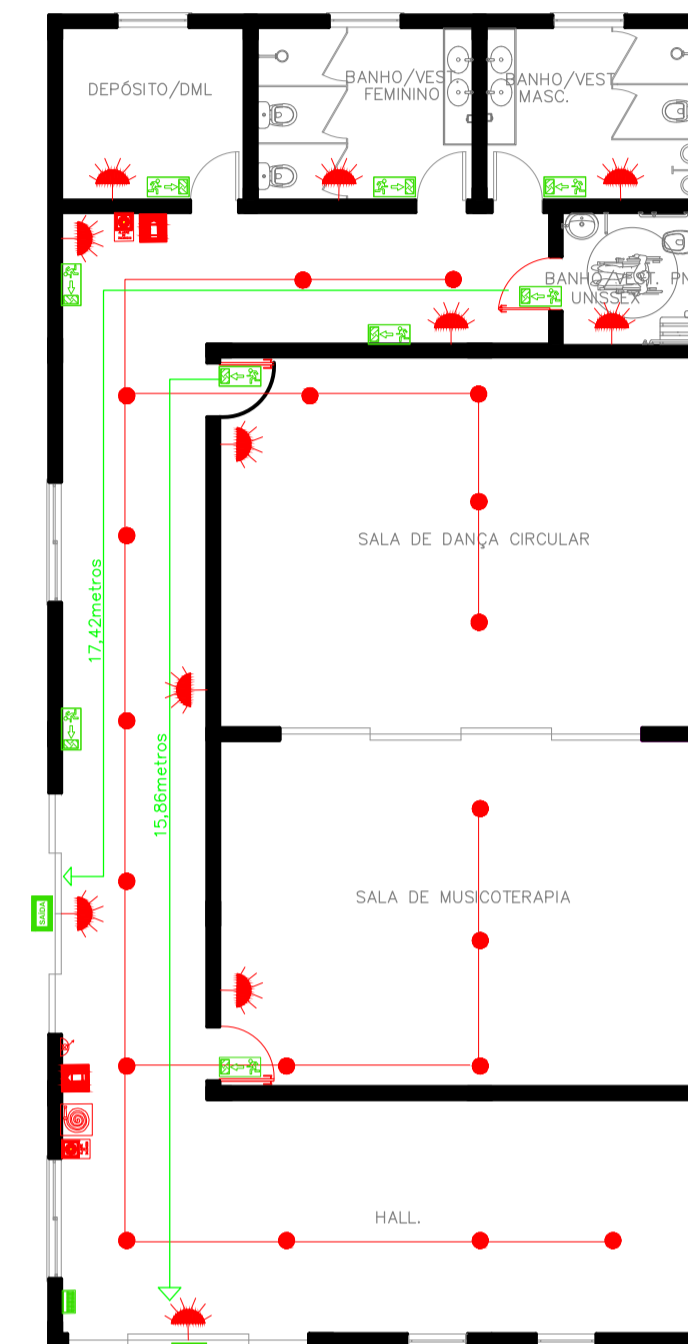
- Extintor De Incêndio
- Iluminação De Emergência (bateria)
- Alarme de incêndio
- Saída de Emergência
- Saída de Emergência (Direção direita)
- Saída de Emergência (Direção esquerda)
- Indicação de abrigo da mangueira
- Central de alarme
- Chuveiro automático
- Hidrante Simples de parede com mangueira 90x60x17cm

CONFORME TABELA 6H.3 DO DECRETO N° 51.803/2014:

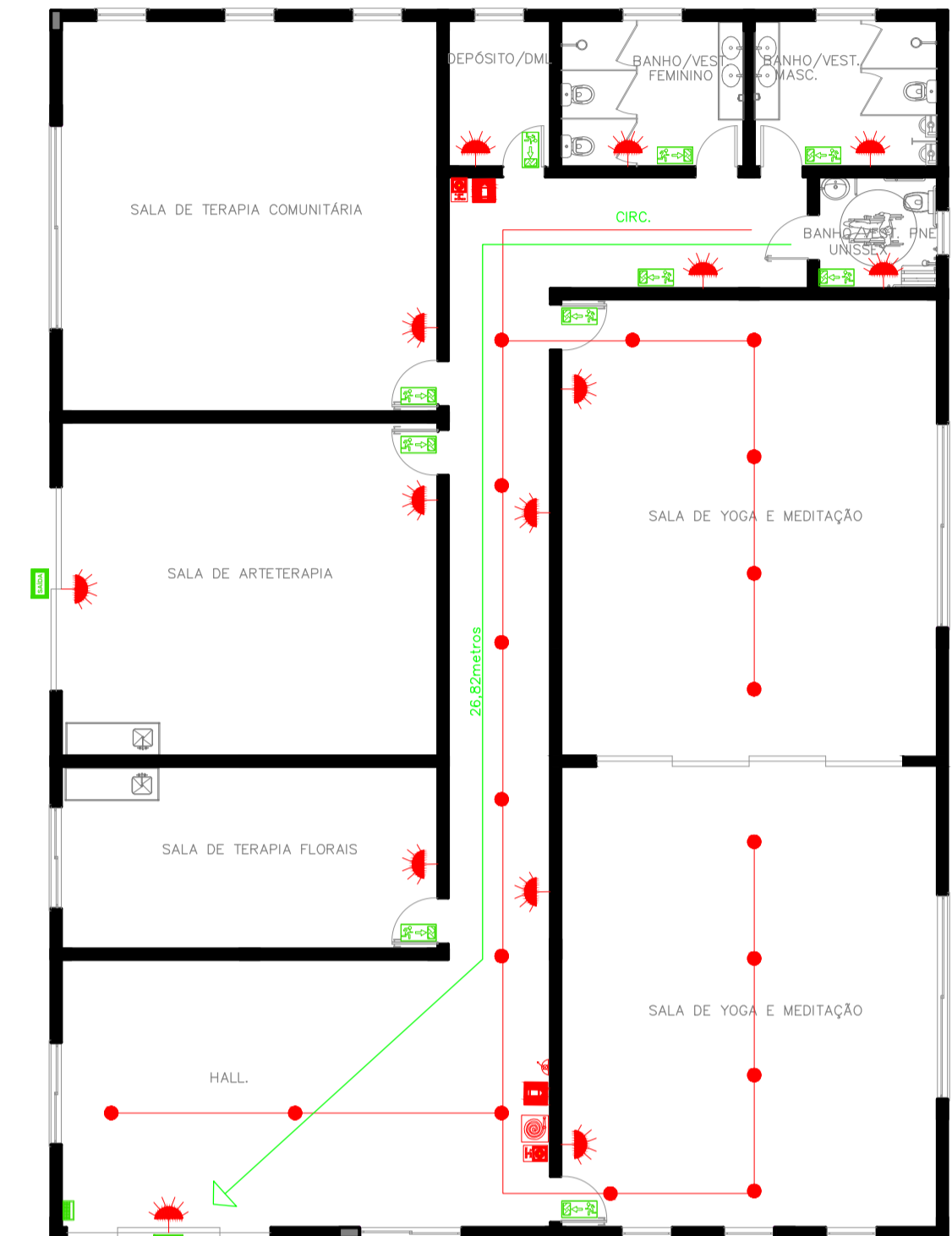
ACESSO DE VIATURA NA EDIFICAÇÃO
COMPARTIMENTAÇÃO HORIZONTAL OU CHUVEIRO AUT.
CONTROLE DE MATERIAIS DE ACABAMENTO
SAÍDAS DE EMERGÊNCIA
BRIGADA DE INCÊNDIO
ILUMINAÇÃO DE EMERGÊNCIA
DETECÇÃO DE INCÊNDIO
ALARME DE INCÊNDIO
SINALIZAÇÃO DE EMERGÊNCIA
EXTINTORES
HIDRANTE E MANGOTINHOS



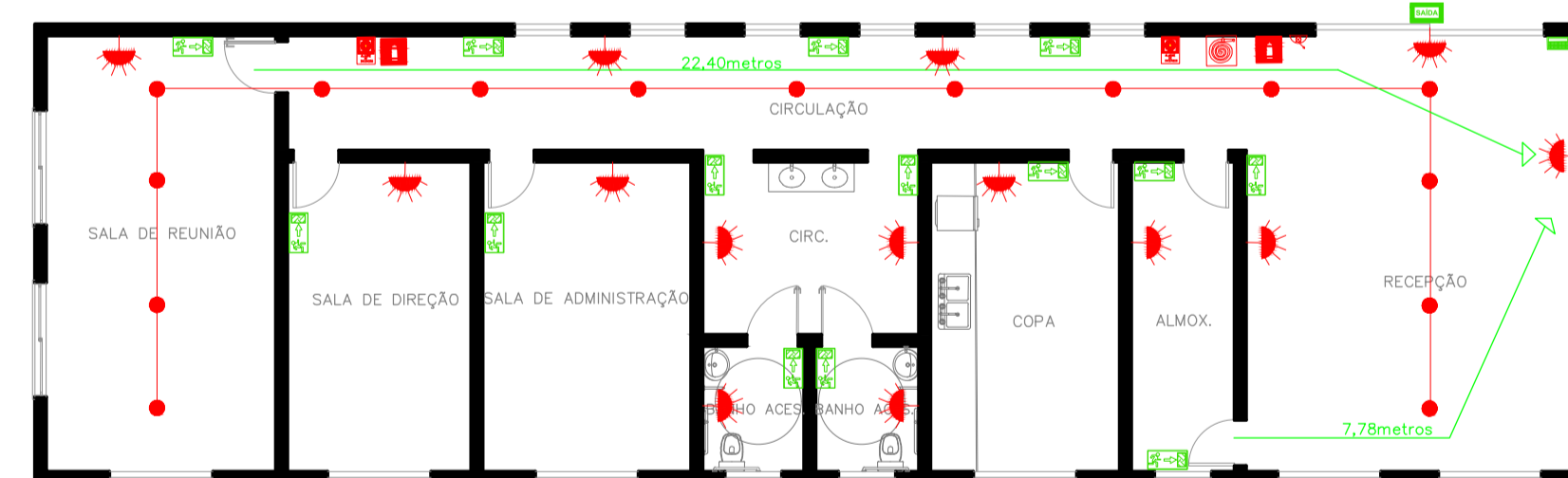
PLANTA PPCI BLOCO 3 Escala: 1/125



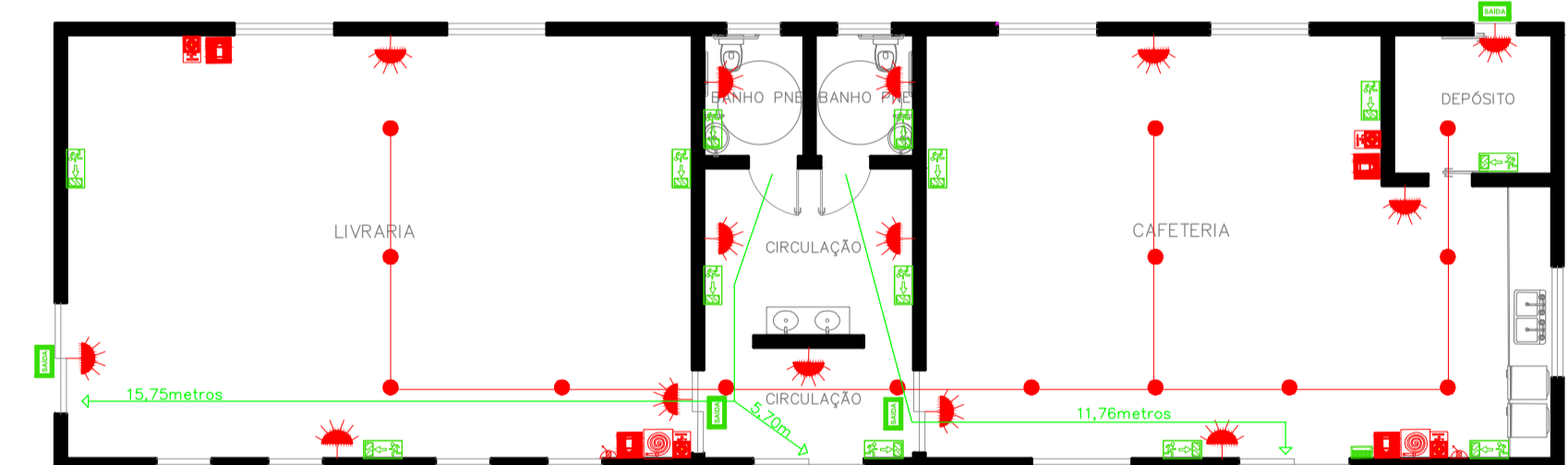
PLANTA PPCI BLOCO 4 Escala: 1/125



PLANTA PPCI BLOCO 5 Escala: 1/125



PLANTA PPCI BLOCO 1 Escala: 1/125



PLANTA PPCI BLOCO 2 Escala: 1/125

PPCI – Plano de Prevenção e Proteção contra Incêndios

Um Plano de Prevenção contra Incêndios (PPCI) especifica as providências para implementar e revisar os padrões de segurança contra incêndio. O plano descreve as providências para gerenciar efetivamente a segurança contra incêndio, a fim de impedir a sua ocorrência e, em caso de um incêndio, proteger pessoas e propriedades.

Alarme de incêndio



Fonte: Jatossistema

Extintor ABC



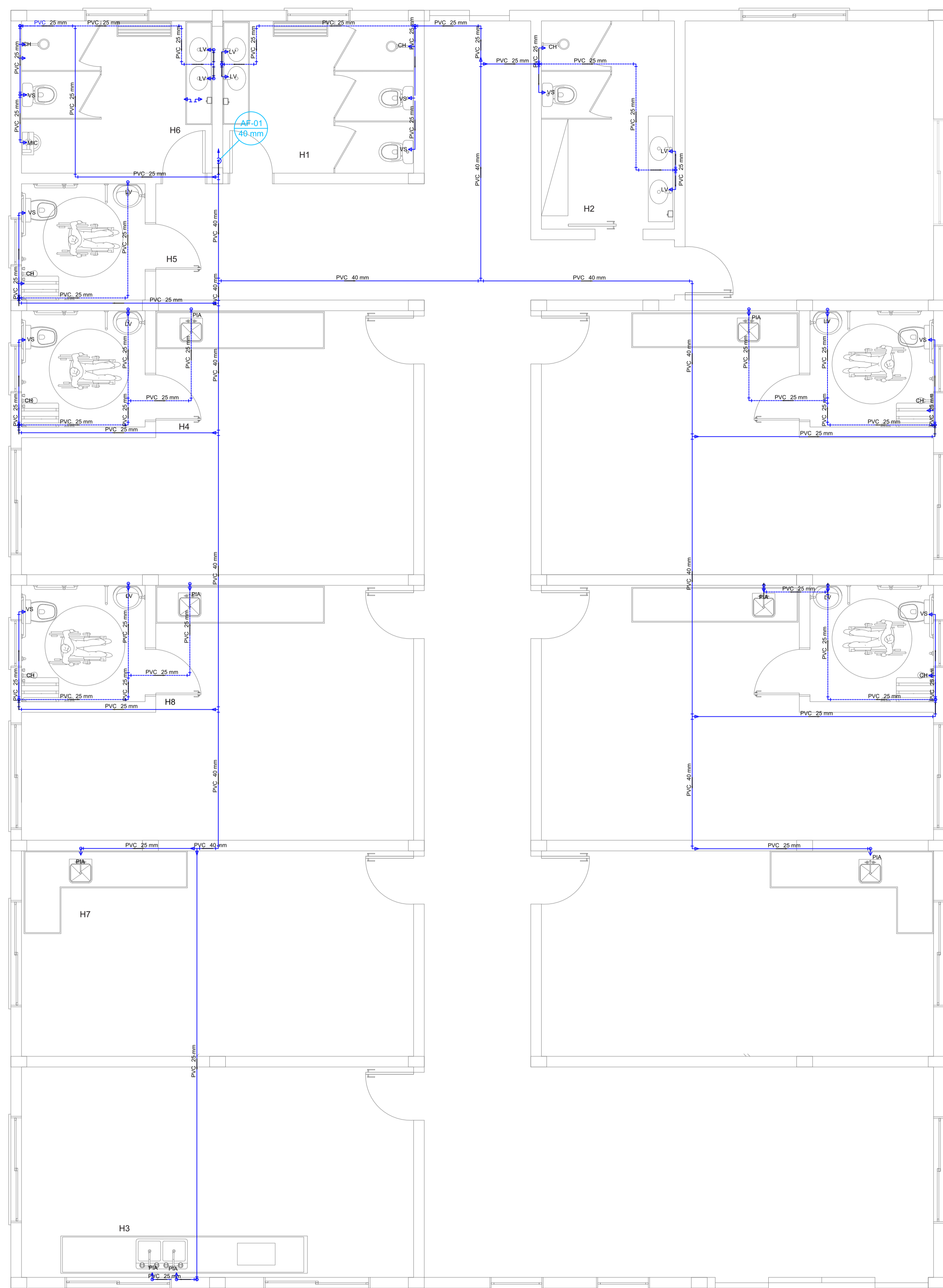
Fonte: Aerotextintores

Hidrantes de Parede

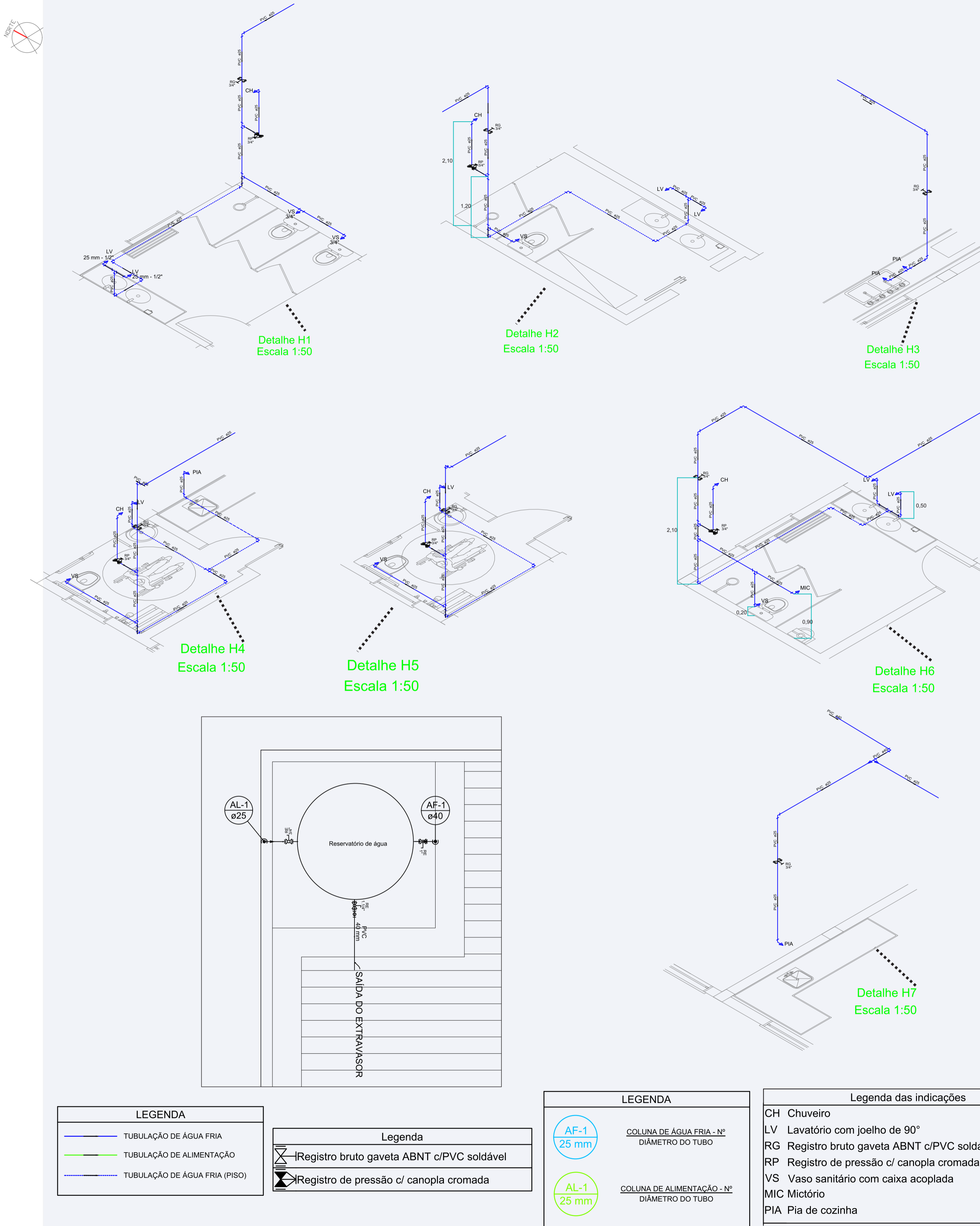


Fonte: GCBRAZIL

BLOCO 3



Escala 1:50



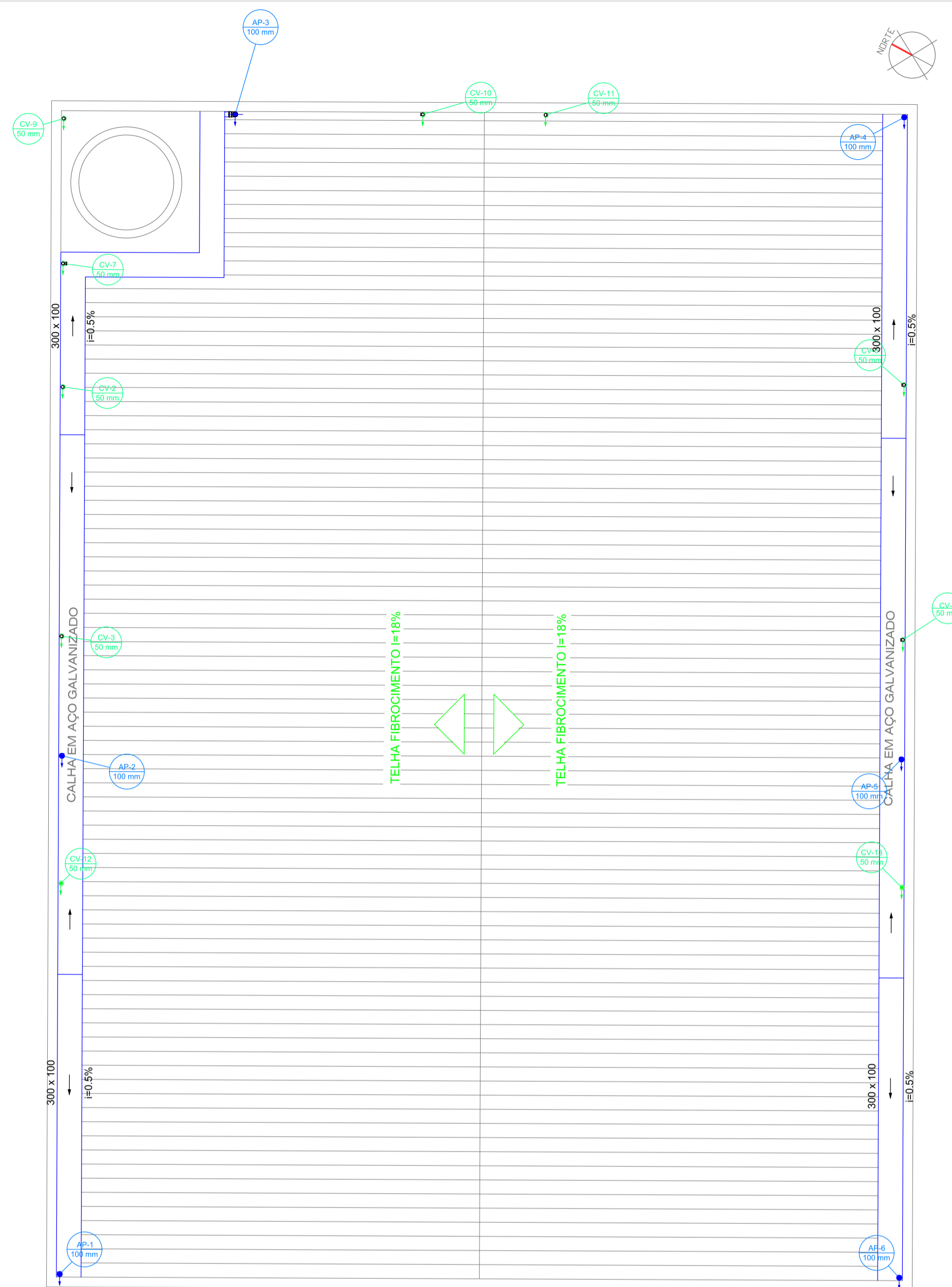
LEGENDA	
	TUBULAÇÃO DE ÁGUA FRIA
	TUBULAÇÃO DE ALIMENTAÇÃO
	TUBULAÇÃO DE ÁGUA FRIA (PISO)

Legenda	
	Registro bruto gaveta ABNT c/PVC soldável
	Registro de pressão c/ canopia cromada

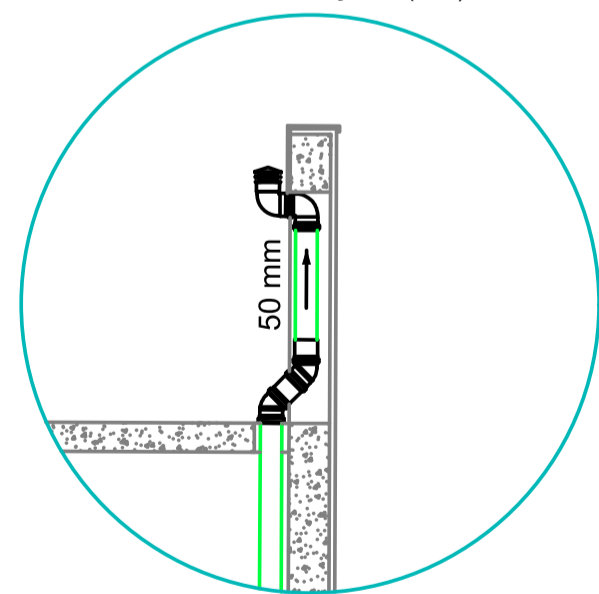
LEGENDA	
	COLUNA DE ÁGUA FRIA - Nº DIÂMETRO DO TUBO
	COLUNA DE ALIMENTAÇÃO - Nº DIÂMETRO DO TUBO

Legenda das indicações	
CH	Chuveiro
LV	Lavatório com joelho de 90°
RG	Registro bruto gaveta ABNT c/PVC soldável
RP	Registro de pressão c/ canopia cromada
VS	Vaso sanitário com caixa acoplada
MIC	Mictório
PIA	Pia de cozinha

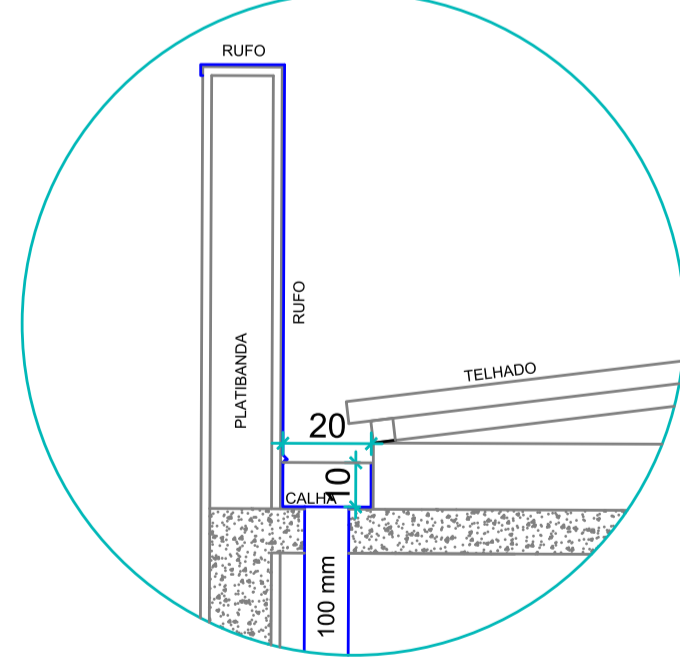
BLOCO 3



TERMINAL DAS COLUNAS DE VENTILAÇÃO (CV)



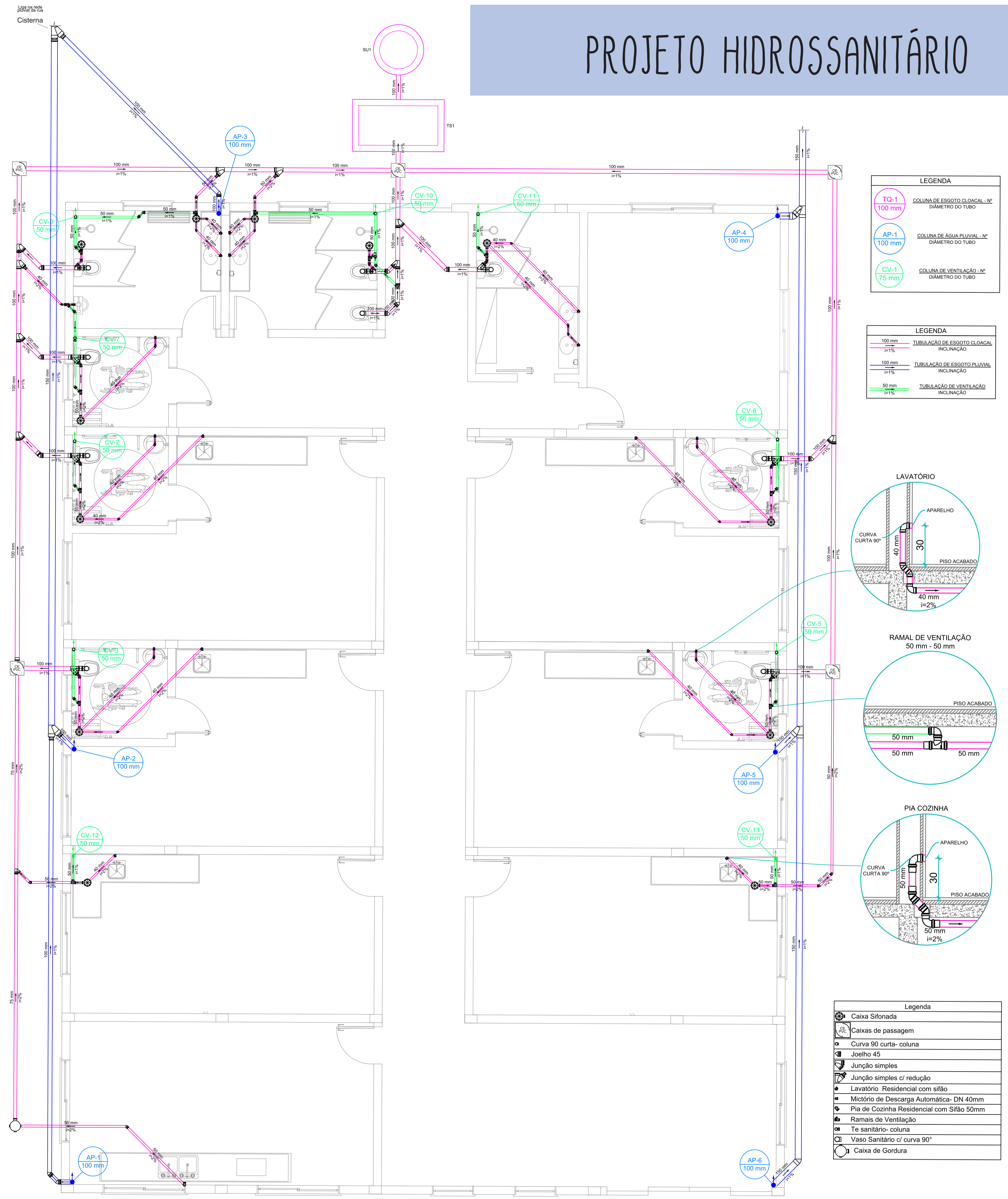
CALHAS E CONDUTORES PLUVIAIS (AP)



LEGENDA	
	COLUNA DE ESGOTO CLOACAL - Nº DIÂMETRO DO TUBO
	COLUNA DE ÁGUA PLUVIAL - Nº DIÂMETRO DO TUBO
	COLUNA DE VENTILAÇÃO - Nº DIÂMETRO DO TUBO

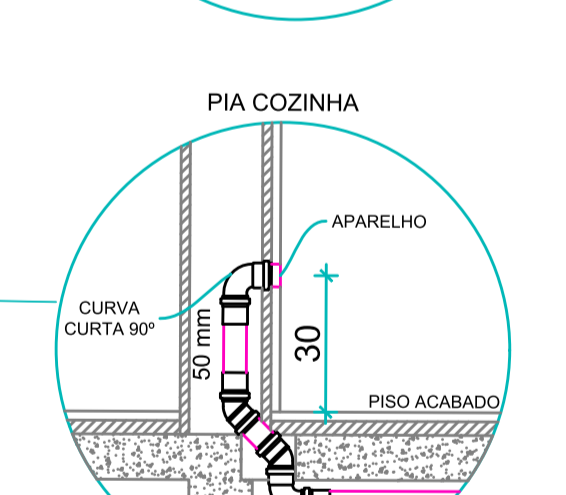
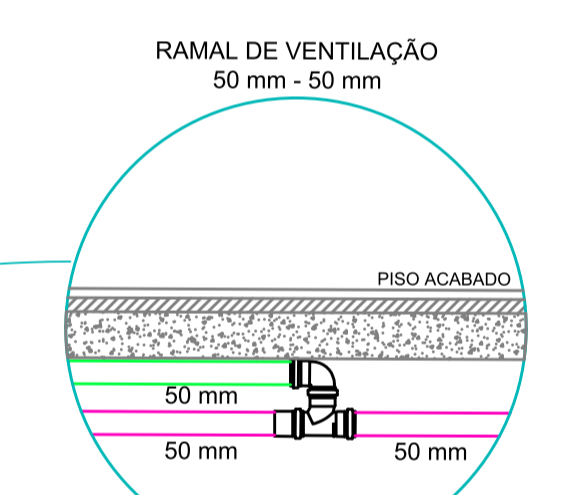
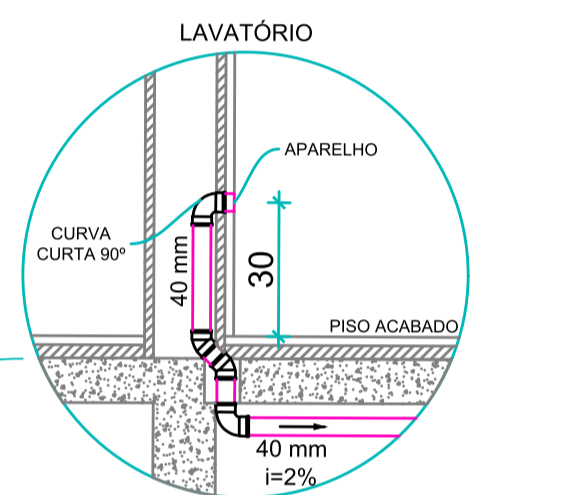
LEGENDA	
	TUBULAÇÃO DE ESGOTO CLOACAL INCLINAÇÃO
	TUBULAÇÃO DE ESGOTO PLUVIAL INCLINAÇÃO
	TUBULAÇÃO DE VENTILAÇÃO INCLINAÇÃO

Legenda	
	Curva 90 curta- coluna
	Te sanitário- coluna



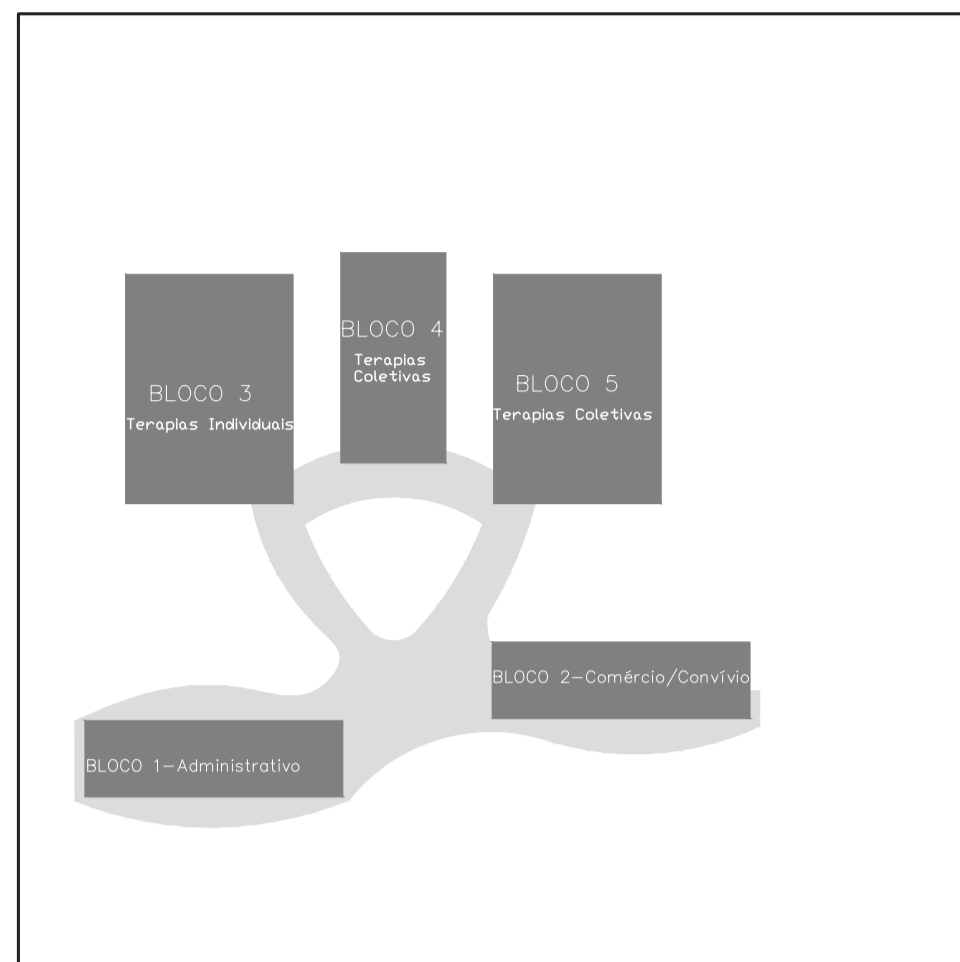
LEGENDA	
	COLUNA DE ESGOTO CLOACAL - Nº DIÂMETRO DO TUBO
	COLUNA DE ÁGUA PLUVIAL - Nº DIÂMETRO DO TUBO
	COLUNA DE VENTILAÇÃO - Nº DIÂMETRO DO TUBO

LEGENDA	
	TUBULAÇÃO DE ESGOTO CLOACAL INCLINAÇÃO
	TUBULAÇÃO DE ESGOTO PLUVIAL INCLINAÇÃO
	TUBULAÇÃO DE VENTILAÇÃO INCLINAÇÃO



Legenda	
	Caixa Sifonada
	Caixas de passagem
	Curva 90 curta- coluna
	Joelho 45
	Junção simples
	Junção simples c/ redução
	Lavatório Residencial com sifão
	Mictório de Descarga Automática- DN 40mm
	Pia de Cozinha Residencial com Sifão 50mm
	Ramais de Ventilação
	Te sanitário- coluna
	Vaso Sanitário c/ curva 90°
	Caixa de Gordura

Escala 1:50



Concreto armado

É um tipo de estrutura que utiliza armações feitas com barras de aço. Essas ferragens são utilizadas devido à baixa resistência aos esforços de tração do concreto, que tem alta resistência à compressão.

Em uma estrutura de concreto armado, o uso de aço em vigas, pilares, lajes, blocos, sapatas, torna-se indispensável e o dimensionamento precisa ser bem calculado seguindo as normas vigentes dos órgãos reguladores.

Vantagens do concreto armado

- Devido à armação, o concreto armado também pode suportar uma boa quantidade de esforços de tração;
- O custo de manutenção do concreto armado é muito baixo;
- Uma estrutura em concreto armado pode ser moldada de diversas maneiras e formatos;
- Exige mão de obra menos qualificada para sua execução;
- Boa resistência ao fogo e ao tempo;
- Uma estrutura de concreto armado é mais durável do que qualquer outro sistema de construção.

Disponível em: <https://www.escolaengenharia.com.br/concreto-armado/>
Acesso em: 18/11/2020.

