

SPA URBANO: PROPOSTA DE REFÚGIO PARA RELAXAMENTO NO CONTEXTO DA VIDA AGITADA DA CIDADE DE PONTA GROSSA-PR

URBAN SPA: A PROPOSAL FOR RELAXATION REFUGE AMIDST THE BUSTLING LIFE OF PONTA GROSSA-PR

Francielly Cristine de Souza¹, Silvia Barbosa de Souza Ferreira², Anna Paula Lombardi³

¹ Estudante do Curso de Arquitetura e Urbanismo

² Professora Doutora do Curso de Arquitetura e Urbanismo

³ Professora Doutora do Curso de Arquitetura e Urbanismo

Resumo: Este estudo tem como objetivo a elaboração de um projeto arquitetônico e urbanístico para um Spa Urbano na cidade de Ponta Grossa, no estado do Paraná. Para fundamentar o desenvolvimento desse projeto, foram realizadas análises detalhadas de projetos similares e pesquisas aprofundadas sobre as necessidades e características específicas do município, garantindo que o espaço seja adequado para atender às demandas locais relacionadas ao bem-estar e à saúde. O conceito central do projeto visa a criação de um ambiente acolhedor e tranquilo, proporcionando aos usuários uma experiência única de relaxamento e renovação. A proposta arquitetônica se preocupa com a integração de qualidades sensoriais e com a ambientação do espaço, priorizando aspectos como iluminação natural, ventilação cruzada, escolha de materiais e texturas que promovam uma desconexão efetiva com o ritmo urbano. A intenção é que o Spa se torne um refúgio de paz dentro do contexto urbano, oferecendo um local onde os visitantes possam recarregar suas energias e alcançar equilíbrio. Além disso, o projeto incorpora princípios de sustentabilidade, buscando soluções arquitetônicas que respeitem o meio ambiente e reforcem a identidade local. O Spa Urbano proposto não se limita à oferta de tratamentos de saúde e bem-estar, mas também visa criar um espaço de convivência e introspecção, promovendo a saúde física dos usuários. Assim, o projeto se configura como uma solução inovadora, que alia modernidade, conforto e natureza, contribuindo para a promoção do bem-estar na cidade.

Palavras-chave: Refúgio. Relaxamento. Spa.

Abstract: This study aims to develop an architectural and urban design project for an Urban Spa in Ponta Grossa, Paraná. To guide the development of this project, detailed analyses of similar projects were conducted, along with in-depth research into the specific needs and characteristics of the municipality, ensuring the space meets local demands for well-being and health. The central concept of the project is to create a welcoming and peaceful environment, offering users a unique experience of relaxation and rejuvenation. The architectural proposal focuses on integrating sensory qualities and the ambiance of space, emphasizing elements such as natural lighting, cross-ventilation, and the selection of materials and textures that encourage a disconnection from the urban pace. The goal is for the Spa to become a peaceful retreat within the urban context, providing a place where visitors can recharge and find balance. Additionally, the project incorporates sustainability principles, aiming for architectural solutions that respect the environment and enhance local identity. The proposed Urban Spa is not limited to offering health and well-being treatments but also aims to create a space for social interaction and introspection, promoting physical health. Thus, the project presents an innovative solution that combines modernity, comfort, and nature, contributing to the promotion of well-being within the city.

Keywords: Refuge. Relaxation. Spa.

Contato: Francielly_cristine_souza@hotmail.com.

1 Introdução

O conceito de Spa Urbano surgiu com a intenção de criar um espaço dedicado ao bem-estar, proporcionando aos indivíduos um local para relaxamento e cuidados com a saúde física e mental. A cidade de Ponta Grossa, no Paraná, foi escolhida para

o desenvolvimento desse projeto devido ao seu potencial de crescimento e desenvolvimento. O Objetivo do projeto arquitetônico é desenvolver uma proposta de Spa Urbano na cidade de Ponta Grossa-PR, oferecendo um ambiente de relaxamento e bem-estar em meio à vida agitada da cidade. O Spa buscará atender à crescente demanda por espaços que promovam a saúde física e mental, proporcionando aos visitantes um refúgio de tranquilidade, reconexão e equilíbrio. Este espaço será projetado para aliviar o estresse, melhorar a qualidade de vida e estimular a revitalização do corpo e da mente, integrando práticas terapêuticas como a hidroterapia e tratamentos corporais, além de adotar soluções sustentáveis que respeitem o contexto urbano e a identidade local.

A palavra "SPA" tem origem na expressão latina *SALUTE PER AQUA*, que significa "saúde pela água", refletindo o uso terapêutico da água como um elemento fundamental para o bem-estar. Internacionalmente, a sigla "SPA" é amplamente reconhecida e pode significar "Serviço Personalizado de Atendimento". De acordo com as informações do *The Archeology* (2010), há registros históricos de banhos terapêuticos que datam de milhares de anos, como os rituais de purificação realizados pelos habitantes da Suméria e Mesopotâmia, entre 3550 a.C., nos rios Tigre e Eufrates.

Na Roma Antiga, os banhos públicos, conhecidos como "*thermae*", eram usados não apenas para higiene, mas também para terapias aquáticas. Os romanos acreditavam que algumas fontes e piscinas tinham poderes curativos, considerados abençoados pelos Deuses. Com o passar dos séculos, a prática dos banhos terapêuticos se espalhou pela Europa, e os SPA's continuaram a evoluir, incorporando tradições como saunas quentes seguidas de banhos gelados, prática que foi adotada por diversas culturas.

Na Ásia, os cuidados com a saúde foram ampliados por meio da combinação de técnicas de terapia corporal, nutrição, atividades aeróbicas e práticas meditativas. Atualmente, os SPA's oferecem uma combinação diversificada de serviços voltados ao relaxamento e ao bem-estar, integrando diferentes tradições culturais. A indústria de SPA's tem apresentado um crescimento significativo, sendo cada vez mais procurada por aqueles que buscam alívio para o estresse e as tensões do cotidiano.

Na contemporaneidade o mercado de trabalho tem exigido cada vez mais dos funcionários, o que gera aumento da autossuperação, pressão e fatores econômicos que afetam diretamente a saúde mental e física. Evelyn Spilla, especialista em saúde e qualidade de vida, destaca que esses sintomas podem evoluir para problemas mais graves dentro das empresas, defendendo a importância do equilíbrio nas funções e da transparência nas relações entre empregadores e colaboradores. Deste modo, a profissional destaca: "os profissionais acumulam atividades porque se sentem testados pelas empresas, em produzir o máximo que podem" (Portal Bem Paraná, 2013, s.p.).

A qualidade de vida está intrinsecamente relacionada à preservação da saúde, e garantir esse equilíbrio exige a consideração do ambiente onde o tratamento de relaxamento será realizado. Segundo Carrão et al. (2011), os benefícios procurados pelos usuários de SPAs evoluíram ao longo do tempo, mas continuam a promover o bem-estar físico e mental. No contexto atual, especialmente para pessoas que enfrentam estresse, as dificuldades de socialização podem ser um desafio significativo. Nesse cenário, os SPAs se destacam como um espaço seguro e tranquilo, onde as pessoas podem não só relaxar, mas também interagir com outras, favorecendo a reconexão consigo mesmas e com o ambiente ao redor.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) categoriza o estresse em três fatores:

ambiental, organizacional e individual. Esse conjunto de reações físicas e mentais, que pode comprometer a saúde, evidencia a necessidade de espaços que promovam o relaxamento e o equilíbrio. Nesse contexto, a pergunta de partida que conduz este estudo se remete: como a criação de um Spa Urbano na cidade de Ponta Grossa-PR pode contribuir para a promoção do bem-estar e da saúde mental dos cidadãos, considerando o contexto urbano acelerado e as necessidades específicas da população local? Mais do que um simples local de descanso, um SPA oferece benefícios que abrangem três aspectos fundamentais: o relaxamento da mente, o alívio das dores musculares e o tratamento de desconfortos físicos. Além disso, a terapia com água e outros tratamentos disponíveis nesses espaços ajudam na eliminação de toxinas, estimulam a circulação sanguínea e promovem a saúde integral do corpo.

Segundo Orlowski (2021), esclareceu que em meados de 2021, observou-se um aumento significativo na procura por atendimentos relacionados à ansiedade. De acordo com dados fornecidos pela Prefeitura, considerando as Unidades Básicas de Saúde (UBS) e o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), o número de pacientes atendidos em 2019 foi de 5.766. Esse número aumentou para 6.447 em 2020, e até julho de 2021, já alcançava 6.858 atendimentos. Dessa forma, o número de pacientes atendidos passou de 5,7 mil em 2019 para 6,8 mil somente nos primeiros seis meses de 2021. Este aumento na prevalência de casos de ansiedade não se limita a Ponta Grossa ou ao estado do Paraná. Em um estudo realizado pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) entre maio e junho de 2021, foi revelado que 80% da população brasileira apresentou um aumento nos níveis de ansiedade durante a pandemia de coronavírus. A pesquisa envolveu 1.996 participantes com mais de 18 anos. Além disso, uma pesquisa realizada pela Universidade de Ohio, nos Estados Unidos, em março de 2021, apontou que o Brasil lidera, entre dez países analisados, o número de casos de ansiedade e depressão durante o período pandêmico, evidenciando um contexto global de crescente preocupação com a saúde mental.

O aumento significativo nos casos de ansiedade e estresse, especialmente após o impacto da pandemia de COVID-19, reflete uma complexa interação entre os desafios globais e as dificuldades cotidianas enfrentadas pelos indivíduos. O estresse relacionado à pandemia, com suas restrições sociais, inseguranças econômicas e alterações nos estilos de vida, acumula-se aos problemas diários, como pressões no trabalho, falta de tempo e dificuldades pessoais. Estudos, como os realizados pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e pela Universidade de Ohio, destacam a ampliação desses quadros durante o período pandêmico, o que reforça a necessidade urgente de intervenções em saúde mental para lidar com as consequências desse contexto. O agravamento desses transtornos destaca a importância de soluções que proporcionem momentos de desconexão e relaxamento, como os promovidos por espaços como o Spa Urbano, que visam restaurar o equilíbrio emocional e físico em meio ao estresse diário.

Assim, o Spa Urbano se configura não apenas como um refúgio temporário, mas como um local essencial para a manutenção da saúde e bem-estar em um mundo cada vez mais acelerado e exigente.

2 Material e Métodos

O conceito central do spa urbano pode ser a criação de um "oásis" no meio da cidade, um refúgio de bem-estar e relaxamento, onde os visitantes possam desconectar do estresse e da correria da vida urbana. A proposta é integrar elementos

naturais, como luz, água, vegetação e materiais orgânicos, com um design moderno e funcional, criando um espaço que ofereça uma sensação de acolhimento e serenidade. O partido arquitetônico foi desenvolvido com o objetivo de criar um hall que proporcione uma transição suave do ambiente urbano para o universo de relaxamento. O uso de vidros permite que os usuários percebam a integração com a natureza exterior, ao mesmo tempo em que amplia a iluminação natural do espaço, reforçando a sensação de acolhimento e tranquilidade.

A demanda por serviços de bem-estar tem aumentado ao longo dos anos, impulsionada por diversos fatores, incluindo o estresse causado pelo ritmo acelerado das cidades. Nesse contexto, propõe-se a criação de um projeto de Spa Urbano focado no relaxamento corporal, com o objetivo de promover o bem-estar dos usuários sem considerar suas condições corpóreas específicas.

A pesquisa qualitativa desempenha um papel fundamental na elaboração do projeto Spa Urbano: Proposta de Refúgio para Relaxamento no Contexto da Vida Agitada da Cidade de Ponta Grossa-PR, pois busca compreender as necessidades, desejos e percepções dos usuários em relação ao espaço de relaxamento e bem-estar. Ao adotar esse tipo de abordagem, o estudo foca em identificar as expectativas das pessoas que vivenciam o estresse e a sobrecarga cotidiana, buscando elementos que possam contribuir para um ambiente que promova desconexão e rejuvenescimento. A pesquisa qualitativa permite a exploração profunda de aspectos subjetivos, como as preferências individuais de relaxamento, os fatores que influenciam a escolha de um espaço de bem-estar e as características desejadas em um spa urbano. Além disso, ela possibilita a análise das dinâmicas de uso de espaços urbanos, considerando como as pessoas interagem com o ambiente e como ele pode impactar positivamente sua saúde física e mental.

A pesquisa adotou uma abordagem bibliográfica aprofundada, com o objetivo de explorar as origens do conceito de SPA e as principais motivações que levam as pessoas a buscarem esse tipo de serviço. As fontes de informação foram diversificadas, abrangendo artigos acadêmicos, livros especializados e publicações científicas que discutem tanto a história e a evolução dos SPAs quanto as necessidades contemporâneas dos usuários. Além disso, foram considerados estudos que analisam a relação entre ambientes urbanos e o bem-estar, destacando como os SPAs podem servir como refúgios para o estresse e a ansiedade causados pela vida agitada nas cidades. A partir dessa análise, foram identificados os aspectos fundamentais que caracterizam a procura por esses serviços, como a busca por alívio de tensões físicas e emocionais, a necessidade de recuperação do equilíbrio mental e o desejo de desconectar-se da rotina intensa das grandes metrópoles. Complementando a revisão bibliográfica, foram realizados levantamentos de campo que contribuíram para entender as expectativas dos habitantes de Ponta Grossa-PR em relação a um spa urbano, proporcionando dados que orientaram o desenvolvimento do projeto.

O desenvolvimento do projeto arquitetônico de um SPA Urbano envolve a utilização de diversos softwares e representações gráficas essenciais para a compreensão e concretização do espaço. Entre os softwares utilizados, destacam-se, o *SketchUp Layout* para a criação de desenhos técnicos e plantas detalhadas, e o Adobe Photoshop para a elaboração de renderizações e ajustes de imagens. Esses recursos permitem a geração de uma documentação precisa, facilitando a visualização e a avaliação de cada componente do projeto.

As plantas baixas são representações bidimensionais que delineiam a distribuição dos espaços internos do spa. Elas facilitam a compreensão das funções

dos ambientes, como áreas de relaxamento, salas de massagem, vestiários e espaços comuns. Este elemento gráfico é fundamental para a análise do fluxo de usuários e a organização funcional do projeto, garantindo que as áreas atendam às necessidades específicas de conforto e acessibilidade. Já os cortes oferecem uma visão vertical do edifício, permitindo entender as alturas dos diferentes níveis e a relação espacial entre eles. São essenciais para visualizar aspectos como claraboias, ventilação natural e a integração dos espaços, elementos vitais para criar um ambiente de relaxamento adequado.

As fachadas desempenham um papel crucial na apresentação estética do spa, detalhando seus acabamentos, materiais e o estilo arquitetônico adotado. Elas são a interface entre o projeto e o contexto urbano, transmitindo a conexão entre o spa e seu entorno. Este elemento também auxilia na criação de um equilíbrio entre privacidade e integração com o ambiente, um aspecto essencial para promover o relaxamento dos usuários. Além disso, as perspectivas em 3D ou imagens renderizadas possibilitam uma visão mais realista e imersiva do projeto, destacando como o espaço será percebido no uso cotidiano. A interação da luz natural com os materiais, as texturas e as formas são fundamentais para transmitir a atmosfera relaxante do spa.

Por fim, os detalhes construtivos asseguram que todos os aspectos técnicos do projeto sejam minuciosamente especificados, incluindo sistemas de drenagem, iluminação e ventilação, garantindo a funcionalidade e sustentabilidade do espaço. Já os diagramas e fluxogramas ilustram o movimento dos usuários dentro do spa, proporcionando uma compreensão clara do fluxo de pessoas e dos serviços, o que é essencial para a operação eficiente do local. A integração desses elementos gráficos e a utilização dos softwares mencionados são fundamentais para a criação de um spa urbano que atenda às expectativas de bem-estar e relaxamento, sem perder a eficiência técnica e a sustentabilidade ambiental.

2.1 – Caracterização da área de estudo

Com base na análise de viabilidade e no estudo detalhado da região de Ponta Grossa-PR, constatou-se uma oferta limitada de espaços dedicados exclusivamente a spas que oferecem uma gama completa de serviços terapêuticos e de relaxamento. Essa carência indica uma oportunidade significativa de expansão nesse setor, com potencial para contribuir substancialmente para o fortalecimento da economia local. O aumento da demanda por serviços voltados ao bem-estar e saúde mental destaca a relevância de investir em infraestruturas que atendam a essas necessidades emergentes da população.

Nesse contexto, a escolha do terreno para a implantação do projeto de spa urbano representa um fator determinante para o seu sucesso. É fundamental que o local selecionado proporcione fácil acesso à população, minimizando deslocamentos e favorecendo a conveniência dos usuários.

O terreno ideal deve estar estrategicamente localizado próximo ao centro da cidade, permitindo que os clientes integrem a experiência de relaxamento em suas rotinas diárias, frequentemente marcadas por compromissos e horários restritos. Considerando esses critérios, a área selecionada situa-se no bairro de Uvaranas, com acesso principal pela Avenida General Carlos Cavalcanti e fundos voltados para a Rua Souza Caldas, abrangendo uma extensão de aproximadamente 4.728,57 m² (Figura 2). Esta localização estratégica visa maximizar a acessibilidade e a visibilidade do

empreendimento, contribuindo para a sua viabilidade e sustentabilidade a longo prazo.

Figura 2: Localização do terreno



Fonte: Google Earth (2024)

Ao analisar a localização do terreno, a orientação solar desempenha um papel crucial no projeto arquitetônico, especialmente para um spa urbano. A fachada principal, voltada para o norte, apresenta a maior incidência solar ao longo do dia, o que permite o aproveitamento eficiente da luz natural. Essa característica favorece a iluminação interna, promovendo ambientes mais agradáveis e sustentáveis, com redução no consumo de energia elétrica.

Além disso, a análise dos ventos predominantes no município de Ponta Grossa revela que estes sopram predominantemente da direção nordeste. Essa condição se mantém durante a maior parte do ano, com uma frequência superior a 50% dos dias, e uma velocidade média registrada de 3,6 m/s (aproximadamente 13 km/h). Esse fator deve ser considerado no projeto de ventilação natural, otimizando o conforto térmico dos espaços internos e minimizando a necessidade de sistemas artificiais de climatização. A combinação da orientação solar favorável com a ventilação adequada contribui significativamente para a criação de um ambiente de relaxamento eficiente e sustentável, conforme ilustrado na Figura 3.

Figura 3: Orientação solar e de ventos.



Fonte: Google Earth (2024)

Sendo considerado uma região de grande potencial, podemos analisar o entorno do terreno, para este anteprojeto foi escolhido um espaço com pouca inclinação e que no entorno não tivessem edificações com vários andares. Pois, a intenção é de que a área externa pudesse ter privacidade e desse para o usuário um ambiente aconchegante e tranquilo.

Considerando que o terreno escolhido ele possui um desnível mínimo, podemos desenvolver sua volumetria de maneira plana, assim proporcionando um acesso mais livre aos usuários entre os ambientes. Será explorado bastante o uso de vegetações na área externa, criando paredes com bambus e vidros buscando o contraste moderno para o espaço zen.

Tendo como objetivo principal projetar ambientes integrativos entre as áreas internas e externas, através da diversificação de vegetação e janelas, criando espaços acessíveis, que atendam as normas de acessibilidade da ABNT NBR 9050, desenvolvendo um ambiente com espaços abertos e amplos, buscando a promoção da qualidade de vida através do relaxamento, oferecendo terapia corporal, combinados de atividades nutricionistas, aeróbias e meditativas.

Para criação deste projeto serão levados em consideração técnicas construtivas e as normas técnicas brasileiras. Este anteprojeto irá dispor de ambientes de Spa Seco e Spa Molhado, tendo em vista a separação dos setores e a configuração de espaço dos ambientes. O Spa Urbano pretende dispor de diversos tipos de terapias, dentre elas pode ser observado no quadro 1.

Quadro 1 - Serviços e Atividades do Spa Urbano

Categoria	Serviço/Atividade	Descrição
Spa Molhado	Sauna seca	Ambiente fechado e aquecido, com calor intenso e sem umidade, utilizado para relaxamento e desintoxicação.
	Sauna úmida	Ambiente com temperatura entre 50°C e 70°C,

		projetado para acumulação de umidade, proporcionando alívio respiratório e relaxamento.
	Hidromassagem	Banheira com água aquecida e jatos de pressão, utilizada para hidroterapia e alívio de tensões musculares.
	Hidroginástica	Exercícios aeróbicos realizados na água, combinando natação e atividades físicas, promovendo benefícios cardiovasculares e musculares.
Spa Seco	Dermatologia	Especialidade médica focada na saúde e estética da pele, com tratamentos personalizados.
	Psicólogo	Profissional que trata questões emocionais e comportamentais por meio de métodos científicos.
	Nutricionista	Especialista em alimentação que promove a saúde através de orientações nutricionais.
	Yoga	Prática que integra corpo e mente, ajudando a controlar ansiedade, dores corporais e estresse.
	Pilates	Exercícios que melhoram a coordenação motora, flexibilidade e a capacidade cardiorrespiratória.
	Aromaterapia	Terapia complementar que utiliza aromas e óleos essenciais para tratar ansiedade, depressão e insônia.
	Meditação	Técnica focada em acalmar a mente, promovendo relaxamento e equilíbrio emocional.
	Cromoterapia	Terapia que utiliza cores para restaurar o equilíbrio físico e emocional.
	Massoterapia	Massagem terapêutica que manipula tecidos moles do corpo, beneficiando corpo, mente e bem-estar.
	Design de sobrancelhas, cílios e limpeza de pele	Procedimentos estéticos voltados para o cuidado e bem-estar facial.
	Salão de beleza	Serviços estéticos focados em embelezamento facial, corporal e cuidados com a higiene.
	Café	Espaço destinado a proporcionar uma experiência gastronômica leve e relaxante.
Área de Serviços	Administração	Planejamento, organização e controle dos recursos e finanças do spa.
	Hall/Recepção	Área de acesso e cadastro dos usuários, garantindo a organização do fluxo de visitantes.
	Copa	Espaço de convívio destinado aos intervalos dos profissionais do spa.
	Banheiros e vestiários (colaboradores)	Ambientes para higiene pessoal dos prestadores de serviços.
	Banheiros sociais (usuários)	Infraestrutura de apoio à higiene pessoal dos clientes, promovendo conforto e acessibilidade.

Fonte:

O quadro apresentado organiza os principais elementos funcionais e operacionais de um projeto de SPA urbano, divididos em três categorias: Spa Molhado, Spa Seco, e Área de Serviços. Cada seção detalha serviços e atividades que compõem o ambiente e influenciam o desenvolvimento do projeto arquitetônico.

Os serviços dessa categoria SPA molhado, se refere as saunas, hidromassagem e hidroginástica, requerem infraestrutura específica que inclui sistemas de aquecimento, ventilação e impermeabilização. No projeto arquitetônico, essas áreas devem ser projetadas considerando o controle de umidade, o isolamento térmico e a integração com sistemas de água quente. O layout deve garantir um fluxo contínuo entre espaços de relaxamento e vestiários, promovendo conforto e acessibilidade.

Já a modalidade de SPA seco, abrange uma variedade de serviços terapêuticos e estéticos, como dermatologia, psicologia, yoga e massoterapia. Cada atividade

demanda espaços projetados com características específicas:

- Consultórios exigem privacidade acústica e conforto térmico.
- Salas de yoga e meditação devem oferecer iluminação natural controlada e isolamento acústico.
- Aromaterapia e cromoterapia necessitam de ambientes com controle de iluminação e ventilação, para criar atmosferas relaxantes. Esses espaços são pensados para proporcionar bem-estar físico e mental, sendo essenciais na definição de materiais e acabamentos que reforcem a sensação de relaxamento e tranquilidade.

E na área de serviços, está a parte administrativa e de apoio, incluindo recepção, copa e vestiários, assegura a operação eficiente do SPA. O hall de entrada funciona como ponto de recepção e triagem, necessitando de um projeto acolhedor, funcional e com acessibilidade universal.

- Banheiros sociais devem ser projetados para garantir conforto e privacidade aos usuários.
- Áreas de administração demandam espaços funcionais e organizados, facilitando a gestão do empreendimento.

Essas divisões são essenciais para o desenvolvimento do layout e do fluxo interno do SPA. A disposição dos ambientes deve priorizar a experiência do usuário, integrando áreas molhadas e secas de maneira coesa e funcional. Além disso, o projeto deve incorporar elementos de design sustentável e bioclimático, alinhados à proposta de um refúgio urbano em Ponta Grossa. Assim, a escolha de materiais, a ventilação natural e a iluminação são componentes fundamentais que refletem a qualidade dos serviços oferecidos.

3 - Resultados e Discussões

A planta de setorização do SPA urbano foi elaborada com o objetivo de otimizar a experiência dos usuários, integrando funcionalidade e conforto. A criação de áreas ajardinadas foi estrategicamente planejada para promover um ambiente mais agradável e acolhedor, favorecendo a interação social e a conexão com a natureza. Esses espaços verdes não apenas contribuem para a estética, mas também desempenham um papel importante na promoção do bem-estar físico e mental, em consonância com a proposta de refúgio relaxante do SPA.

O dimensionamento preciso dos espaços permitiu a organização clara e eficiente das diferentes funções do empreendimento. O projeto foi setorizado em áreas distintas, contemplando os setores social, administrativo, de apoio e de tratamento. O setor social inclui espaços de convivência, recepção e áreas de descanso, projetados para proporcionar uma atmosfera acolhedora e confortável. O setor administrativo abrange escritórios e salas de gestão, essenciais para a operação do SPA. As áreas de apoio, como vestiários e copa, foram planejadas para oferecer suporte logístico tanto para os usuários quanto para os colaboradores. Já o setor de tratamento foi dimensionado com foco na privacidade e no conforto, incluindo salas para terapias, saunas, e espaços de relaxamento. Observar a figura 4.

Figura 4: Planta de Setorização



Fonte: Autoria própria (Francielly Cristine de Souza) (2024)

Buscando um design moderno e ao mesmo tempo sustentável para este Spa Urbano, optamos pela escolha de materiais como o vidro, a madeira, o *dry wall*, o bioconcreto, o bambu, a tinta ecológica e a disposição de belos jardins, visando uma maior eficiência acústica, eficiência energética e eficiência térmica para o ambiente, como podemos analisar na figura 5 e 6.

Figura 5: Perspectiva externa



Fonte: Autoria própria (Francielly Cristine de Souza) (2024)

Figura 6: Perspectiva externa



Fonte: Autoria própria (Francielly Cristine de Souza) (2024)

Para o design da fachada, optou-se pelo uso de pedra Moledo em toda a sua extensão, conferindo um toque de sofisticação e durabilidade ao edifício. Além disso, foram incorporados brises de madeira estrategicamente posicionados, que não só adicionam um detalhe estético, mas também desempenham a função de controle solar. A fachada ainda conta com amplas superfícies de vidro, que permitem a entrada de luz natural, criando uma sensação de integração com o ambiente externo e oferecendo vistas panorâmicas do entorno. A combinação desses materiais – pedra, madeira e vidro – resulta em uma fachada moderna e acolhedora, que harmoniza funcionalidade e estética, refletindo a proposta de um espaço dedicado ao bem-estar e à tranquilidade. Figura 7.

Figura 7: Fachada



Fonte: Autoria própria (Francielly Cristine de Souza) (2024)

Para a área interna, foi utilizado bambu como elemento decorativo, proporcionando um ambiente mais acolhedor e natural, além de conferir uma sensação de conforto. Grandes portas de vidro e amplas janelas foram instaladas estrategicamente para otimizar a iluminação natural, criando um espaço arejado e agradável. Nas paredes, foi aplicada uma textura com efeito velvet, que agrega sofisticação e suaviza a ambientação.

As salas foram revestidas com pisos laminados, que oferecem um visual elegante e confortável. Para as áreas de circulação e as zonas molhadas, como banheiros e vestiários e salas de hidromassagem e sauna optou-se pelo uso de porcelanato, material que garante maior durabilidade e resistência ao desgaste. Esse cuidado com os materiais visou não só a estética, mas também a funcionalidade e a longevidade do ambiente.

No exterior, a criação de um espelho d'água central tem como objetivo proporcionar um espaço de interação e relaxamento para os usuários. Esse ambiente aquático, além de esteticamente agradável, permite que os frequentadores desfrutem de um momento de tranquilidade, interagindo com o espaço e com os outros. A piscina foi projetada com a funcionalidade de abrigar aulas de hidroginástica, mas também serve como uma opção de lazer e relaxamento para os usuários, especialmente em horários livres, oferecendo um ambiente refrescante e revitalizante. Como podemos analisar na figura 8, 9 e 10.

Figura 8. Perspectiva de algumas salas.



Fonte: Autoria própria (Francielly Cristine de Souza) (2024)

Figura 9. Perspectiva do Hall



Fonte: Autoria própria (Francielly Cristine de Souza) (2024)

Figura 10. Perspectiva do espelho d'água



Fonte: Autoria própria (Francielly Cristine de Souza) (2024)

Essa combinação de elementos naturais, contemporâneos e funcionais visa estabelecer um ambiente harmonioso e equilibrado, priorizando o conforto, o bem-estar e a saúde dos frequentadores. O projeto do SPA urbano foi cuidadosamente concebido para funcionar como um refúgio revitalizante, alinhando corpo e mente em um espaço projetado com atenção aos detalhes arquitetônicos e terapêuticos.

Com base nas pesquisas realizadas, destaca-se a importância deste projeto para a cidade de Ponta Grossa/PR, especialmente frente aos desafios impostos pela vida urbana moderna e acelerada. Conforme demonstrado ao longo do estudo, o ritmo intenso do cotidiano contribui para o surgimento de doenças relacionadas ao estresse, que impactam diretamente a qualidade de vida, as emoções e as relações sociais. Nesse contexto, a implementação de um SPA urbano representa uma solução eficaz para atender à demanda crescente por espaços que promovam o relaxamento e a recuperação mental e física.

O SPA proposto não apenas oferecerá um ambiente tranquilo, mas também contará com uma infraestrutura arquitetônica moderna e sustentável. O uso de bioconcreto na volumetria do edifício reflete o compromisso com a sustentabilidade, proporcionando alta durabilidade e eficiência energética. As paredes serão revestidas com tintas ecológicas, reforçando a integração do design com a preservação ambiental. A aplicação de vidros transparentes permitirá a conexão visual entre os espaços internos e externos, promovendo luminosidade natural e uma sensação de amplitude.

O paisagismo desempenha um papel central na criação de um ambiente relaxante, com o uso de vegetação distribuída estrategicamente em todas as áreas do complexo. Espelhos d'água complementarão o cenário natural, reforçando a sensação de serenidade. O sistema de telhado com telhas sanduíche garantirá maior isolamento acústico e durabilidade, proporcionando conforto térmico e sonoro aos usuários. Esses elementos, aliados a um design inovador, visam transformar o SPA urbano em um verdadeiro refúgio de bem-estar, com infraestrutura projetada para valorizar tanto a sustentabilidade quanto a qualidade de vida. Como ilustrado na Figura 12, a proposta arquitetônica cria um espaço único e convidativo, perfeitamente integrado à paisagem urbana de Ponta Grossa.

Figura 12: Perspectiva



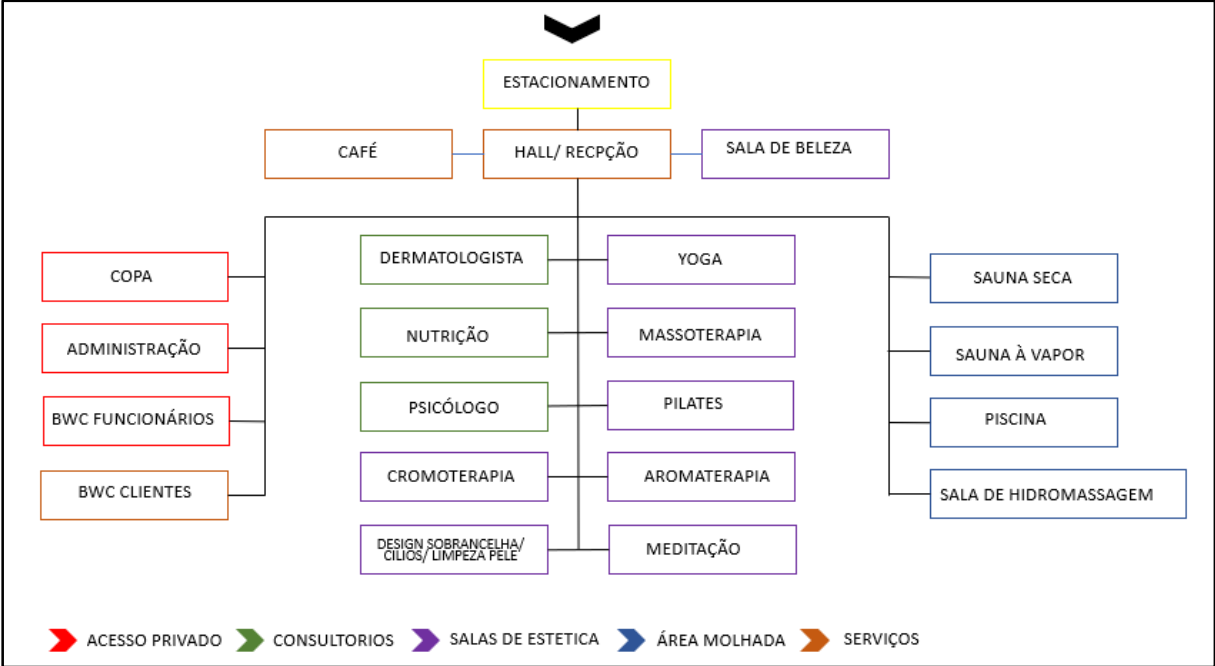
Fonte: Autoria Própria (Francielly Cristine de Souza) (2024)

O estudo do volume deste anteprojeto foi desenvolvido com base no conceito de integração dos espaços, buscando criar um ambiente moderno, funcional e sustentável. Para isso, as salas e consultórios terão um pé-direito de 2,50 metros, proporcionando um ambiente amplo e arejado. Além disso, foi planejada uma área técnica específica para acomodar a caixa d'água e o sistema de ar condicionado, garantindo a eficiência e a organização do edifício.

Considerando o uso eficiente do espaço e a fluidez dos movimentos dos usuários, foi realizado um estudo detalhado de fluxograma e organograma. Esse estudo foi estruturado em setores distintos, com o objetivo de otimizar o acesso aos diferentes ambientes do spa. A organização desses setores foi pensada para garantir a melhor circulação, assegurando que os visitantes possam se deslocar de forma prática e intuitiva, sem causar sobrecarga em áreas comuns. O layout foi projetado para oferecer uma experiência de uso mais agradável, priorizando a funcionalidade, conforto e conveniência, com um fluxo de atividades que contribua para a tranquilidade e relaxamento dos clientes.

Esse planejamento detalhado visa criar um espaço que não apenas atenda às necessidades operacionais, mas também proporcione uma experiência fluida e eficiente para os usuários, com ambientes interconectados e uma distribuição otimizada dos serviços, como podemos analisar na Figura abaixo (Figura 13).

Figura 13: Fluxograma e organograma



Fonte: Autoria Própria (Francielly Cristine de Souza) (2024)

Para este projeto foram analisados vários modelos, estudando os melhores fluxos e setorizações, levando também em consideração o entorno do terreno para a melhor disposição de espaços. Com isso podemos analisar através do Programas de Necessidades do quadro 2, os setores e metragens escolhidos para elaboração deste projeto.

Quadro 2: Programas de Necessidades do SPA Urbano

SETOR	QUANTIDADE	ÁREA	ÁREA TOTAL
SETOR ADMINISTRATIVO			
ADMINISTRAÇÃO	1	10 m ²	10 m ²
SUBTOTAL			10 m ²
SETOR SOCIAL			
HALLRECPÇÃO	1	340,41 m ²	340,41 m ²
CAFÉ	1	44,77 m ²	44,77 m ²
BANHEIRO FEMININO	1	17,6 m ²	17,6 m ²
BANHEIRO MASCULINO	1	17,6 m ²	17,6 m ²
SUBTOTAL			420,38 m ²
SETOR DE SERVIÇOS			
VESTIÁRIO FEMININO	1	10 m ²	10 m ²
VESTIÁRIO MASCULINO	1	10 m ²	10 m ²
BANHEIRO FEMININO	1	10 m ²	10 m ²
BANHEIRO MASCULINO	1	10 m ²	10 m ²
COPA	1	10 m ²	10 m ²
SUBTOTAL			50 m ²

SETOR ÁREA MOLHADA			
PISCINA EXTERNA	1	300 m ²	300 m ²
SALA DE HIDROMASSAGEM	1	50 m ²	50 m ²
SALA DE BANHO QUENTE	1	15 m ²	15 m ²
SALA DE BANHO FRIO	1	15 m ²	15 m ²
SAUNA À VAPOR	2	18 m ²	36 m ²
SAUNA SECA	2	18 m ²	36 m ²
SUBTOTAL			452 m ²
SETOR ÁREA SECA			
SALÃO DE BELEZA	1	22 m ²	22 m ²
SALA DE AROMATERAPIA	1	22 m ²	22 m ²
SALA DE MASSOTERAPIA	3	22 m ²	66 m ²
SALA DE DEPILAÇÃO	1	22 m ²	22 m ²
SALA DE CROMOTERAPIA	1	22 m ²	22 m ²
SALA DE DERMATOLOGISTA	1	17,5 m ²	17,5 m ²
SALA DE YOGA	1	16,8 m ²	16,8 m ²
SALA DE PILATES	1	16,8 m ²	16,8 m ²
SALA DE PSICÓLOGO	1	17,6 m ²	17,6 m ²
DESIGN DE SOBRANCELHA/ CÍLIOS/ LIMPEZA PELE	1	22 m ²	22 m ²
SALA DE NUTRIÇÃO	1	17 m ²	17 m ²
SALA DE MEDITAÇÃO	1	22 m ²	22 m ²
SUBTOTAL			283,7 m ²
ESTACIONAMENTO - VAGAS	10	8 m ²	80 m ²
SUBTOTAL			80 m ²

Fonte: Autoria Própria (Francielly Cristine de Souza) (2024)

Na implantação, foi possível analisar os acessos ao Spa Urbano, sendo que o acesso principal ocorre pelo lado norte do terreno. O objetivo do spa é criar um ambiente integrado, proporcionando aos usuários um verdadeiro refúgio, distante da rotina cotidiana.

A Figura 14 de implantação, apresenta o projeto do SPA Urbano, evidenciando a organização dos diferentes setores e a distribuição dos espaços projetados para garantir funcionalidade, conforto e fluidez no uso das instalações. A planta ilustra claramente as áreas de acesso, estacionamento, circulação, espaços de relaxamento e lazer, assim como as áreas técnicas e de apoio. O acesso ao estacionamento do projeto contempla uma entrada principal em formato circular, que facilita o fluxo de veículos, com estacionamento localizado à esquerda, incluindo vagas reservadas para pessoas com mobilidade reduzida. Esta configuração garante acessibilidade e praticidade para os usuários do spa, priorizando a comodidade desde o momento da chegada. Na área central do SPA, observa-se uma área de convivência ao ar livre com um grande jardim e espelho d'água. Este espaço promove integração com a natureza e oferece um ambiente de descanso e contemplação. A disposição central do jardim contribui para a harmonia visual e o bem-estar dos visitantes, funcionando como um ponto focal que conecta os diferentes setores do spa.

Figura 14: Implantação



Fonte: Autoria própria (Francielly Cristine de Souza) (2024)

Ainda na figura 14 de implantação, a área de Tratamentos e Serviços, observa-se as salas de tratamento e áreas funcionais estão distribuídas em torno do espaço central, permitindo fácil acesso e garantindo a privacidade dos usuários. Esta setorização facilita o fluxo dos visitantes e dos funcionários, criando um ambiente organizado e eficiente. Já a área externa da piscina no canto superior direito da planta, encontra-se a área de lazer com piscina e espreguiçadeiras, projetada para atividades de relaxamento e hidroterapia. A proximidade com o ambiente externo permite a utilização de luz natural e a conexão com o entorno. Esta área foi planejada para oferecer um ambiente tranquilo e revitalizante, complementando os serviços oferecidos no interior do spa. E por fim, o setor administrativo e de Apoio, na parte inferior da planta, localizam-se os espaços de apoio administrativo, como recepção e áreas técnicas. A disposição garante um atendimento eficiente e suporte operacional sem interferir na experiência dos usuários. A configuração geral do projeto enfatiza a integração entre os elementos naturais e a funcionalidade do espaço, promovendo uma experiência de relaxamento e bem-estar.

4 Conclusão

Com base nas análises e pesquisas realizadas, conclui-se que o projeto do Spa Urbano representa uma contribuição significativa para a região de Ponta Grossa/PR. Como evidenciado ao longo deste estudo, o ritmo acelerado da vida moderna tem gerado um aumento considerável em doenças relacionadas ao estresse, impactando negativamente o bem-estar físico e emocional das pessoas e limitando suas interações sociais e qualidade de vida.

Nesse contexto, o Spa de relaxamento surge como uma resposta essencial a essas demandas, oferecendo um ambiente projetado para promover conforto,

tranquilidade e revitalização. Com uma arquitetura contemporânea aliada a terapias corporais e mentais eficazes, o espaço proporcionará uma experiência holística de bem-estar. Tal abordagem não apenas atenderá às necessidades dos usuários, mas também contribuirá para o fortalecimento do setor de saúde e bem-estar na região. A expectativa é que o Spa se torne um destino cada vez mais procurado, favorecendo o desenvolvimento econômico local e consolidando-se como um importante recurso para a promoção da qualidade de vida na comunidade.

Agradecimentos

Gostaria de agradecer primeiramente a Deus pelas oportunidades que ele me deu para chegar até aqui.

Gostaria de agradecer a minha mãe Odete Siqueira de Souza, por sempre me incentivar e ao meu marido Raphael Correa da Rocha por sempre estar ao meu lado.

Agradecer também as minhas orientadoras Silvia e Anna que me deram todo suporte necessário neste projeto.

E também aos meus amigos que me apoiaram.

Referências

ABNT - Associação Brasileira De Normas Técnicas. ABNT NBR 10339: Piscinas. ABNT, 2018.

ABNT - Associação Brasileira De Normas Técnicas. ABNT NBR 5010: Instalações elétricas de baixa tensão. ABNT, 2004.

ABNT - Associação Brasileira De Normas técnicas. ABNT NBR 9050: acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos. ABNT, 2015. 163 p.

[ARCHITEKTI.SK](https://www.archdaily.com/466801/home-spa-architekti-sk). ARCHDAILY: Casa Spa / Architekti.Sk. <https://www.archdaily.com/466801/home-spa-architekti-sk>

ARCHDAILY: Infinity Wellbeing Spa Bangkok / Space Popular. Disponível em: <https://www.archdaily.com/957945/infinity-wellbeing-spabangkok-space-popular>. Acesso em: 30 nov. 2024.

CONCEITO DE. Conceito de spa. Disponível em: <https://conceito.de/spa>. Acesso em: 30 nov. 2024. disponível em: https://www.archdaily.com.br/br/01-179068/casa-spa-slasharchitekti-dot-sk?ad_source=search&ad_medium=search_result_all. Acesso em: 30 nov. 2024.

disponível em: <https://thearcheology.wordpress.com/category/romaantiga/termas-romanas/>. Acesso em: 30 nov. 2024. <https://rituaali.com.br/infraestrutura/>

IESSA EDU. O estresse e os sintomas associados ao trabalho em colaboradores de uma empresa multinacional da cidade de ponta grossa-paraná. Disponível em: <https://iessa.edu.br/revista/index.php/tcc/article/view/1189>. Acesso em: 30 nov. 2024.

OMS - ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Saúde mental. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental>. Acesso em: 30 de nov. 2024.

ORLOWSKI, Y. **Casos de ansiedade aumentam em Ponta Grossa durante a pandemia.** Ponta Grossa: Periódico UEPG, 2021. Disponível em: < <https://periodico.sites.uepg.br/index.php/saude/2295-casos-de-ansiedade-aumentam-em-ponta-grossa-durante-a-pandemia>>. Acesso em: 01 de dezembro de 2024.

PFIZER. Disponível em: <https://www.pfizer.com.br/noticias/ultimas-noticias/janeiro-branco-umconvite-priorizar-saude-mental-em-2021>. Acesso em: 30 nov. 2024.

PIA. PARANA INTELIGENCIA ARTIFICIAL. Linha de cuidado em saúde. Disponível em: <https://www.saude.pr.gov.br/pagina/saude-mental>. Acesso em: 30 nov. 2024.

SPA POSE DO CORPO. Disponível em: <https://www.spaposedocorpo.com.br/tratamentosterapias/>. Acesso em: 30 nov. 2024.

SPA. Origem do spa. Disponível em: <https://pt.wikipedia.org/wiki/spa>. Acesso em: 30 nov. 2024.

THE ARCHEOLOGY. Archive for the 'termas romanas' category

UNICESUMAR. Avaliação do estresse e sua relação com os níveis plasmáticos de cortisol em profissionais do setor industrial do município de ponta grossa – paraná . Disponível em:

<http://rdu.unicesumar.edu.br/bitstream/123456789/4186/1/maria%20claudia%20martins.pdf>. Acesso em: 30 nov. 2024.

VITTAE SPA. Você sabe a origem do spa. Disponível em: <https://vittaespa.com.br/voce-sabe-o-que-significa-spa/>. Acesso em: 30 nov. 2024.